

**Regulaciones Motivacionales según la Teoría De La Autodeterminación En  
Ámbitos De Educación Física Escolar, Deporte Escolar, Universitario Y Alto  
Rendimiento.  
Revisión Sistemática.**

Carlos Julián Tovar Ramírez

Universidad Pedagógica y Tecnológica De Colombia

Maestría en Pedagogía De La Cultura Física

Línea de investigación de Actividad Física para la salud

Noviembre 2021

## Tabla de Contenidos

Resumen.....	4
Abstract.....	6
Introducción.....	8
CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	11
Descripción del problema.....	11
Formulación del problema.....	14
Justificación.....	15
Objetivos de la Investigación.....	18
Objetivo general.....	18
Objetivos específicos.....	18
CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL.....	19
Marco Teórico.....	19
El concepto de motivación.....	19
Teoría de la Autodeterminación, Deci y Ryan.....	21
Teoría de la evaluación cognitiva.....	25
Teoría de la integración orgánica.....	30
El concepto de Internalización.....	30
Tipos de Internalización y Regulación.....	32
Regulación externa.....	33
Regulación introyectada.....	33
Regulación a través de la identificación.....	34
Integración y autodeterminación.....	35
Amotivación.....	36
Teoría de las orientaciones de causalidad.....	40
Teoría de las necesidades psicológicas básicas.....	43
Teoría de los contenidos de meta.....	45
Teoría de la motivación de las relaciones.....	48
Teoría de la autodeterminación en el campo de la educación física.....	50
Teoría de la autodeterminación en ámbitos de deporte escolar.....	53
Teoría de la autodeterminación en ámbitos de deporte de alto rendimiento.....	62
Teoría de la autodeterminación en ámbitos de deporte universitario.....	71
CAPÍTULO III. MARCO METODOLOGICO.....	74
Tipo de Investigación.....	74
Enfoque.....	74
Instrumentos de recolección de Información.....	74
Procedimiento de Búsqueda:.....	76
Relacionados con la temática:.....	76
Palabras clave en la búsqueda:.....	76
Recursos electrónicos:.....	76

Criterios de inclusión de los documentos .....	77
Criterios de Exclusión de los documentos .....	78
Diagrama de flujo de la metodología de búsqueda y extracción de datos. ....	79
Cronograma de Actividades.....	80
Administrador de Referencias.....	81
CAPITULO 4 RESULTADOS .....	82
Resultados contextos de escolares en área de educación física .....	82
Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física.....	92
Resultados contextos de Deportistas de Alto Rendimiento .....	93
Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento.....	111
Resultados contextos de Deporte Universitario.....	112
Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario.....	123
Resultados contextos de Deporte Escolar .....	124
Análisis Estadístico .....	147
DISCUSIÓN .....	156
CONCLUSIONES .....	166
Referencias.....	170
Abreviaturas .....	194
Símbolos .....	194

## **Agradecimientos**

Agradezco a todas las personas que me rodean desde familiares, docentes, amigos y amigas que me han acompañado de alguna manera en este hermoso proceso de aprendizaje en mi maestría, la cual me ha dejado un gran desarrollo profesional y personal.

Agradezco a mi señora madre que me ha apoyado para sacar adelante mi maestría a nivel económico y con un gran apoyo emocional que me ha dado cada día para cumplir este gran sueño de ser Magister. Gracias por toda la paciencia, por cada consejo, por esa confianza en mi , y hacerme creer que puedo llegar a lograr grandes logros en mi vida. Gracias porque me has proporcionado todo madre para ser magister desde un plato de comida cada día hasta un techo dónde vivir y gracias porque has sido mi mejor amiga y mi guía, mi faro, mi camino a seguir, eres un gran ejemplo como persona y como profesional y me has inculcado esas ganas de no rendirse y meterle las ganas y el amor a los sueños de la vida. Estoy seguro que cumpliré ese sueño de ser director técnico que tanto te he hablado y el cual me has apoyado muchísimo para que algún día yo lo logre.

Agradezco a mi tutora de trabajo de grado Magister Ivonne Escobar por su gran guía en la elaboración de este trabajo ya que con su gran profesionalismo y su excelente instrucción pude desarrollar cada fase de este estudio.

Agradezco a mis docentes que me han dictado clase durante la maestría ya que me han dado una gran enseñanza y una gran variedad de conocimientos que me ayudaron a mejorar como profesional y me han ayudado a mejorar como persona cada día en mi ámbito laboral y personal.

Agradezco a mi tía Alba Nelly y a su esposo Bodo que era de nacionalidad alemana y quienes me apoyaron en mi primer año de maestría permitiéndome residir en la casa de ellos en la ciudad de Tunja ya que yo soy de Villa de Leyva, y lamento mucho la perdida de Bodo quien falleció en la pandemia, lamento que no puedas acompañarme en mi graduación pero agradezco

cada momento que pude compartir contigo Bodo, cada noche que nos sentábamos a hablar después de mis clases haciendo trabajos hasta tarde de la noche en la sala de la casa, agradezco cada enseñanza que me dejaste de la cultura alemana y ese sentido del trabajo y el esfuerzo para alcanzar las metas. Y también gracias a Emily su hija de 8 años con quién compartí diversos momentos de risa y juego mientras estuve con ustedes.

Agradezco a mis amigos Mabel y Cristhian y a mi primo Juan Felipe quienes de alguna manera con su compañía estuvieron conmigo en las buenas y en las malas que pase durante este proceso de mi maestría y que cuando yo me encontraba estresado y algo depresivo por cuestiones de mi entorno familiar, me apoyaron incondicionalmente con cada risa, con cada consejo, con buena energía no dejando que me rindiera y estimulándome a alcanzar esta gran meta que ya es realidad. Gracias también a Maike, una amiga alemana que conocí en mi proceso de estudio en mi entorno laboral ya que ella estaba como voluntaria en el colegio en el cual yo trabajaba y quien me ha motivado en el comienzo de mi maestría y he prometido que cuando terminara mi maestría nos íbamos a reencontrar en Alemania.

Agradezco a el Coordinador Danilo quien fue la primera persona que motivo a hacer mi maestría y me hizo dar cuenta de la importancia de seguir estudiando para mejorar mi estatus profesional y personal y como el seguir formándome profesionalmente me va a abrir muchas oportunidades a nivel profesional.

Y por ultimo me agradezco a mi mismo por esa determinación que he tenido para lograr este sueño de ser magister en pedagogía y cultura física, por todo el esfuerzo que puse, por todas las ganas, por todo el empeño que he puesto en este proceso y estoy seguro que esto apenas es el comienzo para poder cumplir mi sueño de llegar a ser director técnico de futbol , ese es mi sueño de niño y aunque para eso debo ir paso a paso, se, que esta maestría me va a dar muchas oportunidades de trabajar en Europa para poder suplir mis estudios de director técnico de futbol profesional.

Esta historia continuara...

## **Resumen**

Esta investigación buscó a partir de una revisión sistemática enfocada en la teoría de la autodeterminación, identificar que determinantes inciden en las regulaciones motivacionales de deportistas en ámbitos de deporte escolar, universitario y de alto rendimiento. Es relevante reflexionar que en la actualidad la motivación juega un rol determinante en la adquisición de hábitos de vida saludables en los deportistas en los diferentes ámbitos del deporte contribuyendo positivamente al aprendizaje, a la mejora de las capacidades motrices, favorecimiento de la autonomía, formación ética y social entre otros factores. Esta investigación seguirá un modelo cualitativo que proporcionará un esquema detallado de la Teoría de la Autodeterminación, evaluando la literatura en diferentes ámbitos del deporte, examinando los progresos más novedosos en la Teoría de la Autodeterminación aplicada al deporte para proveer explicaciones complementarias de la conducta humana. Los profesores y entrenadores deportivos interesados en mejorar sus habilidades pedagógicas pueden utilizar esta teoría como referente para aumentar la motivación y adherencia hacia la práctica deportiva entre estudiantes o deportistas, ayudando a fomentar la capacidad cognitiva más positiva, es decir la concentración, además de aspectos conductuales relacionados con la frecuencia de participación en el ejercicio determinado, mejorando su autonomía y sus niveles de percepción propia de competencia para realizar una actividad y en los niveles afectivos del individuo contribuyendo al disfrute de la actividad por parte de este en un entorno social adecuado, trayendo resultados positivos en su determinación hacia un mayor rendimiento en su respectiva modalidad deportiva.

**Palabras clave:** autodeterminación, motivación, regulación, intrínseca, extrínseca, deportistas.

## **Abstract**

This research , based on a systematic review focused on the theory of self-determination, to identify which determinants influence the motivational regulations of athletes in the areas of school, university and high-performance sports. It is important to reflect that today motivation plays a decisive role in the acquisition of healthy lifestyle habits in athletes in the different areas of sport contributing positively to learning, to the improvement of motor skills, promoting autonomy, ethical and social training, among other factors. This research will follow a qualitative model that will provide a detailed of the Self-Determination Theory, evaluating literature in different fields of sport, examining the latest developments in the Self-Determination Theory applied to sport to provide complementary explanations of human behavior. Teachers and sports coaches interested in improving their pedagogical skills can use this theory as a reference to increase motivation and adherence to sports practice among students or athletes, helping to promote the most positive cognitive ability, namely concentration, in addition to behavioural aspects related to the frequency of participation in the given exercise, improving their autonomy and their own levels of perception of competence to carry out an activity and in the affective levels of the individual contributing to the enjoyment of the activity by the latter in an adequate social environment, bringing positive results in their determination towards greater performance in their respective sport.

**Keywords:** self-determination, motivation, regulation, intrinsic, extrinsic, sportspeople.

## Introducción

La motivación está en el corazón de muchos de los problemas más interesantes del deporte, tanto como un resultado del desarrollo de entornos sociales como la competencia y los comportamientos de los entrenadores, y como una influencia en el desarrollo de variables conductuales como la persistencia, la deserción y el rendimiento en diferentes ámbitos del deporte (Pelletier et al., 1995).

A la luz de la importancia de estas consecuencias para los atletas, uno puede entender fácilmente el interés de los investigadores en la motivación en lo que respecta a los entornos deportivos. Se han propuesto varias perspectivas conceptuales para comprender mejor la motivación de los atletas. Una perspectiva que se ha encontrado que es útil en esta área postula que el comportamiento puede estar motivado intrínsecamente o extrínsecamente o incluso amotivado (Pelletier et al., 1995).

Las personas participarán en actividades deportivas por diferentes razones con diferentes grados de energía, esfuerzo y persistencia. De acuerdo con la teoría de la autodeterminación (SDT) de Deci y Ryan (1985), las razones por las que los individuos eligen participar, ejercer esfuerzo y persistir en una actividad se pueden clasificar a lo largo de un continuo de comportamiento autodeterminado. La forma de motivación no determinada por uno mismo ha sido etiquetada como amotivación y refleja una falta de motivación (Deci y Ryan, 2017).

La siguiente clasificación mayor involucra la motivación extrínseca la cual implica hacer una actividad por razones instrumentales como por ejemplo recibir recompensas o evitar el castigo. De acuerdo con la teoría, hay cuatro tipos de motivación extrínseca que varían en un continuo de niveles más bajos a más altos de comportamiento autodeterminado. Estos incluyen la regulación externa, la regulación introyectada, la regulación identificada y la regulación integrada, respectivamente (Deci y Ryan, 2017)



Y por último se encuentra la Motivación intrínseca, que es el tipo final y más autodeterminado de motivación identificada por la SDT. La motivación intrínseca generalmente se puede describir como la realización de una actividad para el placer y la satisfacción derivada de la propia actividad (Deci y Ryan, 2017).

Dentro de este constructo Deci y Ryan (2000) consideraron que el nivel de motivación en una persona está influenciada por tres necesidades psicológicas básicas como lo son la necesidad de competencia, autonomía y relación, las cuales son nutrientes psicológicos innatos esenciales para el crecimiento psicológico continuo, la integridad y el bienestar independientemente de la edad, el género o la cultura.

Dentro de la SDT, la competencia se refiere a sentirse efectivo en las interacciones continuas con el entorno social y experimentar oportunidades de ejercitar y expresar las capacidades propias, la autonomía se refiere a ser el origen percibido o la fuente del propio comportamiento y finalmente, la relación se refiere a sentirse conectado con los demás, a cuidar y ser cuidado por los demás, a tener un sentido de pertenencia tanto con otros individuos como con la propia comunidad (Deci y Ryan, 2000).

En el contexto deportivo, las percepciones de la relación, competencia y autonomía pueden resultar de las interacciones de una variedad de individuos, incluyendo compañeros de equipo, compañeros de entrenamiento, entrenadores, padres y otras personas involucradas en la participación deportiva del atleta. Diversos estudios han demostrado que la satisfacción de estas tres necesidades básicas predice la motivación intrínseca, el bienestar y otros resultados positivos en diversos ámbitos del deporte como el deporte escolar, deporte universitario, deporte de alto rendimiento y la educación física escolar. (Ng et al., 2011).

La realización de este texto busca indagar, identificar y determinar por medio de una revisión sistemática cuáles son los principales determinantes en las regulaciones motivacionales de deportistas de alto rendimiento, escolar, universitario y educación física escolar y mostrar a los profesionales del deporte como entrenadores o docentes como distintos factores influyen

para motivar a sus respectivos deportistas o estudiantes en las diferentes situaciones que se presentan en la vida diaria. Este trabajo se caracteriza por ser un producto de una revisión sistemática de la literatura respecto a la motivación en deportistas en diferentes ámbitos del deporte en diferentes países alrededor del mundo mostrando contextos muy variados y está enmarcado en el programa de Maestría en pedagogía de la cultura física bajo la línea de investigación de Actividad Física para la salud, en la cual se hace referencia a la importancia de tener en cuenta como profesionales del ámbito de la actividad física los procesos motivacionales en una población determinada para la adherencia y mejora del rendimiento y del bienestar de deportistas con el fin de fomentar estilos de vida saludable.

## **CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **Descripción del problema**

El concepto de motivación es uno de los constructos de gran alcance en la psicología y es trascendental en la investigación del comportamiento, la conducta, la personalidad y las diferencias individuales en el ser humano.

La motivación funciona como impulsor principal del comportamiento humano asumiendo un rol importante en la vida cotidiana del ser humano. La falta de motivación conlleva a un abandono de actividades tales como los deportes. Las relaciones interpersonales en los deportistas tienen un papel significativo en la evolución de la motivación, además del clima motivacional orientado lo cual que da forma al tipo de motivación (Pelletier et al., 2017).

Los niveles bajos de motivación en el deporte desempeñan un papel importante en el desarrollo de los jóvenes deportistas y en el desarrollo de las carreras profesionales de atletas, y esto ha despertado el interés de los psicólogos ya que dichos niveles bajos de motivación conllevan a comportamientos de riesgo y de tener una salud mental y física más deficiente (Pelletier et al., 2017).

Con frecuencia se menciona que un individuo está más motivado que otro, o se dice que parecía más motivado y sobresalió en algo más que otro, y con este tipo de planteamientos se hace importante entender cómo la motivación se encuentra en el núcleo de la conducta humana siendo crucial para comprender los logros y el rendimiento en una variedad de entornos, como la educación, el trabajo, el deporte, la salud y el bienestar humano.

La motivación tiene un papel vital en el deporte, ya que incide en el por qué y cómo los deportistas se involucran en las actividades que eligen, afectando la calidad de su participación y, en definitiva, el resultado o éxito de su empeño, donde los resultados se atribuyen con frecuencia a construcciones motivacionales como "esforzarse más" o "entrenar con más intensidad" (Komarc et al., 2020).

La comprensión adecuada de los procesos motivacionales puede provocar un incremento en los niveles de actividad física en aquellas personas que tienen como objetivo una salud óptima o incluso mejorar las condiciones de entrenamiento y el rendimiento en diferentes ámbitos del deporte tales como el deporte escolar, deporte universitario y deporte de alto rendimiento (Ntoumanis, 2001b).

La investigación sobre la motivación en el deporte y la educación física ha empleado la teoría de la autodeterminación Deci y Ryan (1985) para explicar, predecir y señalar la motivación de los deportistas, siendo este un marco moderno usado cada vez más para comprender la motivación en los diferentes ámbitos del deporte y la educación física. De acuerdo a la teoría, las distintas orientaciones motivacionales sirven como estímulos para actuar, estas orientaciones motivacionales varían en la medida en que son autodeterminadas o provienen de los intereses y valores personales (Deci y Ryan, 2000).

La teoría de la autodeterminación postula que todo ser humano es propenso, de manera innata, a desarrollar su autodeterminación, desde el nacimiento, las personas se vinculan a actividades que les posibilitan la satisfacción de necesidades psicológicas básicas tales como la necesidad de competencia, necesidad autonomía y la necesidad de relación con los demás (Deci y Ryan, 1985).

Cuando los individuos experimentan la satisfacción de estas tres necesidades psicológicas básicas en un panorama concreto, tienden a transformarse en personas más motivadas intrínsecamente, en tanto que, al vivenciar la frustración de dichas necesidades, tienden a volverse personas menos motivadas intrínsecamente lo cual puede llevar a la desmotivación total por la actividad practicada (Deci y Ryan, 2008b)

La desmotivación en el deporte es un estado que caracteriza a un deportista que no tiene seguridad del por qué y para qué hace más deporte, sumado a esto, esa desmotivación se puede ver aún más afectada por las altas demandas y expectativas que con el tiempo se hacen más grandes, en combinación con factores sociales y contextuales.

Los factores sociales más importantes que tienen un rol indiscutible en la vida del deportista son los padres, el entrenador y los compañeros de equipo, los cuales con su comportamiento afectan la formación de la motivación del deportista, su comportamiento y sus intenciones (Keegan et al., 2014).

Es relevante reflexionar que en la actualidad la motivación juega un rol determinante en la adquisición de hábitos de vida saludables en los deportistas en los diferentes campos y contextos de deporte y contribuye positivamente al aprendizaje en diferentes ámbitos como la mejora de las capacidades motrices, favorecimiento de la autonomía, formación ética y social entre otros factores (Guzmán y Kingston, 2012).

Teniendo en cuenta el planteamiento anterior de la influencia del aspecto psicológico motivacional, la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000) es una perspectiva teórica de la motivación humana que a menudo se ha utilizado para investigar la motivación en diferentes entornos del deporte, cumpliendo esta teoría en particular un excelente ajuste en relación con la motivación, ya que su marco es muy aplicable a contextos deporte ofreciendo mucho en relación con la predicción del comportamiento, la comprensión mecanismos conductuales, y el diseño de intervenciones (Hagger y Chatzisarantis, 2008).

Los profesores, educadores físicos, entrenadores deportivos que estén interesados en mejorar sus habilidades pedagógicas pueden utilizar la teoría de la autodeterminación como referente para aumentar la motivación y adherencia hacia la práctica deportiva entre sus estudiantes o deportistas, ayudando gracias a dicha teoría a fomentar la capacidad cognitiva más positiva, es decir la concentración, además de aspectos conductuales relacionados con la frecuencia de participación en el ejercicio determinado, mejorando su autonomía y sus niveles de percepción propia de competencia para realizar una actividad y en los niveles afectivos del individuo contribuyendo al disfrute de la actividad por parte de este en un entorno social adecuado, trayendo resultados positivos en su determinación hacia un mayor rendimiento en su respectiva modalidad deportiva.

**Formulación del problema**

¿Cómo afecta la satisfacción de las necesidades básicas y la orientación a la tarea a los niveles de regulación motivacional en ámbitos de deporte escolar, deporte universitario y deporte de alto rendimiento?

## **Justificación**

Las teorías de la motivación y la intención están en el primer plano de la investigación que estudia las experiencias psicológicas, las estructuras y los fundamentos para la intervención en diferentes ámbitos del deporte. La Teoría de la Autodeterminación resalta entre dichas teorías y ha atendido un gran foco de concentración en la bibliografía relacionada con el comportamiento en diversos entornos del deporte (Deci y Ryan, 2017).

Diversas investigaciones en el campo del deporte han intentado analizar la motivación de los deportistas mediante el enfoque de la teoría de la autodeterminación (SDT), la cual propone tres necesidades psicológicas básicas entre las que se encuentran la necesidad de autonomía mediante la cual los individuos se sienten responsables de la iniciación de sus conductas, la necesidad de competencia en la cual los individuos son capaces de lograr sus metas deseadas y la necesidad de relación en la que las personas se sienten integradas en un grupo o entorno social y estas tres necesidades se caracterizan por ser determinantes emocionales trascendentales para el progreso y bienestar de un individuo (Deci y Ryan, 2019).

Las personas pueden participar en actividades deportivas por diversas razones (Deci y Ryan, 2008b), cuando los deportistas participan en una actividad por la satisfacción y el placer derivados de la actividad, están intrínsecamente motivados, mientras que los comportamientos realizados para lograr recompensas materiales o sociales se definen como comportamientos encaminados por motivación extrínseca. Las conductas intrínsecamente motivadas se relacionan a la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas tales como: autonomía, competencia y relación.

Esta revisión proporcionará un esquema detallado de las teorías componentes de la Teoría de la Autodeterminación, y evaluará el estado de la literatura en diferentes ámbitos del deporte, examinando los progresos más novedosos en la Teoría de la Autodeterminación aplicada al deporte y su incorporación con otras teorías primordiales de la motivación, para proveer explicaciones complementarias de la conducta humana.

Se hace necesario según (Martínez-Baena et al., 2016) analizar y comprender la relevancia del incremento de la motivación hacia el deporte y como puede convertirse en un componente imprescindible para favorecer y estimular un aumento en la intención de práctica y el rendimiento de los deportistas y obtener beneficios biológicos, psicológicos y sociales.

Teniendo en cuenta la importancia de trabajar la motivación en los deportistas en cada uno de sus ámbitos se hace importante reflexionar que el resultado del éxito deportivo está condicionado por una gran interrelación entre las habilidades técnicas del deportista, la condición física y la regulación motivacional, teniendo en cuenta factores como una autoestima positiva, sensación de la percepción de competencia con una actividad, atribución del esfuerzo, una representación correcta de las propias habilidades, objetivos orientados a la tarea y la persistencia cuando se enfrenta a dificultades. Dichos determinantes pueden incrementar la probabilidad de éxito en el deporte actuando conjuntamente para predisponer al atleta para un máximo desempeño de habilidades deportivas personales (Alesi et al., 2019).

La visión general de la literatura existente se centrará en gran medida en el entorno de la motivación en el deporte y la educación física y, en particular, el estilo interpersonal adoptado por los entrenadores y profesores de educación física empleando los principios de la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985, 2000), esta revisión también evidencia las asociaciones entre las necesidades psicológicas básicas y diferentes tipos de motivación con un enfoque en el bienestar psicológico, en el comportamiento y las variables cognitivas.

Además de revisar la evidencia actual, se hace necesario centrarse en las maneras en que los aspectos de la teoría de la auto determinación pueden integrarse con otros marcos teóricos de la motivación humana y este es un ejercicio importante ya que facilita el refinamiento de construcciones teóricas o la reconsideración de los límites de su utilidad al incluir construcciones a partir de otras teorías y modelos.

En cuanto a la novedad de esta investigación en base a una extensa revisión sistemática de diferentes estudios se ha demostrado el impacto que las acciones de los docentes y



entrenadores en diferentes ámbitos del deporte tienen en las actitudes de los alumnos, los jóvenes deportistas y atletas en las clases de educación física y en sus entornos deportivos. Algunos aspectos como el interés, la satisfacción, el nivel de participación del deportista en la clase o entrenamiento y la regulación motivacional son variables que están influenciadas por la percepción del deportista del clima motivacional generado por el profesor o entrenador y debido a esto se hace trascendental estimular al profesional del deporte y la educación física a promover entornos que favorezcan la autonomía, la toma de decisiones y la afiliación social de los deportistas ya que esto conduce a una mayor satisfacción e interés por la actividad practicada generando un bienestar y calidad de vida en ellos.

## **Objetivos de la Investigación**

### ***Objetivo general.***

Identificar que determinantes inciden en las regulaciones motivacionales de deportistas en ámbitos de deporte escolar, universitario y de alto rendimiento a partir de una revisión sistemática enfocada en la teoría de la autodeterminación.

### ***Objetivos específicos***

- Analizar los diferentes tipos de motivación autodeterminada y no autodeterminada presentados en deportistas de ámbitos de deporte escolar, universitario y alto rendimiento.
- Identificar el enfoque de cada investigación sobre la teoría de la autodeterminación en ámbitos de educación física escolar, deporte escolar, universitario y alto rendimiento y su incidencia en las conductas autodeterminadas y no autodeterminadas de los deportistas.
- Establecer la relación existente entre la satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas y los niveles de motivación autodeterminada o no autodeterminada de deportistas en ámbitos de deporte escolar, universitario y alto rendimiento.

## CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL

### Marco Teórico

#### *El concepto de motivación*

La motivación es un elemento de gran influencia en las distintas áreas de la vida, entre ellas la educativa y la laboral, dado que guía las acciones y se constituye, así como un elemento primordial que guía lo que la persona realiza y hacia qué objetivos se orienta (Naranjo, 2009).

La motivación se refiere a los determinantes de comportamiento de la meta dirigida, y esto determina por qué una persona escoge hacer una cosa en vez de otra, la motivación se refiere como el proceso que activa e impulsa el comportamiento hacia el logro de metas particulares (Kaufman, 1989).

La motivación es uno de los factores esenciales explicativos más trascendentales del comportamiento humano con respecto al porqué del comportamiento. En concreto, la motivación constituye lo que en un principio define que la persona comience una acción (activación), se encamine hacia un objetivo (dirección) e insista en lograrlo (mantenimiento) (Herrera Clavero et al., 2004).

La motivación ha sido un campo estudiado a lo largo de la historia por diversos autores y su definición es muy variada :

La motivación, etimológicamente, se refiere a lo que "mueve" a las personas a la acción. Las teorías de la motivación se enfocan más específicamente en lo que energiza y da dirección al comportamiento, el concepto de motivación se ha tratado generalmente como una entidad unitaria, es decir, se ha estudiado en términos de cantidad o fuerza, pero no se ha diferenciado típicamente con respecto a los tipos, cualidades u orientaciones (Deci y Ryan, 2017 p.13).

La motivación hace referencia a la energía, dirección, persistencia y finalidad siendo estos los aspectos de la activación y la intención hacia un objetivo o meta específica, la

motivación ha sido una cuestión fundamental en el amplio campo de la psicología, y, por lo tanto, es una preocupación preponderante para aquellos que desempeñan funciones tales como, maestros, entrenadores, padres de familia siendo estos determinantes en la movilización de otros para actuar (Ryan y Deci, 2000a).

La motivación es a menudo tratada como un constructo singular, incluso la reflexión superficial sugiere que las personas son movidas a actuar por muy diferentes tipos de factores, con experiencias y consecuencias muy variadas. Las personas pueden estar motivadas porque valoran una actividad o porque hay una fuerte coerción externa. Pueden ser instados a actuar por un interés permanente o por un soborno. Pueden comportarse desde un sentido de compromiso personal para sobresalir o por temor a ser vigilados (Ryan y Deci, 2000, p.69)

### **Teoría de la Autodeterminación, Deci y Ryan.**

El ámbito de la motivación hace referencia a lo que lleva al ser humano a actuar, pensar y desarrollarse. El eje central de la investigación en motivación se enfoca en los estados y procedimientos que ayudan la persistencia, el rendimiento, el desarrollo saludable y la vitalidad en una gran variedad de esfuerzos humanos (Ng et al., 2011).

No obstante, evidentemente, los procesos motivacionales pueden ser estudiados en lo que respecta a mecanismos implícitos en el cerebro y la fisiología de las personas, la varianza en la motivación humana no depende exclusivamente de dichos mecanismos, sino que viene también influenciada de las condiciones socioculturales más próximas en las que se encuentran los actores, además de que estas condiciones y procesos socioculturales influyen no solamente en las acciones de las personas sino también en cómo se siente como consecuencia de actuar (Deci y Ryan, 2008a).

La teoría de la autodeterminación (SDT, siglas en inglés de Self-Determination Theory) ha evolucionado en las últimas tres décadas en forma de mini teorías, las cuales cada una se relaciona con fenómenos específicos. Comenzó con el estudio experimental de los efectos de los eventos ambientales en la motivación intrínseca, y desde allí se ha movido, tanto inductiva como deductivamente, hacia una amplia teoría motivacional de la personalidad (Deci y Ryan, 2017).

Esta teoría ha sido profundizada principalmente por Deci y Ryan (1985) y la definen como la cualidad del funcionamiento humano que envuelve la experiencia de la elección o decisión, siendo parte integral de los comportamientos motivados intrínsecamente que se caracterizan por hacer algo porque es inherentemente interesante o disfrutable y algunos comportamientos motivados extrínsecamente que se caracterizan por hacer algo porque conduce a un resultado esperable.

La autodeterminación es una cualidad del funcionamiento humano que implica la experiencia de la elección, en otras palabras, la experiencia de un lugar interno percibido de la causalidad. Es parte integral del comportamiento intrínsecamente motivado y también está en

evidencia en algunos comportamientos extrínsecos motivados. Dicho de otra manera, la autodeterminación es la capacidad de elegir y tener esas opciones, en lugar de reforzar contingencias, impulsos o cualquier otra fuerza o presión, ser los determinantes de las acciones de uno (Deci y Ryan, 1985).

La teoría de la autodeterminación considera los efectos de los acontecimientos relevantes para la iniciación y regulación del comportamiento en términos de su significado para la autodeterminación y competencia de una persona. Esta teoría es organizativa empírica del comportamiento humano y el desarrollo de la personalidad, y se centra principalmente en el nivel psicológico, y diferencia los tipos de motivación a lo largo de un continuo de controlado a autónomo. La teoría está particularmente preocupada por cómo los factores sociales-contextuales apoyan o frustran la prosperidad de las personas a través de la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas de competencia, relación y autonomía (Deci y Ryan, 2000).

El sello psicológico de la autodeterminación es la flexibilidad en la gestión de la interacción de uno mismo y el medio ambiente. Cuando uno se determina a sí mismo, uno actúa por elección en lugar de obligación o coerción, y esas elecciones se basan en una conciencia de sus necesidades organizativas y una interpretación flexible de los eventos externos. La autodeterminación a menudo implica controlar el medio ambiente o los resultados de uno, pero también puede implicar renunciar al control (Deci y Ryan, 1985).

Aunque se define la autodeterminación como una cualidad del funcionamiento humano, también se enfatiza que puede ser apoyada u obstaculizada por las fuerzas ambientales, además, a menudo se habla de la oportunidad de ser autodeterminarte, lo que implica que cuando el entorno apoya la autodeterminación, la persona será más autodeterminada. Para ser autodeterminarte uno debe tener las habilidades para manejar varios elementos del entorno de uno, de lo contrario, es probable que uno sea controlado por ellos (Deci y Ryan, 2008b).

El análisis de la teoría de la autodeterminación se centra principalmente en el nivel psicológico, y diferencia los tipos de motivación a lo largo de un continuo de controlado a

autónomo. La teoría está particularmente preocupada por cómo los factores sociales-contextuales apoyan o frustran la prosperidad de las personas a través de la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas de competencia, relación y autonomía. (Deci y Ryan, 2017).

La teoría de la autodeterminación está centrada en las condiciones sociales que facilitan u obstaculizan el florecimiento humano, examinando cómo las condiciones biológicas, sociales y culturales mejoran o socavan las capacidades humanas inherentes para el crecimiento psicológico, el compromiso y el bienestar, tanto en general como en ámbitos y esfuerzos específicos. La investigación sobre el trato especial y diferenciado investiga de manera crítica los factores, tanto intrínsecos al desarrollo individual como en contextos sociales, que facilitan la vitalidad, la motivación, la integración social y el bienestar, y, alternativamente, los que contribuyen al agotamiento, fragmentación, comportamientos antisociales e infelicidad (Deci y Ryan, 2017).

La teoría de la autodeterminación asume específicamente que los humanos han evolucionado para ser inherentemente curiosos, físicamente activos y profundamente sociales y debido a esto el desarrollo humano individual se caracteriza por la participación proactiva, la asimilación de la información, las reglamentaciones del comportamiento, y la búsqueda de la integración dentro de los grupos sociales (Deci y Ryan, 2008a).

Desde la infancia en adelante (cuando se necesitan entornos de apoyo), las personas manifiestan tendencias intrínsecas para interesarse, aprender profundamente y ganar dominio con respecto a sus mundos internos y externos. Estas inclinaciones incluyen las propensiones inherentes a explorar, manipular y entender asociadas con la motivación intrínseca y la propensión a asimilar las normas y regulaciones sociales a través de la internalización e integración activa (Keegan et al., 2009).

En este momento, la teoría de la autodeterminación comprende 6 mini teorías. La teoría de la evaluación cognitiva, la primera: fue formulada para describir los efectos de los contextos sociales en la motivación intrínseca de las personas y describe los elementos contextuales como

apoyo de autonomía (informativa), control y amotivación, y vincula este tipo de elementos contextuales a las diferentes motivaciones (Deci y Ryan, 1980).

La teoría de la integración orgánica de Deci y Ryan (1985) se refiere a la internalización e integración de valores y regulaciones, y fue formulada para explicar el desarrollo y la dinámica de la motivación extrínseca; el grado en que los individuos experimentan autonomía mientras se involucran en comportamientos extrínsecos motivados; y el a través del cual las personas se encargan de sus valores y costumbres en sus diferentes grupos y culturas.

La teoría de las orientaciones de la causalidad Deci y Ryan (1985) fue formulada para describir las diferencias en las tendencias de las personas a orientarse hacia el entorno individual social en formas que apoyan su propia autonomía, controlar su comportamiento, o como conllevan a la amotivación hacia una tarea. Esta mini teoría permite la predicción de la experiencia y el comportamiento de las orientaciones duraderas de la persona.

La teoría de las necesidades básicas Deci y Ryan (2000) se formuló para explicar la relación de la motivación y los objetivos con la salud y el bienestar, en parte mediante la descripción de asociaciones de configuraciones de valor y estilos reglamentarios con la salud psicológica, a través del tiempo, el género, las situaciones, y cultura.

La teoría de los contenidos de las metas (GCT), postula que un enfoque relativamente fuerte en las aspiraciones extrínsecas está relacionado con un menor bienestar, mientras que poner una prioridad en las aspiraciones intrínsecas está relacionado con un mayor bienestar y esos de metas también se encuentran relacionados con las necesidades básicas psicológicas (Deci y Ryan, 2017).

La teoría de la motivación de las relaciones (RMT), la sexta mini teoría de la teoría de la autodeterminación se refiere a las cualidades de las relaciones estrechas y sus consecuencias. RMT propone que la necesidad de relación es intrínseca e inclina a las personas a participar volitivamente en relaciones estrechas. RMT sugiere que la satisfacción de la necesidad frente a la frustración media en gran medida las relaciones entre los apoyos sociales y los resultados de



bienestar psicológico. Recibir apoyo de autonomía de un socio relacional facilita la satisfacción de las necesidades del receptor, junto con la autenticidad, confianza emocional, transparencia y no defensiva (Deci y Ryan, 2017).

### ***Teoría de la evaluación cognitiva***

La teoría de la evaluación cognitiva (CET), la primera de las mini teorías de la teoría de la autodeterminación, se centra exclusivamente en la motivación intrínseca. La principal preocupación de CET es cómo los eventos en el entorno social impactan la motivación intrínseca (Ryan y Deci, 2000a).

El fenómeno de la motivación intrínseca refleja la propensión primaria y espontánea de algunos organismos, especialmente los mamíferos, a desarrollarse a través de la actividad para jugar, explorar y manipular las cosas y, al hacerlo, ampliar sus competencias y capacidades. Esta inclinación natural es una característica especialmente significativa de la naturaleza humana que afecta el desarrollo cognitivo y emocional de las personas, la calidad del rendimiento y el bienestar psicológico. Es uno de los recursos internos fundamentales que la evolución ha proporcionado (Deci y Ryan, 2000).

La teoría de la evaluación cognitiva (CET) representa una mini teoría formal desarrollada dentro del SDT que se centra en factores que facilitan o socavan la motivación intrínseca. El CET fue la primera de las mini teorías del SDT y se desarrolló principalmente durante los años 1970 y 1980 para organizar e integrar los resultados de los estudios experimentales emergentes sobre cómo las recompensas, castigos, evaluaciones, retroalimentación y otros eventos extrínsecos afectan la motivación intrínseca (Deci y Ryan, 2017).

Al principio, el CET se probó principalmente en experimentos de laboratorio, permitiendo interpretaciones causales de los factores que influyen en la motivación intrínseca. La suposición del SDT no es que los eventos sociales-contextuales "causen" motivación intrínseca-por el contrario, la motivación intrínseca se entiende como una propensión humana

evolucionada e inherente . Se comenzó con la creencia de que esta propensión inherente podría ser aumentada o disminuida por factores sociales-contextuales, por consiguiente, la CET se concentra en los estados proximales que proporcionan, preservan e incrementan la motivación intrínseca o, alternadamente, la disminuyen y la merman (Deci y Ryan, 2017).

La teoría de la evaluación cognitiva fue introducida en la década de 1970 (Deci, 1975) y refinada a principios de la década de 1980 por ejemplo en , (Deci y Ryan, 1980); (Ryan, 1982) y, sin embargo, los elementos básicos han permanecido en gran medida intactos y bien apoyados empíricamente desde entonces dicho tiempo.

La CET representa tanto una psicología social de motivación intrínseca (ya que especifica cómo los elementos y contextos sociales afectan la motivación intrínseca y los procesos y resultados asociados con ella) como una perspectiva de personalidad, en la que especifica un aspecto central de la naturaleza humana y su despliegue. En su forma más general, la CET argumenta que los eventos que afectan negativamente la experiencia de autonomía o competencia de una persona disminuirán la motivación intrínseca, mientras que los eventos que apoyan las percepciones de autonomía y competencia aumentarán la motivación intrínseca (Deci y Ryan, 1980).

Las recompensas pueden, bajo condiciones bien especificadas, producir efectos mentales perjudiciales en la motivación intrínseca sin embargo no significa que la SDT esté en contra de todas las recompensas, estas pueden tener muchas funciones motivacionales positivas, especialmente en áreas en las que el comportamiento no es intrínsecamente motivante (Ryan, 1982).

Las recompensas extrínsecas representan un ejemplo particularmente interesante de autonomía decreciente, porque la recepción de recompensas es un evento por el que la gente a menudo se siente positiva. Sin embargo, comportarse para obtener un resultado tan positivo o deseado puede, no obstante, disminuir la autonomía y socavar la motivación intrínseca, desarrollando un enfoque instrumental hacia la actividad, convirtiéndose en algo que controla el

comportamiento en lugar de ser algo por lo que se esté participando por el propio bien, o las satisfacciones inherentes (Houliort et al., 2002).

Los efectos perjudiciales y facilitadores de tipos específicos de recompensas que son el foco de CET afectan a la motivación posterior de las personas. Las recompensas, cuando son sobresalientes y potentes, pueden motivar claramente el comportamiento inmediato (Ryan y Deci, 2000b). El problema es específicamente el impacto en el mantenimiento de la conducta intrínsecamente motivada en el tiempo, y las experiencias de disfrute e interés asociadas con ella, después de que la recompensa se termina.

En la CET (Deci y Ryan, 1980) sugieren que la retroalimentación o feedback mediante comentarios o elogios positivos pueden apoyar o mejorar el sentido de competencia de los receptores, debido a que la retroalimentación positiva es menos tangible que una recompensa material y normalmente no se espera, las personas son menos propensas a percibir que hicieron la tarea con el fin de obtener la retroalimentación positiva.

Dentro de las principales proposiciones de la CET en cuanto a la autonomía y la competencia de las personas se encuentran las siguientes:

Los eventos que promueven un significado funcional de control frustrarán la autonomía y socavarán la motivación intrínseca, mientras que aquellos que promueven un ambiente percibido más interno aumentarán los sentimientos de autonomía y aumentarán la motivación intrínseca (Deci y Ryan, 2017).

Los eventos externos también afectarán la motivación intrínseca de una persona para una actividad en la medida en que los eventos influyan en la competencia percibida de la persona en la actividad. Los eventos que promueven una mayor percepción de competencia aumentan la motivación intrínseca al satisfacer la necesidad de competencia de la persona. Los acontecimientos que disminuyen significativamente la competencia percibida socavan la motivación intrínseca. (Deci y Ryan, 2017)

El CET especifica que un evento puede ser controlador es decir que se experimenta como una presión externa o un incentivo hacia un resultado específico, o puede ser informativo, lo cual quiere decir que afirma o promueve la autonomía y la competencia. Algunos eventos también pueden ser amotivantes, lo que significa que la persona los experimenta como una disminución de un sentido de competencia para actuar o el sentido de la autonomía o ambos (Deci y Ryan, 2017).

Los eventos externos relevantes para la iniciación y regulación del comportamiento tienen tres aspectos, cada uno con una importancia funcional.

El aspecto informativo, que transmite información sobre la competencia autodeterminada, facilita un lugar interno percibido de causalidad y competencia percibida, apoyando así la motivación intrínseca. El aspecto controlador, que presiona a la gente a pensar, sentir o comportarse de maneras particulares, facilita un lugar externo percibido de causalidad, disminuyendo así la motivación intrínseca. La faceta de amotivación, que implica incompetencia para obtener resultados, merma la motivación intrínseca y extrínseca. La importancia relativa de estos tres aspectos para la persona, que pueden ser influenciados por factores en el contexto interpersonal y en la persona, determina la importancia funcional del evento y su impacto en la motivación intrínseca (Deci y Ryan, 2017).

Uno de los fundamentos de CET es que los efectos de los eventos en la motivación intrínseca dependen de las interpretaciones que los individuos dan a esos eventos, no son solo sucesos externos como tal sino su significado funcional para los individuos lo que determina sus efectos sobre la motivación intrínseca, tales recompensas no son inherentemente controladoras sino, más bien, porque las personas tienden, en promedio, a experimentarlas como controladoras (Deci y Ryan, 1985).

Los contextos interpersonales pueden caracterizarse en términos del grado en que el clima motivacional tiende a ser controlador, autosostenido o amotivador. Esta cualidad del clima interpersonal global impacta directamente tanto en la motivación como en la probable

interpretación o significación funcional de eventos específicos, con efectos correspondientes en la motivación intrínseca. Los entornos que más facilitan la motivación intrínseca son aquellos que apoyan las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación de las personas (Deci y Ryan, 1985).

En consecuencia, los acontecimientos informativos internos son los que facilitan la motivación intrínseca al facilitar la percepción interna de un lugar de causalidad y competencia percibidas; Los eventos de control interno son aquellos que se experimentan como presión hacia resultados específicos y facilitan un enfoque externo percibido de causalidad, socavando así la motivación intrínseca; y los eventos internamente amotivantes son aquellos que resaltan la incompetencia e incapacidad de alguien para lograr los resultados deseados, disminuyendo así la motivación intrínseca y extrínseca (Deci y Ryan, 1985).

En la SDT en general, la motivación intrínseca es importante en parte porque se teoriza para desempeñar un papel crucial en la mejora de la calidad de la participación y, por lo tanto, tanto el rendimiento como el aprendizaje además del hecho de que numerosos estudios han investigado la cuestión de si la motivación intrínseca está relacionada con un funcionamiento más eficaz, la creatividad y el rendimiento, muchos de los cuales se han hecho en el marco de CET (Ryan y Deci, 2013).

### ***Teoría de la integración orgánica***

Esta teoría se ocupa de diversas formas de motivación extrínseca y de sus causas y consecuencias. Al abordar la motivación extrínseca, esta es la segunda de las mini teorías del SDT: la teoría de la integración orgánica con sus siglas en inglés Organismic Integration Theory (OIT). Para la OIT son fundamentales los conceptos de internalización e integración, que pueden resultar en cuatro tipos principales de regulación motivacional -externa, introyecta, identificada e integrada- que varían en su grado de autonomía, así como en sus antecedentes específicos y efectos sobre la experiencia y el comportamiento (Deci y Ryan, 1985).

La OIT describe las tendencias inherentes de la gente hacia la asimilación e integración de las regulaciones sociales. Además, al igual que en la CET, que se centra en apoyos u obstáculos para la motivación intrínseca, dentro de la OIT se examina los factores en contextos sociales e interpersonales que representan apoyos u obstáculos de esta propensión integradora (Deci y Ryan, 1985).

### ***El concepto de Internalización***

La motivación extrínseca viene en tipos variados. Para diferenciar estos tipos dentro de la SDT, se aplica el concepto de internalización, definido como el proceso de tomar valores, creencias o regulaciones conductuales de fuentes externas y transformarlas en propias y ser el proceso psicológico interno que corresponde al proceso de socialización interpersonal y cultural observable externamente. A través de la socialización, una sociedad transmite regulaciones, actitudes y valores conductuales a sus miembros constituyentes (Ryan y Connell, 1989).

Para Deci y Ryan (1985) la internalización refleja los procesos a través de los cuales los comportamientos extrínsecos se convierten en un aspecto establecido de la mente y los motivos de las personas. Al igual que la motivación intrínseca, la internalización representa un proceso de crecimiento natural, un proceso de aprendizaje activo y auto extensión, que, por tanto, llega a ser un proceso humanizante, que se preocupa no solo por promover el crecimiento individual.

Este proceso puede conducir a un funcionamiento eficaz en la persona, mientras que algunas formas de internalización pueden conducir a al conflicto interno, a medida que la gente intenta vivir a normas o valores rígidamente integrados (Deci y Ryan, 1985).

La SDT aplica también la implicación del ego, describiéndolo como una forma de motivación interna en la que las personas se presionan a sí mismas para comportarse o realizar hasta ciertos estándares porque sus sentimientos de valor se han vuelto dependientes de hacerlo (Deci y Ryan, 1985).

Según Deci y Ryan (1985) la implicación del ego se describe como un componente que ilustra que no todas las motivaciones internas son verdaderamente volitivas o se caracterizan por la autonomía. De hecho, la gente promulga muchos valores y prácticas por razones controladas. A menudo son impulsados por otros como sus familias, compañeros o instituciones culturales y se sienten presionados por la culpa o el miedo a la vergüenza y la desaprobación si no se ajustan o porque buscan la aprobación y la inclusión.

La teoría de la integración orgánica especifica que cuanto más plenamente interioricen las personas las regulaciones de las actividades de motivación extrínseca valoradas culturalmente, más interna será la localización de causalidad percibida , y más autonomía experimentará la gente en la realización de los comportamientos. Las regulaciones que están menos internalizadas tendrán causalidad percibida más externa, y así los comportamientos serán más tibios, u obedientes, y habrá más experiencia de conflicto con una actividad (Deci y Ryan, 2017).

El proceso de integración orgánica inclina naturalmente a los humanos a internalizar motivaciones extrínsecas que son respaldadas por otros significativos. Sin embargo, el proceso de internalización puede funcionar con mayor o menor eficacia, dando lugar a diferentes grados de internalización que son la base de las reglamentaciones que difieren en la percepción del lugar de la causalidad y, por tanto, en la medida en que son autónomas (Deci y Ryan, 2017).

La internalización eficaz es muy importante para satisfacer la necesidad de competencia y esta allana el camino para asumir roles y posiciones que permitan a las personas sentirse eficaces, contribuyendo a su sentido general de competencia personal y social. A lo largo de la vida útil, la globalización interna apoya el crecimiento de la competencia y la adaptación (Ryan y Connell, 1989). También se puede esperar que las personas graviten hacia prácticas y sistemas de valores dentro de los cuales pueden sentir efectividad y competencia y no pueden interiorizar completamente aquellos que están más allá de su comprensión o capacidades.

Las personas también internalizan la información social porque les permite sentir conexión con otros a sus familias, grupos de compañeros, organizaciones, o la sociedad más en general. De hecho, la necesidad de la relación juega un papel central en la internalización energizante. A medida que los individuos internalizan prácticas y valores familiares y culturales, experimentan un sentido de participación y pertenencia que satisfaga las necesidades de relación (Deci y Ryan, 1985).

La internalización es un proceso de importancia crítica a través del cual las personas pueden satisfacer sus necesidades psicológicas fundamentales de relación, competencia y autonomía.

En los diferentes contextos de la vida, diferentes agentes sociales proveerán diferentes apoyos y barreras a la internalización y estos efectos que facilitan y merman, contribuyen a la variación dentro de la persona en estilos y regulaciones motivacionales para diferentes comportamientos (Deci y Ryan, 2000).

### ***Tipos de Internalización y Regulación***

La OIT especifica cuatro estilos regulatorios generales, cada uno representando cómo las regulaciones y valores pueden ser internalizados de diferentes maneras (Deci y Ryan, 1985). Estas motivaciones diferentes varían no sólo en sus características dinámicas sino también en su lugar percibido de causalidad, con algunos experimentados como relativamente autónomos y otros como más controlados.



***Regulación externa.***

Una conducta es regulada externamente si está motivada y depende de contingencias externas de recompensa o castigo, todo comportamiento depende de tales contingencias externas para su ocurrencia confiable. Los comportamientos pueden hacerse dependientes de las recompensas (o, más precisamente, de los refuerzos). Dentro de la OIT, la regulación externa se define por la experiencia o percepción de que uno está haciendo el comportamiento debido a una contingencia externa. Por lo tanto, la dependencia del comportamiento en una contingencia es una función del hecho de que, cuando se regula externamente, los individuos realizarán el comportamiento sólo cuando hay una expectativa (implícita o explícita) de que la contingencia está en efecto (Deci y Ryan, 2017).

La regulación externa es una forma bastante común de motivación. De hecho, los reguladores externos pueden ser poderosamente motivadores en un sentido inmediato, pueden obligar o seducir a la gente a actuar, y ofrecen herramientas rápidas para movilizar el comportamiento. La cuestión es el potencial a corto plazo, debido a que la regulación externa se asocia a menudo con un mantenimiento y una transferencia deficientes, ya que las personas realizan el comportamiento porque esperan una consecuencia separable (Deci y Ryan, 1985).

***Regulación introyectada.***

La introyección es un proceso a través del cual, en un grado significativo, el comportamiento puede ser liberado de esas contingencias externas. La introyección es un tipo de internalización que implica tomar o adoptar una regulación o un valor, pero hacerlo de una manera que es sólo una transformación o asimilación parcial e incompleta. Un introyecto se experimenta como una fuerza exigente y controladora, aunque interna, actuando sobre el yo un sentido de que uno debe hacer algo o enfrentar la ansiedad y el auto desprendimiento (Deci y Ryan, 1980).

La introyección es una forma de regulación intrapersonal y por lo tanto tiene la ventaja de ser un poco más duradera de motivación extrínseca que la regulación externa. La regulación

introyectada se basa en los matices afectivos y evaluativos dentro del individuo en lugar de depender de la presencia directa de contingencias externas y de seguimiento. La introyección es una forma de control que la gente ejerce sobre sí misma, enfatizando juicios internos y evaluaciones sobre los cuales los sentimientos de valor son condicionales (Deci y Ryan, 1985).

La introyección se basa en contingencias internas de autoestima y sus consecuencias afectivas como el orgullo y la culpa, la regulación introyectada también está fuertemente asociada con la proyección, los individuos a menudo proyectan su auto aprobación o sobre otros, imaginando que estos otros aprobarán o desaprobarán condicionalmente en función del comportamiento o resultado objetivo (Ryan y Deci, 2000b).

Muchos factores situacionales pueden catalizar una regulación introyectada, especialmente aquellos que aumentan la participación del ego, la autoconciencia y la autoevaluación crítica. Por otra parte, la introyección y la implicación del ego parecen asistir comúnmente a dominios en los que la competencia y las comparaciones interpersonales son sobresalientes (por ejemplo, imagen, atractivo, logro, deportes, éxito financiero (Deci y Ryan, 2017)).

Cuando las personas tienen éxito en vivir de acuerdo con los introyectos, los sentimientos resultantes de valor representan una especie de falsa autoestima, porque dependen de la exhibición continua de ciertas características o comportamientos en lugar de estar anclados en un sentido profundo de sí mismo (Deci y Ryan, 1995).

### ***Regulación a través de la identificación.***

La identificación es un tipo de internalización que cae más lejos a lo largo del continuum de internalización de la autonomía relativa, ubicada entre la regulación introyecta e integrada. Las identificaciones se definen por un respaldo consciente de valores y regulaciones. Así, las personas que realmente se han identificado con el valor y la importancia de un comportamiento dirán que lo ven como algo personalmente importante para ellos mismos. En relación con los

introyectos, por lo tanto, las identificaciones se caracterizan por la experiencia de una mayor autonomía y tienen un lugar de causalidad percibido más interno (Deci y Ryan, 2017).

En la OIT, el elemento dinámico es la relación de la persona con el valor y el comportamiento y la congruencia del comportamiento valorado con respecto a sus propias necesidades, metas y valores. Otros factores que influyen en la congruencia y la valoración de los procesos dentro del trato especial y diferenciado figuran entre los diversos factores que afectan a la internalización (Deci y Ryan, 2017)

La regulación a través de la identificación es más autónoma o volitiva que la regulación externa o introyectada. Al actuar de acuerdo con las regulaciones identificadas, las personas no están simplemente cumpliendo con una demanda externa o introyecta, sino que están actuando por una creencia en la importancia personal o el valor percibido de la actividad. A través de la identificación, las personas aceptan la importancia de una acción, pero pueden no haber examinado necesariamente la relación de esa acción con otros aspectos de su identidad. La relación entre una nueva identificación y otros valores y objetivos internalizados es la cuestión crucial para pasar de la identificación a una internalización más completa (Deci y Ryan, 1985).

### ***Integración y autodeterminación.***

La regulación integrada representa el tipo más completo de internalización y es la base para la forma más autónoma de motivación extrínseca, típicamente requiere autorreflexión y asimilación recíproca. La regulación integrada implica que uno traiga un valor o regulación en congruencia con los otros aspectos de uno mismo con sus necesidades psicológicas básicas y con sus otras identificaciones (Ryan y Deci, 2004).

El resultado de la integración es una forma muy estable y madura de autorregulación que permite la orientación flexible de la propia acción y representa una forma totalmente autónoma de motivación extrínseca. Cuanto más integrado esté un valor u objetivo, más eficaz es la persona en la autorregulación, lo que indica que una mayor integración de esta motivación

extrínseca apoya una mayor congruencia en la regulación de la acción, afectando tanto a los procesos explícitos como implícitos (Deci y Ryan, 1985).

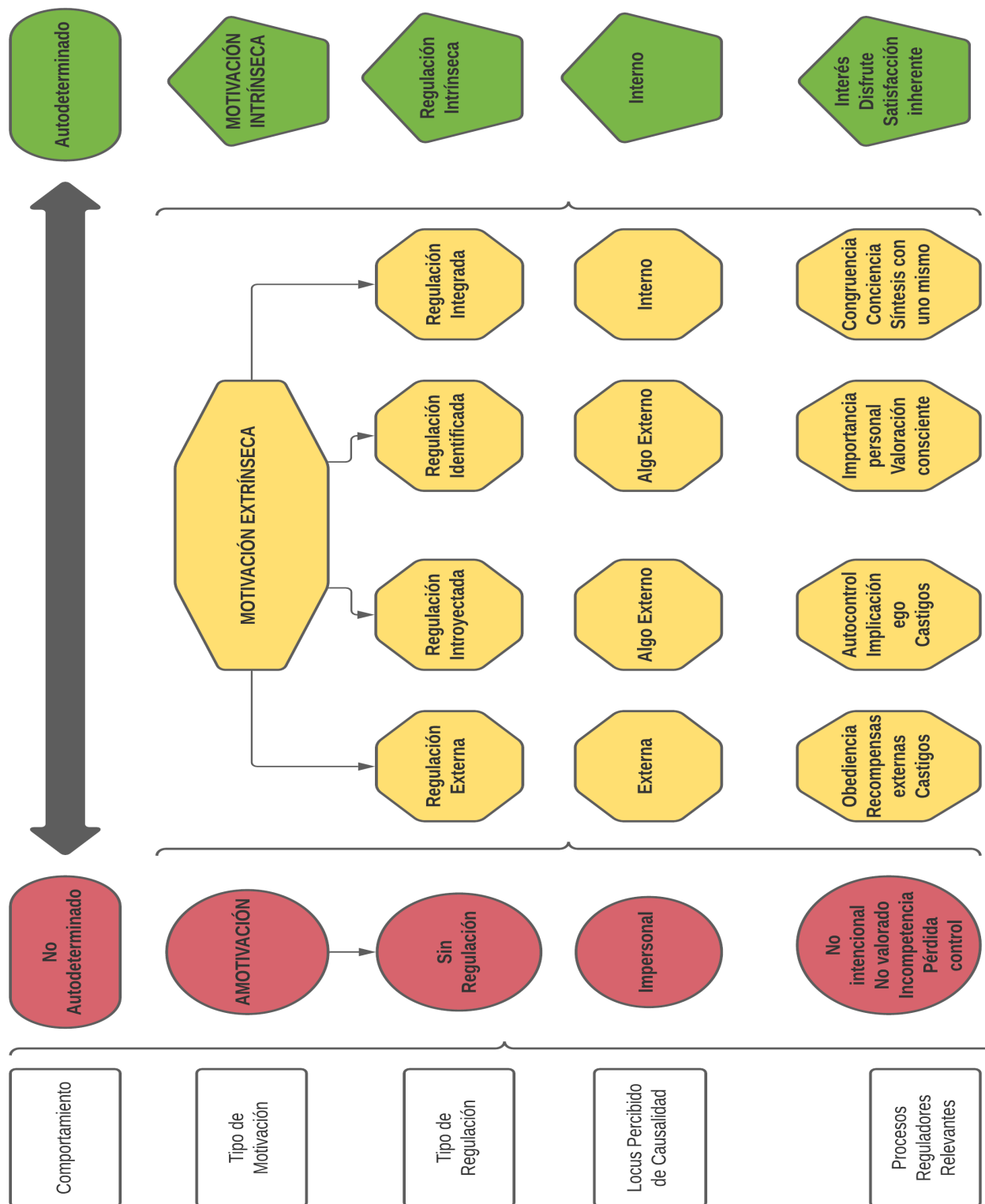
### ***Amotivación***

En un lugar a parte del continuo de la motivación extrínseca está la categoría de la regulación llamada amotivación. La amotivación describe un estado en el que uno no está motivado para comportarse, o uno se comporta de una manera que no está mediada por la intencionalidad. De acuerdo con la tradición cognitiva Heider (1958) las personas son motivadas sólo en la medida en que sus acciones están destinadas sin embargo cuando un individuo no encuentra ningún valor, recompensa o significado en un acto, es probable que no tenga intención de realizarlo; él o ella estarán amotivados, la demarcación entre amotivación y motivación radica en la cuestión de la intención, los comportamientos motivados son intencionales consciente o no conscientemente siendo una distinción que es central en todas las teorías cognitivas empíricas de la motivación.

La amotivación involucra a las personas que perciben una falta de valor o interés en un comportamiento, por lo tanto, este tipo de amotivación no se debe a la falta de eficacia o a la contingencia percibida, sino más bien a la indiferencia acerca de la actividad o de sus resultados pertinentes; a uno no le importa actuar. Por lo tanto, la amotivación abarca el estado de no intencionalidad representado en ambos casos: incapacidad percibida para lograr un resultado y ausencia de interés o utilidad. Sin embargo, estos dos tipos de amotivación pueden tener consecuencias afectivas muy diferentes, porque en este último caso la persona todavía puede experimentar un sentido de control y, a veces incluso la autonomía, en no actuar (Deci y Ryan, 2017).

FIGURA 1.

La Teoría de la Integración Orgánica (OIT) taxonomía de estilos regulatorios. Adaptado de (Ryan y Deci, 2000a) Copyright 2000 por la American Psychological Association.



La motivación intrínseca aparece en el extremo derecho del continuum de autonomía relativa en la Figura --- indicando que es un tipo de motivación propiamente autónoma. Sin embargo, se separa de la regulación integrada no para transmitir mayor valor o mayor autonomía sino para indicar que es un tipo diferente de motivación. La regulación integrada sigue siendo un tipo de motivación extrínseca, aunque muy autónoma; pero comparte cualidades de flexibilidad y volición con la motivación intrínseca.

Con la actividad intrínsecamente motivada, las personas están experimentando las recompensas de interés y satisfacción a medida que se involucran en la actividad misma. Su objetivo es el disfrute inherente a la actividad, por lo que el futuro normalmente juega poco papel en su reflexión sobre el compromiso de la tarea (Deci y Ryan, 1985).

Otra diferencia importante entre la regulación intrínseca e internalizada se refiere al hecho de que las actividades intrínsecamente motivadas son típicamente espontáneas, representando lo que la gente está interesada en hacer en ese momento, Mientras que las actividades con motivaciones extrínsecas suelen estar motivadas inicialmente por condiciones o autoridades externas. Esto puede requerir una reflexión de orden superior en la que las personas vean sus acciones instrumentales, incluso las impuestas desde el exterior, en términos de sus valores, metas y propósitos en lugar de en términos de la autoridad o imposición .(Deci y Ryan, 2000).

El concepto de un continuum de autonomía relativa se introdujo como base para diferenciar las formas de motivación extrínseca y colocarlos en relación teórica entre sí y con la amotivación y la motivación intrínseca. Una idea central es que cuanto más plenamente las regulaciones se incorporen en coherencia y congruencia entre sí y con las necesidades básicas, más autónoma será la persona en la ejecución de los comportamientos correspondientes (Deci y Ryan, 2017).

En la medida en que el comportamiento de las personas esté regulado a través de formas más autónomas o integradas de internalización, mostrarán una mayor persistencia conductual en las actividades, una mayor calidad de comportamiento y un rendimiento más efectivo, especialmente para acciones más difíciles o complejas, esto facilitara en gran medida que el comportamiento de las personas se regule a través de formas más integradas de internalización y tendrán más experiencias positivas y mayor salud psicológica y bienestar (Deci y Ryan, 2017).

Para Deci y Ryan, (2017) la tendencia a internalizar e integrar valores, actitudes y regulaciones conductuales, aunque sea una tendencia humana natural, requiere los tipos de apoyos contextuales que permitan a las personas satisfacer sus necesidades básicas de relación, competencia y autonomía al involucrarse en los comportamientos relevantes. Debido a que la SDT define estas necesidades básicas como nutrientes que son esenciales para el bienestar y especialmente para los comportamientos que son centrales en la vida de una persona.

Los contextos sociales pueden facilitar una mayor internalización de las motivaciones extrínsecas al apoyar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de competencia, autonomía y relación del individuo. Para que la internalización ocurra en absoluto, la necesidad de relación es de importancia vital. Las personas tienen un interés natural en las prácticas y actitudes de los demás, y en la medida en que tienen o desean conexión con ellos, son más propensos a internalizar lo que observan o se les enseña (Deci y Ryan, 2017).

### ***Teoría de las orientaciones de causalidad.***

Las orientaciones de causalidad describen conjuntos motivacionales o formas características de percibir y organizar percepciones e información motivacionalmente relevantes. Son adaptaciones características para McAdams y Pals (2006) que reflejan la propensión de las personas a orientarse a diferentes aspectos de las situaciones que son relevantes desde el punto de vista motivacional, especialmente con respecto a si los individuos ejercerán autonomía, atenderán a los controles, o temerán reacciones no contingentes a sus iniciaciones y comportamientos. Tales orientaciones motivacionales también pueden ser potenciadas por contextos, o preparadas, haciendo más probable que una o más de estas orientaciones motivacionales sean evidenciadas por individuos.

La teoría de las orientaciones de causalidad (COT) con sus siglas en inglés Causality Orientations Theory maneja tres tipos de orientaciones fundamentales que describen la teoría:

La orientación autonómica la cual es la que describe el grado en que las personas se orientan hacia sus entornos tratándolos como fuentes de información relevante, ya que se interesan tanto en los eventos externos como en las experiencias internas que los acompañan.

Esta también implica su experiencia de elección con respecto a sus acciones y reacciones y encontrar o crear oportunidades para la participación y expresión de lo que encuentran interesante e importante. Cuando se orienta a la autonomía, la gente está interesada, poniéndolos en posición de ser más autorreguladores. Así, cuando las personas son altas en la orientación de la autonomía, tienden a utilizar los estilos de regulación identificados e integrados y a tener un alto nivel de motivación intrínseca (Deci y Ryan, 2017).

La orientación controlada es la encargada de describir el grado en que la atención y las preocupaciones de las personas tienden a orientarse hacia contingencias y controles externos. Los individuos en una orientación controlada experimentan contextos sociales en términos de



recompensas y presiones sociales que cumplen o desafían, y al hacerlo a menudo pierden de vista sus propios valores o intereses. Cuando las personas son altas en la orientación controlada, tienden a utilizar los estilos de regulación externos e introyectados y a tener un bajo nivel de motivación intrínseca. Con frecuencia, están muy ocupados con lo que otros podrían pensar y/o con lo que juicios externos o contingencias podrían asistir a sus acciones (Deci y Ryan, 2017).

La tercera orientación es la impersonal la cual describe el grado en que las personas se orientan hacia los obstáculos para el logro de la meta, experimentan fácilmente ansiedad e incompetencia, y reaccionan a su falta de control sobre los resultados y por lo tanto son relativamente propensos a ser amotivados. El término impersonal empleado aquí fue extraído del concepto de causalidad impersonal de (Heider, 1958), que parecía apropiado en la medida en que las personas altas en la orientación impersonal eran más propensas a ser carentes de intencionalidad e iniciativa, lo que lleva a las personas a ser relativamente pasivas y ser fácilmente abrumadas por las fuerzas ambientales y por sus propios impulsos internos y emociones (Deci y Ryan, 2017).

La COT sugiere que las personas difieren en las fuerzas relativas de estas tres orientaciones, las personas tienen un cierto grado de cada una de las tres orientaciones y tienen una disposición para comprometerse con el mundo en cierto grado de una manera orientada a la autonomía, en cierto grado de una manera controlada, y en cierto grado de una manera amotivadas (Deci y Ryan, 2000).

Las orientaciones de causalidad representan conjuntos motivacionales que guían a las personas a centrarse en aspectos particulares de un contexto y potencian tipos específicos de significación funcional, también pueden activarse mediante señales específicas en el contexto, a menudo unos de los cuales los individuos no son conscientes (Deci y Ryan, 2000).

Según Deci y Ryan (2017) las orientaciones de causalidad afectan la eficacia de las personas para involucrarse con su entorno, así como su bienestar psicológico, mediado por tipos de motivaciones específicas de dominio o situación y necesidades de satisfacción. La orientación

autonómica promueve una mayor integración de la personalidad, que se fortalece y promueve el desempeño efectivo y el bienestar. La orientación controlada promueve la introyección y la rigidez, lo que se fortalece y promueve una autorregulación menos efectiva y una experiencia menos positiva y la orientación impersonal promueve la experiencia de la ineficiencia y la amotivación, fortaleciéndose así y conduciendo a los resultados menos efectivos y de menor bienestar.

Para ser autodeterminado o autónomo en sus acciones, la gente debe (1) ser consciente de las necesidades, procesos, sentimientos, cogniciones y relaciones que conforman su verdadero o integrado sentido de quiénes son y (2) actuar de acuerdo con ese sentido integrado de sí mismo. En gran medida, esto implica que las personas permitan que surjan sus necesidades básicas y se comporten de manera que satisfagan esas necesidades. Así teorizamos que cuando las personas son más autónoma, también experimentarán un mayor grado de satisfacción de sus tres necesidades psicológicas universales (Deci y Ryan, 2008b).

### ***Teoría de las necesidades psicológicas básicas***

Hay tres necesidades psicológicas básicas, cuya satisfacción es esencial para el desarrollo óptimo, la integridad y el bienestar. Estas son las necesidades de autonomía, competencia y relación.

La SDT ve a todas las personas como afectadas por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de competencia, relación y autonomía. Es el grado de diferencia en la satisfacción y frustración de dichas necesidades básicas del ser humano, más que la fuerza o valor de las necesidades, lo que se usa principalmente para realizar predicciones en este enfoque (Chen, et al., 2015).

Las personas pueden diferir en términos de cuán subjetivamente sobresalientes son estas necesidades o cuán centralmente las necesidades están representadas en sus objetivos personales y estilos de vida, sin embargo, un elemento central del enfoque del trato especial y diferenciado es la suposición de que una mayor satisfacción de las necesidades básicas redundará en un mayor bienestar y una mayor frustración disminuirá el bienestar, independientemente de estos factores condicionales (Deci y Ryan, 2008a).

La satisfacción de las necesidades psicológicas se postula como una condición necesaria para que los seres humanos prosperen o florezcan, y la frustración de estas es perjudicial para el bienestar, siendo importantes estas necesidades como un constructo funcional (Deci y Ryan, 2008a).

Las satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas son diferentes a lo largo del tiempo en las personas, en sus contextos y en sus interacciones sociales. Cualquier elemento o acontecimiento que produzca variaciones en la satisfacción de la necesidad o la frustración de la misma también producirá por ende variaciones en el bienestar, y este principio va desde niveles de análisis altamente agregados hasta variaciones de momento a momento en el funcionamiento (De Francisco et al., 2020).

En uno de los primeros estudios de este tipo, (Sheldon et al., 1996) se centraron en las necesidades de competencia y autonomía, al examinar las variaciones diarias en las experiencias asociadas a la satisfacción de estas dos necesidades con estudiantes adolescentes y estos tenían mejores días en relación a sus propios promedios cuando sus necesidades de autonomía y competencia se estaban cumpliendo y días malos (días con menor bienestar que el típico) cuando las necesidades de autonomía y competencia se satisfacían menos.

La satisfacción de cada una de las tres necesidades psicológicas es facilitada por el apoyo a la autonomía, mientras que el control de contextos y eventos puede interrumpir no sólo las satisfacciones de autonomía, pero la relación y la competencia también necesitan satisfacciones, debido a que las satisfacciones básicas de las necesidades psicológicas son requisitos funcionales para el pleno funcionamiento y bienestar, los efectos de la satisfacción frente a la frustración de estas necesidades se evidenciarán independientemente de si las personas desean o valoran explícitamente las necesidades, y sin importar su contexto sociocultural (Deci y Ryan, 2017).

Uno de los aspectos más interesantes de las formulaciones de la teoría de la autodeterminación sobre las necesidades psicológicas es que la satisfacción de las tres necesidades se considera esencial para que una persona pueda funcionar plenamente. Cada uno es independientemente importante, y la privación de cualquiera se considera problemática. Así, para las personas que tienen un alto bienestar y salud mental, las tres necesidades tienden a ser generalmente satisfechas (Deci y Ryan, 2017).

Las necesidades psicológicas básicas satisfacen las bases del bienestar, el bienestar psicológico debe conceptualizarse en términos de pleno funcionamiento. Una persona que está psicológicamente bien no está libre de psicopatología, ni simplemente "feliz." Puede movilizar y aprovechar la energía psicológica y física para llevar a cabo actividades valiosas, en particular las actividades en las que la persona siente propiedad y motivación. Esto lleva a la cuestión de la vitalidad, quizás la característica más general de una persona plenamente funcional. La vitalidad

se ocupa de la energía para la acción: no sólo los sentimientos de excitación, sino la energía disponible para el yo o para sí mismo (Deci y Ryan, 2017).

### ***Teoría de los contenidos de meta.***

La SDT sostiene que no todos los objetivos se crean iguales para el contenido de las metas de las personas y las actividades de la vida afectan a su integración y bienestar. Querer y alcanzar algunas metas satisfará las necesidades psicológicas básicas y, a su vez, fomentará el bienestar y el aprendizaje, mientras que querer y alcanzar otras metas puede dejar a las personas desprovistas de satisfacciones de necesidades básicas y a veces incluso con reducción en la calidad de su bienestar (Duda, 1989).

La teoría de contenidos de metas (GCT siglas en inglés de Goal Contents Theory), que se refiere a las metas y aspiraciones que organizan la vida de las personas y las relaciones de estas metas y aspiraciones a las satisfacciones de las necesidades básicas, la motivación y el bienestar y enfocarse respecto al ¿qué? de los comportamientos dirigidos a la meta de las personas, es decir, si están persiguiendo metas o aspiraciones de vida intrínsecas versus extrínsecas y cómo estas metas y comportamientos se relacionan con los resultados de bienestar (Deci y Ryan, 2017).

Los objetivos intrínsecos se definen como los más directamente asociados con la búsqueda de lo que es intrínsecamente valorado, como las relaciones estrechas, el crecimiento personal y contribuir a la comunidad. Los objetivos extrínsecos, en contraste, son aquellos enfocados en resultados instrumentales, tales como dinero, fama, poder o atractivo externo. Por lo tanto, estos objetivos pueden entenderse como situados a lo largo de un eje de intrínseco a extrínseco y cuanto más valore o priorice un individuo las metas extrínsecas en relación con las metas intrínsecas, menor será su bienestar. Cuanto más una persona pone prioridad o valor relativo en metas intrínsecas, mejores resultados del bienestar tendrán las personas (Deci y Ryan, 1985).

Estas relaciones entre los objetivos intrínsecos y extrínsecos y el bienestar serán en gran medida mediados por la satisfacción y la frustración de las necesidades psicológicas básicas. En general, los objetivos intrínsecos ayudan a satisfacer mejor las necesidades psicológicas básicas, además, los efectos también pueden venir dados de una función de la base reguladora de los objetivos, ya que los objetivos extrínsecos, en promedio, tienden a ser menos autónomos que los objetivos intrínsecos (Cid et al., 2019).

Sheldon y Krieger (2014) encontraron que las personas eran más propensas a abrazar sus aspiraciones que a actuar de acuerdo con ellos, especialmente con respecto a los objetivos intrínsecos de crecimiento personal, afiliación y comunidad. Además, los participantes que eran más autónomos y le daban mayor significado a la vida mostraron mayores correlaciones entre sus aspiraciones y comportamientos que los que estaban en entornos o contextos hacia el control. El progreso y el éxito en el logro de metas extrínsecas tenderán a estar asociados con un bienestar menos mejorado en relación con el progreso y el logro de metas intrínsecas. El logro de objetivos intrínsecos producirá un bienestar especialmente mejorado. Estos efectos están en gran medida mediados por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

Los objetivos intrínsecos satisfacen directamente las necesidades básicas de autonomía, competencia y relación, se integran más fácilmente y se emprenden de manera voluntaria, por el contrario los objetivos extrínsecos son a menudo más controlados, en parte porque son precipitados por la necesidad de frustrar y a menudo son intentos de obtener la consideración (contingente) de los demás (Deci y Ryan, 2017).

El SDT se ha preocupado por los fundamentos dinámicos del desarrollo de las aspiraciones intrínsecas extrínsecas. Debido a que las aspiraciones extrínsecas se centran en las trampas externas de valor y posiciones de poder y estatus, cuando los individuos son incapaces de satisfacer sus necesidades psicológicas fundamentales, o cuando las necesidades son frustradas, especialmente durante su niñez y adolescencia, los jóvenes desarrollarán inseguridades que los dejarán vulnerables a un enfoque en signos extrínsecos de poder o valor.

Dicho de otro modo, las orientaciones extrínsecas son a menudo motivos compensatorios cuando las necesidades psicológicas básicas de las personas se han visto frustradas en lugar de satisfechas, en parte porque los contextos sociales han frustrado sus intentos de satisfacer sus necesidades (Deci y Ryan, 2017).

También hay factores culturales, en los cuales, los valores extrínsecos y el materialismo pueden intensificarse en culturas en las que hay una exposición constante a la publicidad y los mensajes persuasivos. Está bien documentado que los niños que tienen una mayor exposición a la televisión tienden a adoptar valores más extrínsecos (Kasser, 2016), probablemente a través de los modelos de celebridades omnipresentes que ven en los medios de comunicación que tienden a centrarse en la riqueza, la fama y la imagen. Emular a la mayoría de las celebridades probablemente conduciría a un conjunto de aspiraciones extrínsecas.

### ***Teoría de la motivación de las relaciones***

La teoría de la motivación de las relaciones (RMT con sus siglas en inglés, Relationships Motivation Theory), la sexta mini teoría del SDT sobre las cualidades de las relaciones estrechas y sus consecuencias. La RMT propone que la necesidad de relación es intrínseca e inclina a las personas a participar volitivamente en relaciones estrechas. Los factores que socavan la percepción interna de un lugar de causalidad para las interacciones sociales restan sentido a la relación, al igual que cualquier factor que transmita que el otro carece de autonomía para conectarse (Deci y Ryan, 2017).

Según esta teoría, recibir apoyo de autonomía de un socio relacional facilita la satisfacción de la necesidad del receptor, junto con la autenticidad, la confianza emocional y la transparencia, dar apoyo de autonomía a otros cercanos es también satisfacer las necesidades básicas del donante, mejorando el bienestar del donante más allá de la mejora que viene de recibir apoyo (Deci y Ryan, 2017).

En consecuencia, el apoyo a la autonomía facilita especialmente la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de ambos cónyuges y una dinámica de relaciones más positiva a lo largo del tiempo.

La necesidad fundamental de relación y sus interacciones con otras necesidades básicas es evidente en el ámbito de las relaciones personales estrechas, este es el foco de la RMT, las relaciones tales como, amistades y las asociaciones románticas, a diferencia de los lazos de parentesco, son electivas y por lo tanto requieren motivación personal, sin embargo, también hay una gran variabilidad en la calidad y resistencia de las amistades y las asociaciones románticas, ya que algunas amistades se caracterizan por la apertura, la transparencia y la confianza, otras son más transaccionales y superficiales. Algunas caducan rápidamente, pero la gente no puede vivir bien sin ellas (Deci y Ryan, 2017).



Desde la perspectiva de la RMT, una de las condiciones bajo las cuales las personas experimentan la satisfacción de las necesidades psicológicas dentro de las relaciones es que están autónomamente motivados para entrar en las relaciones y comprometerse con el otro cercano. Cuando las personas son autónomas tienden a estar totalmente dispuestas mientras interactúan con sus parejas, sintiendo un sentido de elección y respaldo de la interacción. Así la RMT predice que una persona siendo motivada autónomamente por la relación misma facilitará una relación de mayor calidad, entre otras consecuencias positivas (Deci y Ryan, 2017).

Según Deci y Ryan (2014) el apoyo a la autonomía habla, de hecho, de un aspecto central del contacto y el estímulo dentro de las relaciones. El apoyo de la autonomía permite la sensación de ser comprendido, ya que una persona que apoya la autonomía es capaz de tomar el marco interno de referencia de la pareja, transmitiendo un sentido de empatía y respeto por la pareja, y por lo tanto facilita las expresiones y acciones auto iniciadas. Al apoyar la autonomía de un par, la persona cuida y apoya el uno mismo del par compartiendo empatía en sus sensaciones y deseos.

Los pares que apoyan la autonomía en relaciones estrechas tienden a experimentar un sentido de mutualidad que es, cuando un socio experimenta autonomía o apoyo de autonomía, el otro es más propenso a experimentarlo también y cuanto mayor es el grado de mutualidad en la autonomía o el apoyo de la autonomía dentro de una relación, mayor es la satisfacción de la relación, la seguridad del apego y el bienestar de ambos pares (Deci y Ryan, 2014).

### **Teoría de la autodeterminación en el campo de la educación física.**

Las personas son seres inherentemente activos y, por consiguiente, con frecuencia están intrínsecamente motivadas para actividades físicas y esto se ve reflejado especialmente en los deportes. Diversas investigaciones en el ámbito de la Educación Física escolar y el deporte prueban los efectos en la motivación intrínseca de eventos externos como recompensas, estímulos deportivos, retroalimentación además de medir apoyo a la autonomía, intención de práctica, nivel de participación, estilos regulatorios motivacionales, apoyo a las necesidades psicológicas básicas entre otros factores (Ntoumanis, 2005).

Las orientaciones de los docentes de educación física y entrenadores tienen un impacto significativo en la satisfacción de las necesidades y la motivación de los escolares en todos los niveles, mediando las relaciones de los climas de motivación .

Investigaciones como la de Cuevas et al., (2015) han demostrado los beneficios de tener un grupo de alumnado con alguna motivación hacia el área y contenido aprendido. Independientemente de la etapa educativa de los alumnos, estos necesitan estar motivados para participar activamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje, asentando las bases en ellos para que continúen aprendiendo a lo largo de toda su vida.

Uno de los condicionantes que más destaca actualmente en el ámbito de la educación y el deporte es la autonomía del estudiante, refiriéndose a las ocasiones en las que el docente confía en sus alumnos la responsabilidad para comportarse de manera voluntariosa en vistas de su propio aprendizaje (Tilga et al., 2017).

Para Baena Extremera et al., (2013) el llevar a cabo un trabajo de esta envergadura supone obtener resultados de una importancia tal, que pueda hacer cuestionarse muchas de las situaciones cotidianas de enseñanza, haciendo ver la importancia de planificar y organizar la enseñanza en EF, nuevas formas de trabajar y, sobre todo, descubrir el modo de potenciar la autonomía del alumno hacia la EF y la intención de práctica de actividad física en su tiempo libre. Promover la autonomía en los alumnos conlleva a tener una la motivación

autodeterminada que se relaciona positivamente con un mayor compromiso, adherencia a la práctica deportiva, esfuerzo y persistencia.

Con respecto a los conceptos de los factores de apoyo a la autonomía Zimmermann et al., (2020) especifica que las estrategias de enseñanza utilizadas para apoyar la autonomía deben ser consideradas una parte importante del proceso de enseñanza. En este estudio se ha demostrado que los aspectos cognitivos, procedimentales y organizativos del apoyo a la autonomía pueden diferenciarse en las lecciones de educación física y esto ofrece a los profesores de educación física la posibilidad de obtener una visión más profunda y exacta de su comportamiento docente hacia el apoyo a la autonomía de los estudiantes en el área de educación física.

Se encontró en un estudio por Tilga et al., (2020) que el efecto de la percepción de un comportamiento de apoyo a la autonomía hacia la participación de los adolescentes en la actividad física de tiempo libre estaba mediado por experiencias de satisfacción de la necesidad y motivación autónoma en las clases de educación física, y el esfuerzo percibido en esta.

Si la actividad física se desarrolla en un entorno que potencia la autonomía y la meta de relaciones sociales se cubrirá la necesidad básica de relación, aumentando la motivación intrínseca del alumno. Y esto podrá llevar a que exista una mayor práctica de actividad física fuera del centro, con la consiguiente adquisición de hábitos y adherencia a la práctica deportiva (Baena-Extremera y Granero-Gallegos, 2015).

La baja participación de los alumnos en el área de educación física en los diferentes contenidos dictados por el profesor depende significativamente de los niveles de concentración de los participantes y esto podría deberse a la posibilidad de que, aunque algunos estudiantes pueden carecer de interés intrínseco hacia la educación física (Ntoumanis, 2005).

Este bajo interés intrínseco hacia la educación física puede deberse a el compromiso, entrega y la percepción de la competencia motriz, que disminuyen con la edad globalmente, y de forma más acusada en las alumnas. Sin duda, este es un claro efecto del contexto social y

cultural sobre las percepciones de eficacia de las mujeres ante los varones, factor que se debe mitigar en la intervención docente a partir de estrategias de motivación selectivas para aumentar la percepción de competencia en las clases de educación física (Camerino Foguet et al., 2015).

Para Cuevas et al., (2015) este bajo interés intrínseco también viene dado por factores de estatus social ya que los alumnos con alto estatus social podrían cohibir las opiniones y comportamientos de otros estudiantes más introvertidos y en este caso, las percepciones de relación, autonomía y competencia de ciertos alumnos podrían verse limitadas. En la aplicación práctica del modelo de Educación Deportiva, el docente debe vigilar especialmente el cumplimiento de normas que favorecen la igualdad dentro de los grupos y que se contemplan dentro del modelo como, por ejemplo; mismo tiempo de participación activa de todos los componentes del grupo en competiciones, para evitar que la autonomía o la relación de ciertos alumnos se vea limitada por la acción de otros miembros de su mismo grupo.

Como exponen Pellicer et al. (2021) hay una asociación considerable entre la práctica deportiva y las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación, y precisa que para alcanzar una mayor participación de las alumnas adolescentes se hace necesario y fundamental promover la percepción o sensación de autonomía ofreciendo opciones en las actividades de clase, y estimular la sensación de competencia eligiendo actividades acordes al desarrollo motriz y la de relación abriendo espacios para escuchar críticas constructivas por parte del alumnado hacia el docente con el fin de mejorar la dirección de las clases, siendo este un espacio de retroalimentación que contribuye a mejorar la relación entre docente y alumnado.

En un estudio llevado a cabo por Moreno-Murcia et al. (2013) se muestra la utilidad que el alumno concede a la Educación Física dependiendo de la motivación generada por el docente y los resultados muestran que las metas de logro se pueden predecir positivamente gracias a la motivación autodeterminada y esta, se puede predecir a su vez por los mediadores psicológicos y

el clima impuesto hacia la ‘tarea’, lo que puede contribuir a que el docente realice un adecuado planteamiento, aplicación y pueda tener efectividad en sus futuras intervenciones, ya que amplían la información sobre los procesos psicológicos y motivacionales que les suceden a los alumnos durante las clases de Educación Física. Los profesores que durante su práctica docente promueven un clima hacia el ‘ego’ favorecen un rendimiento escolar bajo, por la ausencia de motivación autodeterminada y la no satisfacción de las necesidades psicológicas en los sujetos.

En el continuo de motivación autodeterminada desde las regulaciones de enfoque más interno como la motivación intrínseca, la regulación integrada y la regulación identificada se puede establecer una relación con niveles más altos de actividad física en las clases de Educación física hacia estilos de vida mucho más activos. Por el contrario, las regulaciones motivacionales no autodeterminadas como lo son la regulación externa, la regulación introyectada y la amotivación se puede relacionar naturalmente con niveles bajos de actividad física en la clase de educación física escolar (Martínez-Baena et al., 2016).

Este estudio permite afirmar que aquellos adolescentes motivados hacia la educación física y que son físicamente activos, poseen una capacidad cardiovascular más saludable y en algunos casos un índice de masa corporal más adecuado para un estilo de vida saludable.

Este estudio Martínez-Baena et al., (2016) deducen que un profesor de educación física podría tener que dar respuesta en sus clases a cuatro tipos diferentes de alumnos:

- Motivados hacia la EF, con capacidad cardiovascular alta y normo peso.
- Motivados hacia la EF, con capacidad cardiovascular alta y sobrepeso.
- Desmotivados hacia la EF, con capacidad cardiovascular baja y normo peso.
- Desmotivados hacia la EF, con capacidad cardiovascular baja y sobrepeso.

### **Teoría de la autodeterminación en ámbitos de deporte escolar.**

Las razones que llevan a un sujeto a practicar algún tipo de actividad física derivan de distintos factores psicológicos dados por el tipo de regulación motivacional del individuo. La

Teoría de la Autodeterminación facilita la explicación de las regulaciones motivacionales que llevan a una persona a comportarse de determinada manera hacia una actividad.

Las regulaciones se pueden dirigir desde una interiorización hacia la práctica o pueden ser provocadas por motivos extrínsecos, lo conduce a un continuo motivacional que oscila en distintos grados de autodeterminación (Deci y Ryan, 2017).

Citando como ejemplo de este continuo motivacional extrínseco Pulido González et al. (2015) plantean que es probable que un deportista que se enorgullezca por el reconocimiento de los demás y tenga una alta regulación hacia la obtención de premios, y en algunas ocasiones se encamine hacia una desmotivación, si este reconocimiento no se satisface o no se consigue los objetivos relacionados con la victoria y/o el éxito. En cambio, para otros deportistas el resultado puede ser gratificante y por tanto una regulación externa se relacione positivamente con las regulaciones más próximas a los mayores niveles de autodeterminación.

El continuo de autodeterminación también se ve determinado por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas que parecen tener un impacto significativo en cómo los estudiantes regulan su comportamiento. Cumplir con la satisfacción de estas necesidades básicas, especialmente la de competencia, es un predictor positivo de la motivación autónoma, incluyendo la regulación identificada, por la cual los estudiantes se sienten más identificados con las tareas o actividades deportivas, mejorando sus beneficios y obteniendo gran placer de las actividades además de divertirse mientras las hacen (Cid et al., 2019).

El estudio llevado a cabo por Hendry et al. (2014) en cuanto a los determinantes de motivación autodeterminada para la práctica deportiva con futbolistas juveniles demuestra que los jugadores de edad U17 (Sigla utilizada para menores de 17 años), evidenciaron una relación negativa entre el número de años en el sistema de la Academia con la práctica deportiva, obstaculizando la motivación por sensación de fatiga mental, debido a los deberes educativos de la vida diaria, la práctica deportiva en sí y el poco tiempo para realizar otro tipo de actividades

de recreación y ocio, la exposición prolongada al entorno de la Academia mostró relaciones potencialmente perjudiciales con la motivación para seguir practicando deporte en el futuro.

El estudio de clima motivacional percibido realizado por Ahmadi et al., (2012) permite visualizar que el dominio del clima motivacional como variable de contexto social es un factor importante en el deporte juvenil y que para estimular la motivación autodeterminada y en consecuencia, la mayor persistencia, la mejor concentración, mayor aprendizaje, menos ansiedad y menos abandono los deportistas se puede crear un clima de maestría orientada que le permita a los deportistas aprender cosas diferentes al deporte en sí que practican para evitar sensación de fatiga por practicar tanto tiempo una modalidad deportiva y no disfrutar o realizar otro tipo de actividades.

El clima motivacional juega un rol fundamental en la motivación de los deportistas y como entrenadores se debe tratar de promover un clima encaminado a motivaciones intrínsecas, por ejemplo, si los compañeros se ayudan entre sí a mejorar, el entrenador contribuye a animar para que se ayuden mutuamente, y se logra conseguir trabajar en equipo, lo más normal es que los deportistas se sientan cohesión a sus compañeros, con autonomía para colaborar y ayudarles, y se aumenten las probabilidades para conseguir el éxito, así como el sentimiento de competencia (Almagro et al., 2011).

Esta sensación de competencia se puede reforzar por el establecimiento de la superación personal como principal objetivo, ya que esto es más sencillo y llevadero que intentar conseguir la superación de los demás. Cuando el entrenador afianza y reconoce el esfuerzo y la mejora en las tareas probablemente el deportista tenga una mejor sensación de ser más competente. Además, si el entrenador contempla que todos los deportistas del grupo tienen un rol importante, independientemente de su nivel de habilidad, y que todos pueden contribuir en algo, seguramente los deportistas sentirán que pueden aportar cosas (sintiéndose de esta manera, competentes y autónomos) y no existirán problemas de favoritismos y envidias, pudiéndose reforzar así la cohesión grupal (Almagro et al., 2011).

Esta percepción de apoyo a la competencia es apoyada por Delrue et al. (2019) estableciendo que los atletas pueden sentir como si su falta de competencia cayera fuera de su control, y por lo tanto pueden sentirse no comprendidos por un entrenador controlador, el uso del control en estas circunstancias puede ser percibido como menos legítimo y, por lo tanto, más perjudicial. Los hallazgos de esta investigación sugieren que un enfoque que apoye la autonomía probablemente producirá resultados adaptativos, y que un enfoque que controle probablemente conducirá a resultados perjudiciales, incluso si los atletas muestran altos niveles de motivación controlada o amotivación.

Cuando los atletas luchan con ejercicios duros, la paciencia de los entrenadores para seguir el ritmo de desarrollo de los atletas puede ser desafiada un poco. En tal situación parece aún más importante abstenerse de controlar estrategias como el uso del lenguaje controlador, presionando a los atletas o avergonzarlos, un enfoque de apoyo a la autonomía es aún más apropiado en esta situación, los entrenadores hacen bien en mantener este estilo cuando los atletas invierten mucho esfuerzo en ejercicios duros con los que están luchando (Delrue et al., 2019).

Se encontró que los atletas masculinos estaban más orientados al ego que las atletas femeninas. Los resultados actuales sugieren que la principal preocupación de los atletas masculinos era obtener mejores resultados comparándolos con otros atletas en términos de sus capacidades en el entorno deportivo competitivo. También este estudio determina que la socialización en el ámbito de los deportes alienta a los atletas masculinos a participar en deportes competitivos con el fin de desarrollar aspectos masculinos de su propia identidad, mientras que a las mujeres se les suele disuadir de participar en deportes competitivos por temor a masculinizar sus físico, actitud y comportamiento (Delrue et al., 2019).

Se encontró que los atletas masculinos tenían niveles significativamente más altos de motivación y amotivación intrínseca y extrínseca. Los atletas urbanos también mostraron mayor motivación intrínseca que los atletas rurales.



Los atletas masculinos estuvieron más motivados por factores externos que tienden a estar asociados con el entorno social. Los atletas masculinos tienden a dar importancia a factores externos en los que su rendimiento sería recompensado con incentivos monetarios, privilegios, medallas, reconocimiento, ganancias materiales, oportunidad de viajar, aprobación social, autoestima y elogios de los demás (Delrue et al., 2019).

La orientación de la tarea está relacionada con el desarrollo de la competencia mediante la mejora sobre las habilidades, la competencia personal y la maestría de uno hacia la tarea. Se asume que la orientación de la tarea puede conducir a logros positivos y comportamientos adaptables (Goudas et al., 1994). Los atletas con una orientación hacia la tarea tienden a seleccionar el objetivo y a persistir en tareas desafiantes porque valoran el esfuerzo como manera de alcanzar nuevas habilidades, mientras en contraste, la orientación al ego se basa en la propia evaluación subjetiva del rendimiento en comparación con otros.

En cuanto a este tipo de orientaciones a la meta Chin et al., (2012) concluye que los atletas masculinos estaban más orientados al ego que las atletas femeninas, los atletas masculinos estuvieron más motivados por factores externos que tienden a estar asociados con el entorno social, este tipo de orientaciones hacia las recompensas de tipo extrínseco pueden venir determinadas por los contextos sociales, entendiendo como contexto social, el clima motivacional, el estilo interpersonal de los entrenadores, la calidad de la amistad (Chin et al., 2012).

En el estudio con gimnastas adolescentes mujeres por Kipp y Weiss (2013) los contextos sociales estaban significativamente relacionados con la satisfacción de las necesidades psicológicas (es decir, competencia percibida, autonomía, relación) , y la competencia percibida y la relación se asociaron con el bienestar (es decir, la autoestima, el afecto positivo, la alimentación desordenada). La competencia percibida se asoció significativamente con la autoestima, el efecto positivo y la alimentación desordenada. Estos hallazgos significan, que los entrenadores que definen el éxito en formas auto referenciadas y escuchan las preocupaciones

de los gimnastas pueden optimizar los sentimientos de conexión de las gimnastas con el entrenador y, a su vez, mejorar sus emociones positivas.

La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) con los demás es esencial para predecir los motivos para practicar deporte en jóvenes deportistas, y desde el nacimiento, el ser humano está vinculado a actividades y contextos que le posibilitan la satisfacción de dichas necesidades psicológicas básicas (Kipp y Weiss, 2013).

En un estudio con jóvenes jugadores de basquetbol en Brasil Vieira et al. (2020) demostraron que la admiración y el aprendizaje adquirido en el deporte fueron los factores principales que contribuyeron para el ingreso y permanencia de los jugadores que tenían hasta un año de práctica. Ese hecho puede estar relacionado a la influencia que las redes sociales y los medios de comunicación en general tienen sobre los niños y adolescentes, los grandes eventos deportivos transmitidos por televisión y la interacción que las redes sociales promueve, pueden provocar la admiración, favoreciendo la adherencia al deporte.

La motivación intrínseca se destaca como una variable determinante de la implicación en la práctica deportiva, es decir, aquellos jugadores que presenten motivos de práctica relacionados con el disfrute, la satisfacción o el placer a la hora realizar las actividades, serán aquellos que desarrollen una mayor implicación en la práctica deportiva sea cual sea (Vieira et al., 2020).

Se ha demostrado la importancia de los procesos motivacionales desarrollados en jugadores de baloncesto para predecir la implicación en la práctica deportiva, destacando el papel de los entrenadores para conseguir una mayor satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, lo que provocara una motivación más autodeterminada, y con ello, una mejor implicación en la práctica del baloncesto (Sánchez-Oliva et al., 2012). Los comportamientos de los entrenadores son significativos para establecer y mantener una relación efectiva y de alta calidad con sus atletas.

Otro factor importante en las intenciones de continuar la participación deportiva a largo plazo con deportistas es el impacto de la competencia percibida. Los atletas con mayor competencia percibida tienen más probabilidades de seguir practicando su deporte un año después que aquellos con menos competencia percibida. Los comportamientos de coaching de apoyo a la competencia son importantes para establecer las percepciones de competencia de un atleta con el fin de continuar la participación en el deporte. Esto tiene importantes implicaciones para los entrenadores, ya que estos actores juegan un papel clave en el contexto del deporte juvenil y tienen la capacidad de impactar positiva o negativamente en las percepciones de competencia (Wekesser et al., 2021).

Se ha encontrado asociaciones positivas entre la satisfacción de las necesidades básicas de los participantes en el deporte juvenil y su desarrollo de la iniciativa, las habilidades personales y sociales y esto sugiere que los entrenadores, padres y administradores de clubes deben crear un ambiente deportivo que atienda a las tres necesidades básicas de los participantes con el fin de promover el desarrollo de habilidades para la vida a través del deporte juvenil (Nascimento Junior et al., 2021).

Este estudio de Nascimento Junior et al., (2021) también sugiere que los entrenadores deportivos juveniles deben ofrecer a los participantes opciones significativas durante la práctica, tratar de entender sus perspectivas, proporcionar justificaciones para cualquier solicitud o instrucciones dadas, fomentar la autonomía durante la decisión-crear, y crear oportunidades para el comportamiento autoiniciado para desarrollar mejor las habilidades de vida de los jóvenes participantes del deporte.

El abandono escolar en el deporte ha aumentado en su prevalencia como tema de investigación con estudios tempranos que ilustran tasas significativas de abandono en la adolescencia. Los atletas que abandonan a los 10 y 21 meses se caracterizaron por tener una motivación menos autodeterminada, es de vital importancia la motivación intrínseca la cual está

asociada con la persistencia y las emociones positivas, la amotivación predice un rendimiento decreciente, las emociones negativas y la deserción (Guzmán y Kingston, 2012).

Se podría concluir de estos resultados que cuanto más alto y más autodeterminado sea la motivación de una persona hacia el deporte, conduce a una mayor intención asociada a persistir en la actividad, con más motivación autodeterminada se perciben diferentes actividades como menos incompatibles, por lo que la intención de seguir practicándolas es mayor. Se deben crear climas que promuevan la necesidad de satisfacción de sus atletas, dándole importancia al dominio de climas motivacionales de apoyo que pueden ser muy beneficiosos para evitar abandonos o deserción por parte de los jóvenes atletas. (Guzmán y Kingston, 2012).

Ommundsen y Vaglum, (1991) examinan el efecto de la competencia percibida de los jóvenes en el deporte y las habilidades sociales en el abandono del fútbol. Un mayor conocimiento de los factores que influyen en los niños y adolescentes para que se retiren del deporte puede aumentar los esfuerzos por diseñar intervenciones exitosas para prevenir o retrasar la deserción. Es probable que un deportista que se enorgullezca por el reconocimiento de los demás y tenga una alta regulación hacia la obtención de premios, en ocasiones vaya encaminado hacia una desmotivación si no es satisfecho este reconocimiento o no se logran los objetivos relacionados con la victoria y/o el éxito, mientras que en otros deportistas el resultado puede ser satisfactorio y por tanto una regulación externa se relacione positivamente con las regulaciones más próximas a los mayores niveles de autodeterminación.

Esta investigación proporcionan evidencia clara de que las percepciones de tener suficientes habilidades de fútbol y de tener un sentido de ser aceptado e integrado socialmente con compañeros de fútbol representan requisitos previos significativos para la participación sostenida en el fútbol entre los jugadores jóvenes (Ommundsen y Vaglum, 1991).

Pluhar et al. (2019) plantean que a medida que la prevalencia de los problemas de salud mental sigue aumentando a nivel mundial, más estudios se han centrado en la actividad física

como posible mediador protector de los trastornos de salud mental, incluidas la ansiedad y la depresión.

Los deportes pueden proporcionar alivio para los síntomas de problemas de salud mental, permitiendo a los adolescentes aliviar y manejar sus problemas siendo este un mecanismo de mejora que puede ser más efectivo a través de los deportes de equipo debido a su componente social añadido. El sentido de comunidad y las relaciones que los jóvenes construyen en equipos con compañeros y adultos promueven sentimientos de comodidad y aceptación y pueden reducir los problemas emocionales y las inseguridades. Los atletas deportivos de equipo son más propensos a trabajar intensamente tres o más veces por semana, fuera de las prácticas regulares; tener un calendario potencialmente más equilibrado y una distribución equitativa de la energía entre múltiples actividades podría contribuir a reducir las tasas de ansiedad y depresión (Pluhar et al., 2019).

### **Teoría de la autodeterminación en ámbitos de deporte de alto rendimiento.**

Los beneficios psicológicos y físicos pueden derivarse de la participación en deportes competitivos, para muchos niños y adolescentes, también puede conducir a daños en la autoestima y trastornos del estado de ánimo, particularmente cuando los jóvenes experimentan la presión del rendimiento de adultos cercanos. Por estas razones, la influencia de los entrenadores y padres en las experiencias de los niños y adolescentes participantes en el deporte es un tema de suma importancia en la psicología del deporte (Stenling et al., 2015).

El uso de un estilo de apoyo a la autonomía para entrenar a los atletas puede tener beneficios directos sobre cómo el atleta siente en términos de competencia y autonomía, pero también este estilo puede influir en el clima del entorno de entrenamiento, incluyendo cómo los atletas interactúan entre sí. Es decir, los atletas pueden sentir no sólo que son talentosos y pueden tomar decisiones informadas, sino que también son parte de un grupo cohesivo de personas afines. Cuando los atletas se entrenan para razones autónomas y cuando sus necesidades son apoyadas por los padres y entrenadores durante la formación, pueden entrenar de una manera que disminuya el riesgo de lesiones y agotamiento (Gagné et al., 2003).

Ser un joven atleta de élite puede ser una experiencia de recompensa que facilita un desarrollo positivo, pero también una experiencia estresante y de presión que es perjudicial para la motivación y el bienestar. La calidad del entorno interpersonal se destaca a menudo como un determinante clave. Debido al papel integral de la participación deportiva en sus vidas y la gran cantidad de tiempo que pasan en el entorno deportivo, es muy probable que el entorno deportivo tenga un impacto sustancial en su bienestar psicológico y funcionamiento cotidianos. La investigación ha demostrado que el apoyo percibido de autonomía del entrenador estaba positivamente relacionado con el bienestar de los atletas y negativamente relacionado con el agotamiento y abandono de la práctica deportiva (Stenling et al., 2015).

La motivación para practicar deportes y ejercicio se extiende más allá de la motivación intrínseca. Las personas también tienen muchas razones extrínsecas para practicar deportes,

desde razones de salud hasta un deseo de reconocimiento. La teoría de la autodeterminación incluye dos amplias clases de motivación no intrínseca: la motivación extrínseca, que es un comportamiento motivado por resultados esperados que no son inherentes a la actividad misma, y la amotivación, que es la falta de energía dirigida hacia una acción o intención (Ryan y Deci, 2000a).

Existen motivaciones diferentes en tres niveles de generalidad: los niveles global, contextual y situacional. Estos factores sociales están mediados por lo percibido; autodeterminación, competencia y relación, lo que conduce a diferentes tipos de motivación (intrínseca, extrínseca y amotivación). Las consecuencias de esto son globales, contextuales o situacionales; afecto, cognición y comportamiento. La participación deportiva será parte del nivel contextual (Jakobsen, 2021).

En un estudio realizado por Jakobsen (2021) con jóvenes jugadores de hockey sobre hielo los resultados indicaron que el apoyo percibido de autonomía del entrenador conducirá a una mayor motivación intrínseca y la regulación identificada, lo que llevará a más atletas involucrados en tareas, a que tengan menos probabilidad de que abandonen las competiciones, esto establecerá normas para su rendimiento que sean realistas y calificará las evaluaciones como importantes. Si los atletas perciben un apoyo de baja autonomía de su entrenador, el desarrollo de un entorno de ego es más probable. Cuanto menos autónoma sea la regulación, mayor será la posibilidad de que los atletas se involucren en el ego, y más se desarrollará un entorno orientado al ego.

Desde una perspectiva más aplicada los investigadores podrían igualmente estudiar la contribución del EMS o Escala de Motivación en el deporte, en la predicción de abandono de la práctica de la actividad deportiva ya que en efecto la motivación representa un determinante importante de la perseverancia a la actividad, sería una medida de predecir que los estilos motivacionales más autodeterminados deberían ser positivamente asociados a la perseverancia en el deporte (Brière et al., 1995).

Las subescalas de SMS (SPORT MOTIVATION SCALE en idioma inglés o en español Escala de Motivación en el Deporte) son relevantes tanto para los deportes individuales como para los de equipo, puede ser especialmente importante a la luz del reciente aumento del interés en las diferencias entre estos dos tipos de actividades deportivas y su papel en la regulación del comportamiento. La comparación de los niveles medios de las subescalas motivacionales con deportistas checos indicó alguna disimilitud de género con las atletas femeninas con puntajes más altos que los atletas masculinos en la subescala de regulación identificada, pero menor en las subescalas de regulación externa y amotivación (Komarc et al., 2020).

Los atletas de élite necesitan estar altamente motivados, durante un largo período de tiempo, para entrenar tan frecuente e intensamente. Esta motivación puede ser influenciada por las personas que rodean a los atletas en sus viajes sus entrenadores, compañeros de equipo y padres. Por lo tanto, si aceptamos que las influencias adicionales en los atletas de élite son cualitativamente diferentes de las de los grupos más jóvenes, entonces una pregunta clave que surge a partir de esto es, "¿Qué cosas específicas hacen los entrenadores", los padres y compañeros de los atletas de élite para impactar en la motivación de los atletas? (Keegan et al., 2014).

Estos factores han sido analizados en un estudio con deportistas de clase mundial por (Keegan et al., 2014) donde se concluye que los entrenadores, padres y compañeros compartían influencias en la forma de su retroalimentación (o comportamiento evaluativo) y sus comportamientos pre rendimiento, aunque esta influencia era mucho más frecuente e impactante de los entrenadores y compañeros. Los entrenadores y compañeros compartieron una influencia importante en la forma de relaciones e interacciones sociales, que parecían influir tanto en cómo se interpretan los comportamientos y las comunicaciones de los demás, como también ser una influencia motivadora por derecho propio.



El apoyo a la Autonomía fue generalmente reportado como una influencia positiva en la motivación, mientras que el estilo de control fue reportado a menudo en relación a sentimientos de frustración, ira, socavando la motivación e incluso relaciones dañinas (Keegan et al., 2014).

El éxito deportivo es el resultado de una compleja interacción entre las habilidades técnicas de un atleta, la condición física y la disposición motivacional adaptativa. En detalle, esta disposición se compone de la autoestima positiva y la percepción de la competencia, el estilo de atribución de esfuerzo, la representación adecuada de sus propias capacidades, objetivos orientados a la tarea y persistencia ante las dificultades. Todos estos factores aumentan la probabilidad de éxito en el deporte al actuar simultáneamente para predisponer al atleta para un máximo espectáculo de habilidades deportivas personales (Alesi et al., 2019).

Un clima de motivación del entrenador que está dirigido a adoptar estrategias para apoyar la autonomía del atleta, escuchar sus opiniones y sentimientos, planificar alcanzablemente, reforzar el proceso de rendimiento de los atletas sobre sus resultados, es adecuado para mantener la autonomía deportiva de los atletas, necesidades de competencia y relación (Alesi et al., 2019).

Se reconoce que los entrenadores desempeñan un papel determinante en la creación de un entorno social capaz de influir en el crecimiento y el desarrollo físico, así como en el bienestar psicológico y subjetivo de sus atletas. El estilo interpersonal del entrenador como figuras de autoridad, modelos, confidentes y motivación puede tener profundos impactos cognitivos, conductuales y emocionales en sus atletas (Combeau y Debanne, 2020).

En la actualidad los medios de comunicación se han hecho eco de las palabras pronunciadas por los entrenadores a sus atletas en los últimos momentos que preceden a la competición. Este momento tan particular no se hace para manejar problemas técnicos, estratégicos o tácticos, sino que es principalmente con fines relacionados a factores psicológicos y especialmente de la motivación (Combeau y Debanne, 2020).

A partir de los resultados del estudio de (Combeau y Debanne, 2020) con judocas y entrenadores franceses, se hace foco en que se puede sensibilizar a los entrenadores de judo, pero sin duda también a los de otras actividades físicas y deportivas, a los formadores de cuadros deportivos y a los psicólogos del deporte sobre la importancia de los contenidos del discurso precompetitivo en relación con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

Justo antes de subir al tatami, el judoca posee un nivel de activación bastante alto, el aumento de este nivel superaría el rendimiento óptimo y, por lo tanto, tendría un efecto perjudicial sobre el rendimiento, la activación podría concebirse como un mediador entre la coorientación (similitud real) y el rendimiento del atleta. Cuanto menor sea la coorientación, mayor será la activación precompetitiva y, a su vez, mejor será el rendimiento del combatiente (Combeau y Debanne, 2020).

Según Hollebeak y Amorose (2005) en un estudio sobre los comportamientos de entrenamiento percibidos y motivación intrínseca de atletas universitarios de diferentes modalidades deportivas se encuentran niveles elevados de motivación intrínseca en los atletas que tienen un instructor que apoya a la autonomía en relación con los profesores que exhiben un estilo de liderazgo más controlador. Este estudio también encontró que el comportamiento autocrático tenía una relación negativa significativa con los sentimientos de afinidad. Esta relación parece razonable dado que los comportamientos autocráticos se caracterizan por un comportamiento autoritario, unidireccional, que deja poco espacio para los sentimientos de conexión.

Los deportistas necesitan sentirse competentes y capaces durante el entrenamiento y las competiciones, estableciendo buenas relaciones interpersonales entre los miembros del equipo y/o el entrenador, y sentir que son dueños de su propio destino ayuda a los deportistas a sentir motivación autónoma por el deporte que están practicando, la motivación autónoma afecta positivamente la resiliencia debido que los deportistas con motivación autónoma serán capaces

de enfrentar una serie de circunstancias adversas, potencialmente estresantes, a lo largo de sus vidas deportivas gracias a altos y significativos niveles de esfuerzo, constancia, dedicación y sacrificio (Trigueros et al., 2019).

Un concepto muy arraigado a la SDT es el de la pasión. Esta puede ser una pasión obsesiva, que surge de una internalización controlada de la tarea en relación a la identidad, en consecuencia, es a causa de una presión intra y/o interpersonal por contingencias concretas en la realización de dicha tarea o actividad, como por ejemplo el logro de aceptación social o incluso la autoestima, o debido a que la sensación generada en su realización se vuelve incontrolable (Raimundi et al., 2019).

Y el otro tipo de pasión es la armoniosa la cual es el resultado de una internalización de la tarea cuando la persona la acoge libremente como algo importante y genera un poder motivacional hacia el compromiso con dicha tarea o actividad por su propia voluntad. Las personas no se contemplan forzadas a hacer la actividad sino más bien tienen la sensación de libertad para elegirla y así ejercer un espacio representativo en la identidad de la persona en la armonía con diversos aspectos de la vida (Raimundi et al., 2019).

En un estudio con deportistas de alto en Argentina se demuestra que a través de la pasión armoniosa se logran altos niveles de rendimiento y mayor bienestar, mientras que la pasión obsesiva se relaciona con características adaptativas y desadaptativas de la participación en la actividad y no se asocia con la satisfacción vital. Ampliamente, los hombres son más orientados a alcanzar logros extrínsecos, o sea aquellas que no se relacionan tanto con la superación y el esfuerzo, sino más bien con el ser mejor que los demás y obtener recompensas por estos logros (Raimundi et al., 2019). En muchos países los deportes más populares, con más nivel de exposición y con mayor estructura de desarrollo profesional como por ejemplo el fútbol o el baloncesto son moderadores en las percepciones de las aspiraciones y las metas de logro en los deportistas.

En el contexto del deporte, el comportamiento moral se ha asociado con el concepto de deportividad. Este concepto describe ampliamente la comprensión y el respeto de las reglas, rituales y tradiciones de los deportes y las actividades, así como la capacidad de distinguir entre buenas y malas prácticas en los deportes. El uso de drogas prohibidas que mejoran el rendimiento es una preocupación constante en la comunidad deportiva, el impacto de estas sustancias en el rendimiento de los atletas y el estado de salud es perjudicial. Aunque el uso de estas sustancias está prohibido por la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) y muchas asociaciones deportivas profesionales de todo el mundo, los atletas siguen participando en esta práctica (Barkoukis et al., 2011).

La investigación realizada por Barkoukis et al., (2011) con atletas griegos de diferentes modalidades deportivas determina que los atletas del grupo de amotivados tuvieron las puntuaciones más altas en uso pasado e intenciones futuras de sustancias prohibidas, en comparación con los atletas de los grupos Intrínsecamente y Extrínsecos Motivados. Los atletas con niveles bajos y altos de deportividad informaron niveles similares de uso pasado e intenciones de uso futuro. Una explicación probable de estos hallazgos es que los atletas no pueden percibir el uso de sustancias prohibidas como poco ético e inmoral. Por el contrario, podrían percibir las como un medio para mejorar el rendimiento, así como la flexibilidad nutricional.

A pesar de esto cualquier intervención de sensibilización que emplee mensajes sobre los aspectos éticos del dopaje como por ejemplo que, el uso del dopaje es un medio injusto para competir en el deporte, que es una práctica poco ética y que debería evitarse, podría carecer de sentido, a menos que se aborden otros factores de riesgo (Barkoukis et al., 2011).

La motivación en el campo de la prevención de lesiones en deportistas es fundamental ya que, aunque se ha demostrado que los avances tecnológicos reducen la probabilidad y la gravedad de las lesiones deportivas en contextos clínicos, su eficacia en el campo depende en gran medida de factores humanos como la adherencia a la rehabilitación. LA SDT se considera

importante en este respecto porque identifica los factores maleables relacionados con la autorregulación individual del comportamiento hacia la rehabilitación de lesiones (Chan y Hagger, 2012).

Los practicantes de la ciencia y la medicina del deporte como los entrenadores, equipos de apoyo, fisioterapeutas, podrían ser capaces de modificar las actitudes de los atletas, las normas sociales percibidas, la percepción de la capacidad de control y las intenciones subsiguientes mediante el fomento de la motivación autónoma de los atletas hacia la rehabilitación y prevención de lesiones (D. Chan y Hagger, 2012).

Practicar deporte y hacer ejercicio regularmente se asocia con una serie de resultados positivos, incluyendo una mayor aptitud, mayor vitalidad, aumento de la autoestima, reducción de enfermedades graves y mayor. Aunque todos los niveles del deporte están marcados por una alta participación y la mayoría de las personas son conscientes, en cierta medida, de los resultados positivos asociados con el deporte, muchas personas interrumpen su participación en el deporte cada año (Pelletier et al., 2017).

Al considerar las necesidades psicológicas básicas, la investigación ya ha demostrado que los entrenadores juegan un papel importante en asegurar la satisfacción de las necesidades de los atletas a pesar de que la investigación sugiere que cuando los entrenadores apoyan las necesidades psicológicas de sus atletas, los atletas experimentan resultados positivos, desafortunadamente, los entrenadores también pueden frustrar las necesidades de sus atletas (Pelletier et al., 2017).

La regulación integrada podría conducir a una mejor comprensión de la importancia de esta forma de motivación internalizada en la predicción de la persistencia, la presencia de una buena experiencia y la ausencia de resultados psicológicos negativos como la ansiedad y el estrés (Pelletier et al., 2017).

Un incremento en el rendimiento de los deportistas de alto rendimiento exige, trabajo duro, obsesión por alcanzar las metas y motivación. En cuanto a la motivación, en esta

población, el atributo de la motivación en términos de autorregulación, no está relacionada únicamente con el rendimiento, sino que además puede alterar los grados de adaptación funcional del deportista durante el entrenamiento y la frustración de las necesidades psicológicas básicas no refleja solamente la noción de que la satisfacción de estas es baja, también refleja que la satisfacción de las necesidades está siendo bloqueada activamente en un determinado contexto (Gené y Latinjak, 2014).

### **Teoría de la autodeterminación en ámbitos de deporte universitario.**

Desde la perspectiva del SDT, la motivación para el ejercicio y el deporte es un fenómeno complejo, porque las personas tienen múltiples motivaciones para participar en actividades deportivas y de ejercicio, como por ejemplo, que los atletas pueden estar motivados por recompensas, evaluaciones, presión de los padres o educadores o actitudes que otros tienen hacia ellos (Deci y Ryan, 2017). También pueden progresar en el deporte por el interés, la curiosidad o el deseo de dominación. Además, el SDT proporciona un marco integral para comprender los motivadores intrínsecos y extrínsecos y su impacto en la estabilidad en el deporte y sus diferentes efectos en los beneficios derivados del deporte.

La SDT ofrece una imagen más completa de la motivación y la personalidad humana que otras teorías que enfatizan una sola dimensión necesaria de los contextos sociales, en un estudio realizado por Keshtidar y Behzadnia (2017) analizando la intención de continuar en el deporte en estudiantes universitarios atletas concluye que existe una relación positiva significativa entre la orientación a la tarea con motivación autónoma y la intención de continuar con el deporte.

Para Keshtidar y Behzadnia (2017) también la orientación al ego es directamente compatible con las formas controladas de motivación y parece que una orientación al ego también promueve las intenciones de los estudiantes de participar en actividades deportivas en el futuro. La orientación del ego predice positivamente la motivación controlada, resultado que se refiere a la relación entre comparar las actividades de los individuos en función de la motivación externa para participar en una actividad deportiva.

La competencia percibida tiene un papel importante pero distinto en la teoría de la meta de logro la cual sugiere que la competencia percibida normativamente referenciada puede moderar la influencia de la orientación del ego en los resultados motivacionales, mientras que en la teoría de la autodeterminación, la competencia se concibe como una necesidad, cuya satisfacción puede conducir a la motivación autodeterminada (Ntoumanis, 2001b).

Mientras que para Kilpatrick et al. (2005) los motivos más valorados para la participación en el deporte fueron la competencia, afiliación, disfrute y desafío, mientras que los motivos de salud y apariencia más valorados fueron los comportamientos de ejercicio. Además, todos los motivos abiertamente relacionados con la salud estaban más vinculados a los comportamientos de ejercicio que a la participación en el deporte.

Otro de los diversos motivos para la intención de práctica deportiva está relacionado con el agotamiento deportivo, el cual es un síndrome multidimensional caracterizado por el agotamiento físico y psicológico derivado de las exigencias del entrenamiento y la competición, que tiende a disminuir el rendimiento de los atletas (Raedeke y Smith, 2001). Para De Francisco et al. (2020) existe un impacto negativo significativo en las percepciones de competencia que puede influir en el valor que los atletas asignan a su deporte. Cuando se sienten menos autónomos, la falta de libertad psicológica podría llevarlos a quedarse sin recursos externos, provocando un desequilibrio entre las demandas y los recursos.

No es sorprendente que los individuos ahora entrenan durante incontables horas para mejorar sus habilidades atléticas, con el objetivo final de jugar deportes universitarios. El tiempo, el sacrificio y el esfuerzo necesarios para lograr este objetivo ha hecho que algunos atletas se agoten, en particular aquellos que son altamente competitivos y participan en su deporte (Holmberg y Sheridan, 2013). El agotamiento, que puede estar más fuertemente influenciado por factores fisiológicos, pero este también se concede porque los atletas entienden las demandas físicas asociadas con el logro de resultados valorados en el deporte son necesarios.

Los componentes sociodemográficos, los distintivos contextuales del entorno universitario y los componentes motivacionales según el tipo de regulación pueden ayudar a explicar la intención y la práctica de deporte en tiempo libre en estudiantes universitarios además del campo de formación universitaria recibido o el entorno laboral de los estudiantes, parecen repercutir temporalmente en el desarrollo de esta clase de comportamientos tendientes



a ser físicamente activo en actividades deportivas durante la etapa universitaria (Gómez-Mazorra et al., 2020).

En el ámbito del juego limpio y la deportividad la investigación sobre el comportamiento prosocial y antisocial en el deporte ha indicado que una minoría sustancial de atletas participan en comportamientos considerados éticamente inapropiados en el deporte, como herir a un oponente, hacer trampa, tomar represalias a una falta, fingir una lesión, o involucrarse en conductas que distraigan o perturben psicológicamente a los oponentes (Mallia et al., 2019).

El rugby por ejemplo tiene un espíritu tradicional de deportividad y camaradería para respetar a los oponentes y árbitros y evitar burlas. En los deportes donde esta ética está menos arraigada, como el fútbol, tales comportamientos, así como otros comportamientos, como las faltas deliberadas, a veces se utilizan como estrategias "tácticas" para desestabilizar e intimidar a los oponentes. Los hallazgos actuales sugieren que los factores y procesos psicológicos propuestos por la teoría de la autodeterminación y las teorías del comportamiento antisocial en el deporte tienen validez predictiva para determinar los resultados transgresivos relacionados con el comportamiento (Mallia et al., 2019).

### **CAPÍTULO III. MARCO METODOLOGICO**

#### **Tipo de Investigación**

En este capítulo se exponen los componentes metodológicos de la investigación. Se describe el enfoque metodológico adoptado, la estrategia de investigación y el diseño metodológico de las diferentes fases de la investigación.

El planteamiento metodológico para este estudio corresponde a la metodología cualitativa denominada “análisis de contenido” estimado como un método de investigación en el campo de las Ciencias Sociales y Humanidades (área la cual se encuentran varios campos de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte) con la finalidad de indagar partes de la realidad social por medio de la observación y el análisis de documentos que se utilizan como medios de información. Esta metodología combina observación y análisis o revisión documental con el propósito de interpretar esta información. Por este motivo, se acude a una revisión y análisis de la literatura científica dado que según (Thomas y Nelson, 2007) el análisis y revisión de la literatura forma parte de cualquier tipo de investigación.

#### **Enfoque**

Este enfoque cualitativo, de nivel descriptivo y con método de revisión bibliográfica, tiene como propósito indagar, recolectar, organizar, analizar e interpretar información o datos en torno a un determinado tema como lo es en este caso la Teoría de la autodeterminación y su incidencia en las regulaciones motivacionales en diferentes ámbitos del deporte. Al igual que otros tipos de investigación, éste es conducente a la construcción de conocimientos, sistematizando de forma objetiva y metódica los estudios con el fin de concretar el estado de la cuestión sobre el mismo.

#### **Instrumentos de recolección de Información**

Un instrumento de recolección de datos se conoce como cualquier recurso del cual se vale un investigador para aproximarse a las cuestiones descritas y obtener de ellos la

información; siendo este el recurso que usa el investigador para registrar información o sobre las distintas variables (Thomas y Nelson, 2007).

**Tabla.1**

*Rejilla de recolección y análisis de la información.*

*Fuente: Elaboración propia.*

N°	AUTOR AÑO PAÍS REVISTA
TITULO	
POBLACIÓN	
OBJETIVO	
INSTRUMENTO	
CONCLUSIONES	

Para el análisis de los aspectos de los artículos y realizar su respectiva comparación se ha elaborado una tabla que resume toda la información sobre las principales características de cada estudio destacando elementos como:

- Autor, año, país de origen del artículo
- Título
- Población requerida para el estudio
- Objetivos
- Instrumentos de medición usados para medir las diferentes variables de cada estudio
- Conclusiones

#### **Procedimiento de Búsqueda:**

Se establecen dos métodos de búsqueda a través de descriptores o palabras clave así:

#### ***Relacionados con la temática:***

Con combinaciones entre descriptores y sus equivalentes en español, inglés o francés, por medio de búsquedas por autor de acuerdo a las fuentes primarias pertinentes o relacionadas a otras investigaciones.

#### ***Palabras clave en la búsqueda:***

Motivación autodeterminada, clima motivacional, motivación intrínseca, motivación extrínseca, Self determination theory in sports, necesidades psicológicas básicas, motivación en escolares, motivación en deportistas, intención de practica en educación física, Soporte de autonomía en escolares.

#### ***Recursos electrónicos:***

- Recursos libres a través de la Web en bases de datos como EBSCO, Dialnet, APA PSYC NET, Scopus, SEMANTIC SCHOLAR, ProQuest, PUB MED, Web of

Science, Springer Link, Taylor & Francis Online, REDALYC, SAGE JOURNALS, SCIENCE DIRECT, Cambridge Core, ResearchGate y Google.

### ***Criterios de inclusión de los documentos***

En este trabajo de investigación se pretenden obtener resultados de búsqueda de artículos y libros publicados a cerca del fenómeno de conceptualización de la Teoría de la autodeterminación y su incidencia en las regulaciones motivacionales en diferentes ámbitos del deporte.

Con respecto al idioma de publicación, se establece el inglés, el español y el francés como idiomas principales.

En cuanto a la antigüedad del material buscado al ser un trabajo de revisión documental en el cual se debe tener en cuenta la evolución histórica, cualquier material independientemente de su fecha de publicación podrá ser aprovechado como recurso útil a emplear sin embargo debido a la consolidación que tuvo la teoría de la autodeterminación en la década de los 80 se tendrá en cuenta variedad de información surgida después de esta época ya que esta ha validado y reafirmado dicha teoría.

En la medida de lo posible se usa artículos del año 2000 en adelante, sin embargo, hubo artículos previos al 2000 de mucha utilidad para esta revisión.

Artículos exclusivamente de acceso abierto.

Para seleccionar el conjunto final de material buscado se realizó inclusión de resultados que incluyen temas relacionados a:

**Tabla.2.**

*Asociaciones entre los predictores de Teoría de la autodeterminación en la búsqueda*

Regulaciones motivacionales
Motivación intrínseca
Regulación integrada
Regulación identificada
Regulación Introyectada
Regulación externa
Desmotivación
Regulaciones Autónomas
Regulaciones controladas
Clima de apoyo a las necesidades
Necesidades psicológicas en ejercicio
Autonomía
Competencia
Afiliación

**Tabla.2.** Asociaciones entre los predictores de Teoría de la autodeterminación en la búsqueda

### ***Criterios de Exclusión de los documentos***

En esta etapa, fueron excluidos los estudios que no incluían variables de la teoría de la autodeterminación ni variables de deporte escolar, deporte universitario, deporte de alto rendimiento y educación física escolar.

Fueron excluidos estudios de poblaciones de escolares o deportistas con discapacidad.

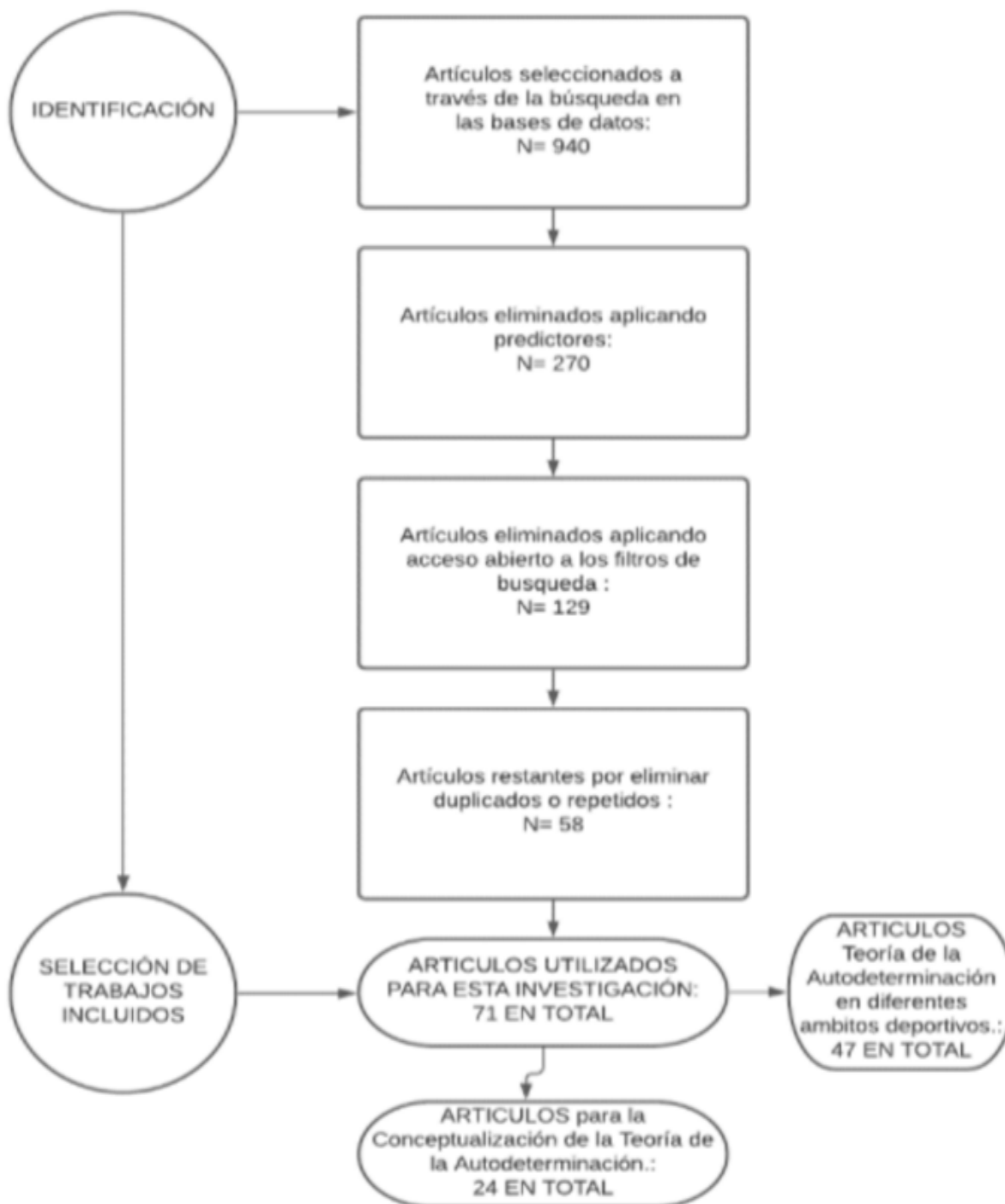
Artículos de idiomas diferentes a español, inglés y francés.

Artículos duplicados o repetidos.

### Diagrama de flujo de la metodología de búsqueda y extracción de datos.

**FIGURA 2**

*Diagrama de flujo del proceso de selección de material bibliográfico para la revisión.*



## Cronograma de Actividades

**Tabla 3**

*Cronograma de actividades y desarrollo de la investigación.*

ACTIVIDAD	FECHA INICIO-FINAL	SEPIEMBRE 2020	DICIEMBRE 2020	AGOSTO 2021	SEPTIEMBRE 2021	OCTUBRE 2021	DICIEMBRE 2021
Presentación del tema	21/09/20 7/12/20						
Búsqueda de literatura científica que soporte la investigación	7/12/20 1/08/21						
Análisis de la Información	1/08/21 31/08/21						
Elaboración del informe	1/09/21 7/10/21						
Presentación del informe	18/10/21 21/10/21						
Exposición de Resultados	6/12/21 7/12/21						

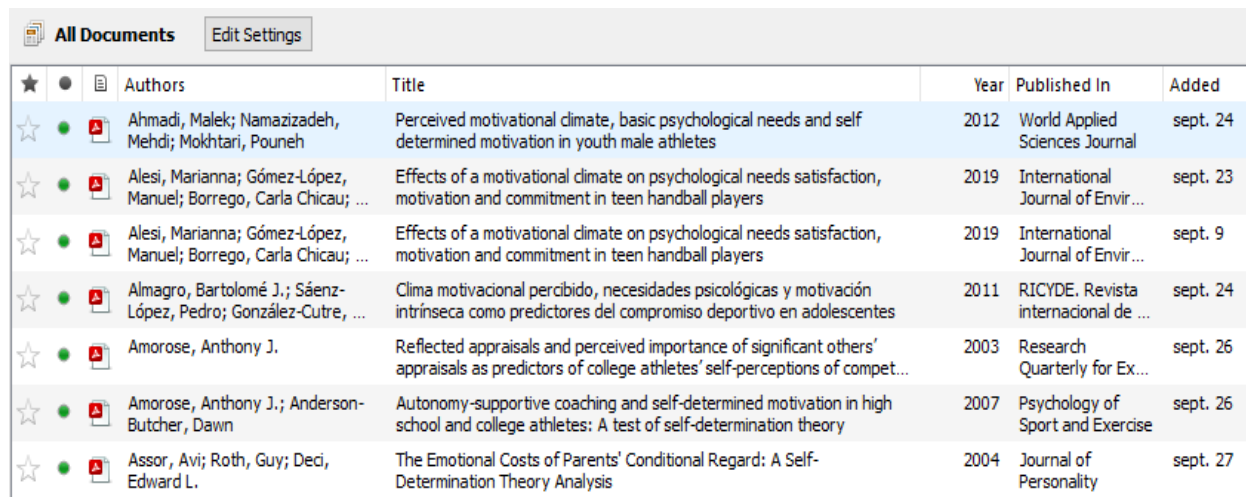


## Administrador de Referencias

El administrador de referencias utilizado para el desarrollo de esta propuesta es MENDELEY. <https://www.mendeley.com/download-reference-manager>.

### FIGURA 3

*Muestra de ejemplo del Administrador de referencias MENDELEY.*



The screenshot shows the Mendeley Desktop interface with a list of documents. The interface includes a top bar with 'All Documents' and 'Edit Settings' buttons. The main area is a table with columns for 'Authors', 'Title', 'Year', 'Published In', and 'Added'. Each row represents a document with a star icon, a green dot, and a PDF icon.

★	●	📄	Authors	Title	Year	Published In	Added
☆	●	📄	Ahmadi, Malek; Namazizadeh, Mehdi; Mokhtari, Pouneh	Perceived motivational climate, basic psychological needs and self-determined motivation in youth male athletes	2012	World Applied Sciences Journal	sept. 24
☆	●	📄	Alesi, Marianna; Gómez-López, Manuel; Borrego, Carla Chicau; ...	Effects of a motivational climate on psychological needs satisfaction, motivation and commitment in teen handball players	2019	International Journal of Envir...	sept. 23
☆	●	📄	Alesi, Marianna; Gómez-López, Manuel; Borrego, Carla Chicau; ...	Effects of a motivational climate on psychological needs satisfaction, motivation and commitment in teen handball players	2019	International Journal of Envir...	sept. 9
☆	●	📄	Almagro, Bartolomé J.; Sáenz-López, Pedro; González-Cutre, ...	Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes	2011	RICYDE. Revista internacional de ...	sept. 24
☆	●	📄	Amorose, Anthony J.	Reflected appraisals and perceived importance of significant others' appraisals as predictors of college athletes' self-perceptions of compet...	2003	Research Quarterly for Ex...	sept. 26
☆	●	📄	Amorose, Anthony J.; Anderson-Butcher, Dawn	Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory	2007	Psychology of Sport and Exercise	sept. 26
☆	●	📄	Assor, Avi; Roth, Guy; Deci, Edward L.	The Emotional Costs of Parents' Conditional Regard: A Self-Determination Theory Analysis	2004	Journal of Personality	sept. 27

Dentro de las funciones de MENDELEY se encuentran:

Administrar las referencias de manera eficiente en una biblioteca que se sincroniza automáticamente cuando se agrega referencias o realiza cambios, ayudando a recopilar todos los aspectos destacados y notas de varios archivos PDF. Este Administrador de referencias permite hacer citas mediante un complemento en Microsoft Word.

**CAPITULO 4 RESULTADOS .****Resultados contextos de escolares en área de educación física****TABLA 4***Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

Nº	1
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Baena Extremera et al., 2013) 2. España 3. Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación
<b>TITULO</b>	Apoyo a la autonomía en Educación Física, antecedentes, diseño, metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes
<b>POBLACIÓN</b>	Para ello se utilizará una muestra de 758 alumnos (347hombres, 45.8%; 411 mujeres, 54.2%) de secundaria de la Región de Murcia, con edades comprendidas entre 12 y 18 años.
<b>OBJETIVO</b>	El objetivo de este trabajo ha sido analizar la importancia que puede tener el apoyo a la autonomía en el alumno (tanto en su aprendizaje como en la adquisición de hábitos)
<b>INSTRUMENTO</b>	* Cuestionario compuesto por las escalas: Learning Climate Qetionarire (LCQ; Williams y Deci, 1996) * Sport Motivation Scale (SMS; Núñez et al., 2006). *Intention to partake in leisure-time physical activity (Intención-PFTL; Granero-Gallegos et al., 2014). * Escala de Satisfacción Intrínseca hacia la Educación Física (SSI-EF; Baena-Extremera et al., 2012). * escala de Importancia y utilidad de la Educación Física (IEF; Moreno et al., 2009).
<b>CONCLUSIONES</b>	Los resultados contribuyen a demostrar nuevas formas de planificar y organizar la enseñanza en EF, nuevas formas de trabajar y, sobre todo, descubrir el modo de potenciar la importancia del alumno hacia la EF y la intención de práctica de actividad física en su tiempo libre.

TABLA 5

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

Nº	2
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Baena-Extremera y Granero-Gallegos, 2015) 2. España 3. REDIE: Revista Electrónica de Investigación Educativa
<b>TÍTULO</b>	Educación física e intención de práctica física en tiempo libre
<b>POBLACIÓN</b>	758 alumnos de Educación Secundaria de Murcia (España), con edades de entre 13-18 años.
<b>OBJETIVO</b>	El objetivo de la presente investigación fue analizar un modelo predictivo del apoyo a la autonomía y las metas sociales sobre la intención de práctica física en tiempo libre.
<b>INSTRUMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Se utilizó un cuestionario compuesto por la Learning Climate Questionnaire Granero-Gallegos et al., 2014).</li> <li>* La Escala de Metas Sociales (Moreno et al., 2007).</li> <li>* La subescala Relación de las Necesidades Psicológicas Básicas (Moreno et al., 2008).</li> <li>* El factor de motivación intrínseca de la Escala de Motivación en el Deporte (Granero Gallegos y Baena Extremera, 2013)</li> <li>* Intention to partake in leisure time physical activity (Granero-Gallegos et al., 2014).</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	Los datos corroboran que la percepción del apoyo a la autonomía por parte del profesor predecía positivamente la satisfacción de las necesidades de autonomía y de relación con los demás, la cual a su vez predecía positivamente la motivación autodeterminada.

TABLA 6

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

Nº	<b>3</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Camerino Foguet et al., 2015) 2. España 3. Tándem: Didáctica de la educación física
<b>TÍTULO</b>	Evaluar la motivación en la educación física, una aplicación con AMPET*
<b>POBLACIÓN</b>	48 escolares de ambos sexos pertenecientes a un colegio público de Cataluña con edades comprendidas entre 10 y 12 años
<b>OBJETIVO</b>	Mostrar una aplicación del test de evaluación de la motivación de logros del aprendizaje de educación física (AMPET) con el fin de ejemplificar un procedimiento para detectar el nivel motivacional de la educación física.
<b>INSTRUMENTO</b>	* Test AMPET versión al castellano por (Graupera Sanz et al., 2004). Contiene 37 ítems distribuidos en 3 dimensiones para el estudio: 1. Compromiso y entrega en el aprendizaje. 2. Competencia motriz percibida en su realización de tareas. 3. Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés.
<b>CONCLUSIONES</b>	<p style="text-align: center;">El compromiso y la entrega en el aprendizaje de la materia son globalmente elevados, aunque descienden progresivamente con la edad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La competencia motriz percibida es moderada, con tendencia a una disminución progresiva en las alumnas a medida que aumenta la edad.</li> <li>• La ansiedad ante el error y las situaciones de estrés muestra puntuaciones bajas indicando que el alumnado no percibe los contextos de educación física especialmente estresantes.</li> </ul>

TABLA 7

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

N°	4
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Martínez-Baena et al., 2016) 2. España 3. Nutrición Hospitalaria versión Online
<b>TÍTULO</b>	Motivación hacia la Educación Física y su relación con la condición física saludable en escolares de Educación Secundaria Obligatoria
<b>POBLACIÓN</b>	394 estudiantes de 1ero a 4to curso de secundaria (211 niños y 183 niñas), de 13 a 16 años de edad. Criterios de exclusión: niños con enfermedad pediátrica crónica, niños con limitación ortopédica, niños con edades fuera del rango de 11-17 años,
<b>OBJETIVO</b>	El objetivo del presente estudio fue examinar la asociación entre la motivación hacia la Educación Física y los niveles de condición física saludable en adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria.
<b>INSTRUMENTO</b>	* Para la motivación hacia la EF se utilizó la Escala del Locus Percibido de Causalidad en EF (Goudas et al., 1994), consta de 20 ítems con 5 dimensiones que miden la motivación intrínseca, 3 formas de regulación de la motivación extrínseca (identificada, introyectada y externa) y la desmotivación. * La evaluación de la CF se midió con la Batería ALPHA-Fitness de Alta Prioridad Composición corporal (Ruiz et al., 2011). Capacidad músculo-esquelética.– Capacidad cardiorrespiratoria.
<b>CONCLUSIONES</b>	Se trata del primer estudio que ha analizado la motivación hacia la EF y su asociación con niveles de CF y sobrepeso, tomando como referencia la teoría de la autodeterminación. El estudio demuestra una asociación positiva entre tener una alta motivación hacia la asignatura de EF y obtener mejores resultados en el test de ida y vuelta de 20 m y, por tanto, de tener una mayor capacidad cardiorrespiratoria, tanto en chicos como en chicas.

TABLA 8

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

Nº	5
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Moreno-Murcia et al., 2013) 2. España 3. Revista de Educación
<b>TÍTULO</b>	Percepción de utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente
<b>POBLACIÓN</b>	Muestra de 819 alumnos (417 chicos y 402 chicas) del municipio de Murcia, con edades comprendidas entre los 14 y los 17 años.
<b>OBJETIVO</b>	Comprobar la capacidad de predicción del clima motivacional transmitido por el profesor en el aula, los mediadores psicológicos y la motivación autodeterminada (representada por el índice de autodeterminación) sobre la importancia y utilidad concedidas por el alumno a la EF, así como las posibles relaciones que se dan entre dichas variables
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Cuestionario de la orientación al aprendizaje y el rendimiento en las clases de Educación Física LAPOPEQ (Papaioannou, 1994).</li> <li>* La escala de motivación deportiva (SMS), la escala de mediadores psicológicos (Núñez et al., 2006) en español de la SMS de (Brière et al., 1995).</li> <li>* La escala de importancia de la Educación Física (PEI de Moreno-Murcia et al., 2006).</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	Los resultados obtenidos en este estudio mostraron que los alumnos que perciben un clima que mueve a la tarea tienen satisfechas sus necesidades psicológicas básicas, lo que hace que aumente su motivación autodeterminada. La creación de un clima que mueve a la tarea por parte del profesor favorecerá que los discentes alcancen con éxito los diferentes objetivos curriculares.

TABLA 9

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

N°	6
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Ntoumanis, 2005) 2. Inglaterra 3. Journal of Educational Psychology
<b>TÍTULO</b>	A Prospective Study of Participation in Optional School Physical Education Using a Self-Determination Theory Framework
<b>POBLACIÓN</b>	460 estudiantes británicos (145 niñas; 315 niños) de 15 años de ocho escuelas del norte de Inglaterra. Casi todos los estudiantes eran caucásicos. Como se explica en el Procedimiento a continuación, se obtuvo información de seguimiento sobre el estado de participación de 302 de esos estudiantes.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar si las variables motivacionales contextuales y personales, tomadas de la teoría de la autodeterminación, podrían predecir las experiencias cognitivas y afectivas de los estudiantes en la educación física escolar (EF), así como la participación en la EF opcional en el siguiente año escolar.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Cuestionario de clima de aprendizaje (LCQ; Williams y Deci, 1996).</li> <li>* Cuestionario de clima motivacional percibido en deporte #2 (PMCSQ-2. Newton et al., 2000)</li> <li>* Escala de necesidades básicas de satisfacción (BNSC; Deci et al., 2001).</li> <li>* Cuestionario de auto regulación (SRQ; Goudas et al., 1994).</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	Los estudiantes que disfrutaban de la Educación física o aprecian su valor prestan más atención a los profesores y se concentran en las tareas a la mano, en comparación con aquellos que se sienten presionados o amotivados a participar en la lección. Se requiere la promoción de la motivación autodeterminada en la EF para mejorar las experiencias positivas de los estudiantes y, potencialmente, sus niveles de participación.

TABLA 10

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

N°	7
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Tilga et al., 2020) 2. Estonia 3. Kinesiology
<b>TÍTULO</b>	How does perceived autonomy-supportive? And controlling behavior in physical education Relate to adolescents' leisure-time physical Activity participation?
<b>POBLACIÓN</b>	Participaron 381 estudiantes de secundaria (157 varones y 224 niñas) de 12 a 15 años (ME=13,64). Los participantes fueron seleccionados al azar de diferentes escuelas de Estonia.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar el efecto del comportamiento de autonomía y control percibido de los profesores de <b>EF</b> en la participación de los adolescentes en la <b>AF</b> de <b>TL</b> tiene vías únicas mediadas por experiencias de satisfacción de la necesidad, motivación autónoma y esfuerzo de los adolescentes hacia la AF de TL, y necesidad de frustración, motivación controlada y esfuerzo de los adolescentes hacia AF de TL, respectivamente.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* El comportamiento autodidacta de apoyo a la autonomía del profesor de <b>EF</b> se midió utilizando la Escala Multidimensional de Apoyo a la Autonomía Percibida para la <b>EF</b> (MD-PASSPE; Tilga et al., 2017).</li> <li>*El comportamiento de autocontrol del profesor de <b>EF</b> se midió mediante una versión adaptada (Hein et al., 2015).</li> <li>* La satisfacción de las necesidades y la frustración de las necesidades de los adolescentes en la <b>EF</b> se midieron mediante la Escala de Satisfacción y Frustración de Necesidades Psicológicas Básicas (BPNSNF; Chen et al., 2015) adaptada para el contexto de la <b>EF</b> (Haerens et al., 2015)</li> <li>* La motivación autónoma y controlada de los adolescentes en <b>EF</b> se midió mediante el Cuestionario de Locus de Causalidad Percibido (PLOCQ; Goudas et al., 1994)</li> <li>* El esfuerzo auto reportado de los adolescentes adaptado al contexto de participación de <b>AF</b> de <b>TL</b> (Polet et al., 2019)</li> <li>* El Cuestionario de Ejercicios de Tiempo Libre (LTEQ; Godin y Shephard, 1985) fue usado para medir la participación de adolescentes en <b>AF</b> de <b>TL</b>.</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Se concluye que el comportamiento de apoyo a la autonomía percibida tiene un efecto sobre la participación de los adolescentes en la AF de TL solo a través de experiencias de satisfacción de necesidades, motivación autónoma y esfuerzo percibido hacia la AF de TL.</p> <p>Este hallazgo es importante para la práctica porque proporciona una comprensión más profunda sobre el mecanismo específico de cómo el comportamiento de apoyo a la autonomía percibida de los profesores de EF está relacionado con el esfuerzo de los adolescentes y, a su vez, con la participación de AF de TL.</p>



TABLA 11

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

N°	<b>8</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Pellicer et al., 2021) 2. España 3. Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación
<b>TÍTULO</b>	Necesidades psicológicas básicas asociadas en la práctica de deporte individual y colectivo
<b>POBLACIÓN</b>	136 alumnos (64 chicas y 72 chicos). La media de edad para los chicos es de 13,31 años , y su rango comprende de 11 a 16 años. La media de edad para el grupo de chicas es de 13,06 , y su rango comprende entre los 11 y los 16.
<b>OBJETIVO</b>	Comparar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas a través del deporte individual y colectivo dentro del contexto de la asignatura de educación física con estudiantes de educación secundaria obligatoria.
<b>INSTRUMENTOS</b>	Escala de medición de las necesidades psicológicas básicas (BPNES; por sus siglas en inglés, Vlachopoulos y Michailidou, 2006) Adaptada a la educación física (Moreno et al., 2008).
<b>CONCLUSIONES</b>	<p style="text-align: center;">Se hace importante trabajar la autonomía del alumnado en la clase de educación física y en concreto a través del contenido didáctico del deporte ya que podría ayudar a aumentar la implicación del alumnado femenino, debido a que este siente que no tiene elección, control o autonomía en las clases de educación física, lo que resulta en una desvinculación del mismo en la materia.</p> <p style="text-align: center;">Es de gran importancia que cada deporte que se trabaje en una unidad didáctica el cual tiene unas aportaciones diferentes a la hora de satisfacer las necesidades psicológicas básicas, por lo que parece oportuno hacer énfasis en los contenidos.</p>

TABLA 12

*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

N°	<b>9</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Cuevas et al., 2015) 2. España 3. Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online
<b>TÍTULO</b>	Influencia del modelo de Educación Deportiva en las necesidades psicológicas básicas
<b>POBLACIÓN</b>	86 estudiantes, 49 chicas (57%) y 37 chicos (43%), con una edad entre 15 y 17 años (ME = 15.65) y que cursaban Educación Física en cuarto curso de Educación Secundaria Obligatoria en dos centros de Castilla-La Mancha.
<b>OBJETIVO</b>	Conocer el impacto del modelo de Educación Deportiva en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en alumnos de Educación Secundaria en Educación Física.
<b>INSTRUMENTOS</b>	Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Se usó la versión en español (Moreno et al., 2008). de la Basic Psychological Needs in Exercise Scale (BPNES ; Vlachopoulos y Michailidou, 2006).
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>El modelo de Educación Deportiva fomenta un clima motivacional de clase orientado hacia la tarea, circunstancia relacionada con la mejora de la percepción de competencia del alumnado.</p> <p>El modelo de Educación Deportiva ofrece a los alumnos la posibilidad de seleccionar diversos roles dentro de un mismo equipo. Este hecho facilita que el estudiante pueda escoger un rol ajustado a sus propias fortalezas personales, lo que favorece a su vez la ejecución exitosa y responsable de sus tareas en clase.</p>

TABLA 13

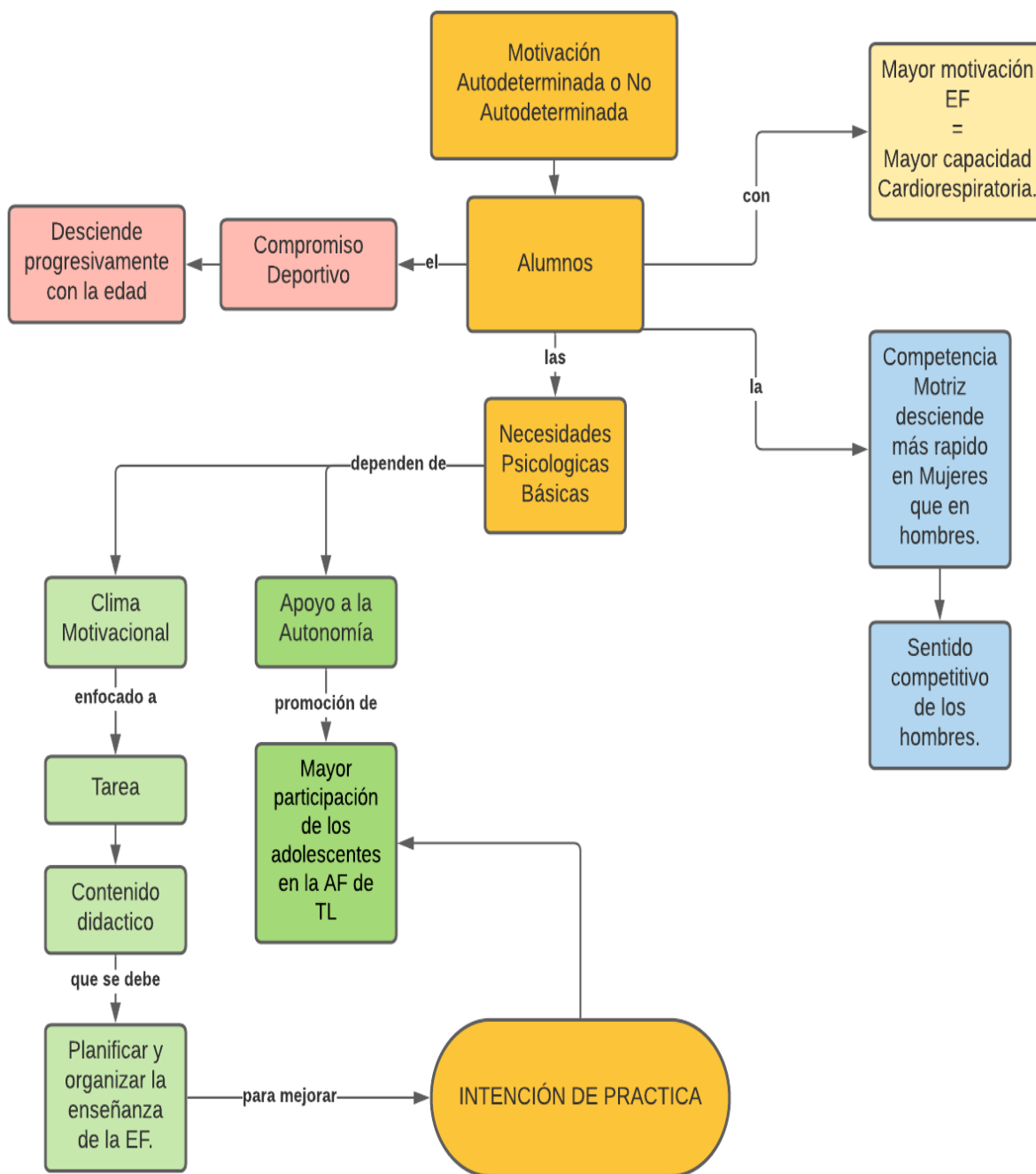
*Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física*

N°	10
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Zimmermann et al., 2020) 2. Alemania 3. International Journal of Environmental Research and Public Health
TÍTULO	The German Multi-Dimensional Perceived Autonomy Support Scale for Physical Education: Adaption and Validation in a Sample of Lower Track Secondary School Students
POBLACIÓN	1030 estudiantes de entre 11 y 18 años (ME = 13.4 años). Los estudiantes asistieron a los grados 6 a 10 de la Mittelschule alemana. La Mittelschule representa el nivel educativo más bajo entre las escuelas secundarias en Alemania. Los datos se extrajeron de 67 clases de 10 escuelas (3 escuelas urbanas, 3 escuelas semirrurales y 4 escuelas rurales) en las que participaron 408 niñas (39,6%) y 622 niños (60,4%).
OBJETIVO	Validar la Escala Alemana de Apoyo a la Autonomía Percibida Múltiple para la Educación Física (MD-PASS-PE).
INSTRUMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>* El comportamiento de apoyo a la autonomía de los profesores de educación física se midió con la Escala de Apoyo a la Autonomía Percibida Multidireccional para la Educación Física (MD-PASS-PE; Tilga et al., 2017)</li> <li>* La autoevaluación académica en EP se evaluó utilizando una escala alemana de 5 ítems diseñada originalmente para medir la autoevaluación académica (Jerusalem et al., 2009) .</li> <li>* Para estimar sus antecedentes socioeconómicos, los estudiantes tenían que nombrar y describir los trabajos de sus padres. Las respuestas de los estudiantes se clasificaron con respecto al Índice Socioeconómico Internacional del Estado Ocupacional (ISEI), que se basa en la Clasificación Internacional Uniforme de Ocupación 2008 (CIUO-08), (Ganzeboom, 2010).</li> </ul>
CONCLUSIONES	<p>Los estudios en el contexto escolar han demostrado que los estudiantes de una clase determinada obtienen calificaciones muy similares en escalas que evalúan aspectos diferentes de la calidad de las clases . Esto sugiere que los estudiantes tienden a evaluar las lecciones desde un punto de vista más emocional expresando su aprobación general de la lección. En el caso del factor general dominante encontrado aquí, uno podría por lo tanto concluir que representa una calificación personal de la calidad de la lección.</p> <p>Esta validación del MD-PASS-PE alemán no solo proporciona una herramienta de medición fiable y válida para el apoyo a la autonomía en PE, sino que también apoya la suposición de que el apoyo a la autonomía de los profesores puede proporcionarse de una manera multifacética.</p>

## Análisis de resultados en contextos de escolares en área de educación física

**Figura 4**

*Principales componentes de las regulaciones motivacionales en Educación Física Escolar*



## Resultados contextos de Deportistas de Alto Rendimiento

**TABLA 14**

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento.*

N°	11
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Gagné et al., 2003) 2. Estados Unidos 3. Journal of applied sport Psychology
<b>TÍTULO</b>	Autonomy Support and Need Satisfaction in the Motivation and Well-Being of Gymnasts
<b>POBLACIÓN</b>	45 gimnastas entre las edades de 7 a 18 años (ME = 13 años, SD = 2,35) de una equipo de competición del noreste de EE.UU.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar (a) el apoyo percibido de los gimnastas por parte de los padres y entrenadores y como apoyan estos a la motivación duradera y diaria del atleta y necesidades de satisfacción y (b) cómo la motivación diaria y la satisfacción de las necesidades psicológicas durante la práctica afectan al bienestar de los atletas.
<b>INSTRUMENTO</b>	Autorregulación para la gimnasia. Esta escala evaluó cinco reglamentos motivacionales diferentes para actividades deportivas/de ocio, basadas en el modelo establecido por (Ryan y Connell, 1989) y elaborado en el dominio del deporte por (Pelletier et al., 1995).
<b>CONCLUSIONES</b>	Los contextos de entrenamiento donde los entrenadores y los padres de familia apoyan la autonomía de los atletas al escuchar sus preocupaciones y darles alguna opción, donde los atletas se sienten bien conectados con sus compañeros, y donde reciben alguna retroalimentación positiva de la competencia, es probable que ayuden a los atletas a experimentar las emociones positivas sostenidas, estar más energizado y tener una autoestima más alta y más estable.

TABLA 15

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	12
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Keegan et al., 2014) 2. Inglaterra 3. Psychology of Sport and Exercise
<b>TITULO</b>	A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport
<b>POBLACIÓN</b>	28 participantes que eran deportistas (cinco mujeres. y 23 hombres), reclutados de ocho deportes, con un rango de edad de 15,7 a 28,5 años. La muestra contenía un ex arquero campeón europeo , cinco nadadores internacionales que asistieron al Commonwealth y / o Juegos Olímpicos, dos tenistas compitiendo internacionalmente, cuatro futbolistas de primer nivel (dos internacionales), seis futbolistas en el último año de un cargo de primer equipo de academia, dos futbolistas internacionales, una luchadora de artes marciales mixtas internacional (MMA), dos jugadores de críquet a nivel de condado (condado el cricket en el Reino Unido equivale a la primera división) y cinco jugadores internacionales de rugby sub21.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar la construcción del clima motivacional que rodea a los deportistas de élite investigando los comportamientos de los entrenadores, compañeros y padres que fueron percibidos como motivacionalmente relevantes por los atletas de élite
<b>INSTRUMENTO</b>	Se implementó una guía semiestructurada de entrevistas (adaptada de. Keegan et al., 2009) aunque las preguntas cambiaron a medida que los temas eran desarrollados entre entrevistas. Después de una breve introducción, las principales preguntas estaban destinadas a evaluar las influencias (positivas. y negativas) de los entrenadores, padres y compañeros en la motivación de comportamientos, incluidos el esfuerzo, la persistencia, la elección de tareas, el enfoque y el disfrute.

**CONCLUSIONES**

Los resultados comparan diferentes ámbitos que condicionan el rendimiento de los atletas como los siguientes: retroalimentación, motivación pre competencia y agentes sociales. En el caso del feedback o retroalimentación los entrenadores a comparación de los padres y los pares o compañeros lo realizan de una manera más completa incluyendo aspectos positivos, negativos llevando a un refuerzo de comportamiento o conducta para la competencia mientras que los padres lo enfocan más al aliento y el orgullo por sus hijos atletas y los compañeros lo enfocan más hacia la reacción a los errores con diferentes emociones desde el enojo hasta el aliento y felicitar. También se encuentra que los entrenadores enfocan la motivación pre competencia hacia motivaciones competitivas con el rival, dominio y concentración técnico- táctico y manejo de la presión según la situación presentada en el entorno. Los padres llevan más la motivación pre competencia hacia un apoyo incondicional con énfasis en el rendimiento personal y metas personales. Por otro lado, los compañeros de equipo suelen llevar la motivación pre competencia hacia el desafío del uno con el otro y trabajo colaborativo para un mejor rendimiento y motivaciones comparativas con el rival haciendo ver que se es mejor que el rival.

---

TABLA 16

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	<p style="text-align: center;"><b>13</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. (Barkoukis et al., 2011)</li> <li>2. Grecia</li> <li>3. Psychology of Sport and Exercise</li> </ol>
<b>TÍTULO</b>	<p style="text-align: center;">Motivational and sportspersonship profiles of elite athletes in relation to doping behavior</p>
<b>POBLACIÓN</b>	<p style="text-align: center;">Atletas griegos de élite de nueve deportes diferente: fútbol 79, baloncesto 156, voleibol 148, balonmano 148, atletismo 128, natación 96, tiro con arco 58, Tae Kwon Do 90, y remo 137, participaron en el presente estudio. La edad media fue de 22,97 años. participaron 651 hombres y 389 mujeres.</p>
<b>OBJETIVO</b>	<p style="text-align: center;">Investigar los perfiles de motivación, metas de logro y deportividad de los atletas de élite, en relación con el comportamiento de dopaje.</p>
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Una versión corta de 10 ítems de la Marlowee Crowne Social Desirability Scale (SDS; Strahan y Gerbasi, 1972) fue administrada para medir la tendencia a responder de maneras socialmente deseables (por ejemplo, reportar no usar drogas, cuando de hecho uno es un usuario)</li> <li>*La Escala de Motivación Deportiva (SMS; (Pelletier et al., 1995) se utilizó para medir las regulaciones motivacionales propuestas por la teoría de la autodeterminación.</li> <li>*Las cuatro metas de logro descritas por el modelo jerárquico fueron evaluadas a través del Cuestionario de Metas de Acercamiento y Evitación (AAAGQ; Conroy et al., 2003) para deportes. Se mide con este cuestionario enfoque de maestría, evitación de maestría, enfoque de rendimiento y objetivos de evitación de rendimiento.</li> <li>* El MSOS evalúa las orientaciones de deportividad propuestas por la perspectiva socio-psicológica (Vallerand y Brière, 1997)</li> <li>* Las intenciones de usar PEDs fueron evaluadas por la media de tres ítems. (por ejemplo, tengo la intención de usar sustancias prohibidas para mejorar mi desempeño durante esta temporada)</li> </ul>



**CONCLUSIONES**

Casi uno de cada 10 atletas declaró haber consumido dopaje (8% =85)  
Los resultados mostraron que, en comparación con los atletas motivados intrínseca o extrínsecamente, los del grupo de amotivados tenían más probabilidades de haber utilizado el dopaje en el pasado, y reportaron intenciones de dopaje más fuertes. Los resultados revelaron diferencias significativas entre los tres grupos en el uso pasado auto reportado de PEDS y las intenciones de dopaje.

Con respecto a la deportividad, los resultados del análisis revelaron dos segmentos significativos. El primero fue etiquetado como baja deportividad y representaba a atletas que mostraban poco respeto a las convenciones sociales, reglas y funcionarios, y oponentes, y poco compromiso con el deporte. Este grupo refleja atletas con baja moralidad en entornos deportivos.

El segundo grupo, " alta deportividad" incluyó a los atletas que obtuvieron una puntuación alta en todas las dimensiones de deportividad, y refleja una alta moralidad en los deportes.

TABLA 17

## Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento

N°	14
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Hollembeak y Amorose, 2005) 2. Estados Unidos 3. Journal of applied sport psychology
TÍTULO	Perceived Coaching Behaviors and College Athletes' Intrinsic Motivation: A Test of Self-Determination Theory
POBLACIÓN	280 atletas, varones 146 y mujeres 134, estudiantes de la universidad MIDWEST UNIVERSITY. Los atletas variaron en edad de 17 a 25 años $M = 19.73$ y representaron una variedad de deportes de la División I de la NCAA incluyendo fútbol ( $n = 76$ ), tenis ( $n = 11$ ), gimnasia ( $n = 18$ ), softbol ( $n = 15$ ), voleibol ( $n = 11$ ), baloncesto ( $n = 22$ ), pista y campo ( $n = 42$ ), golf ( $n = 19$ ), béisbol ( $n = 25$ ), natación. ( $n = 16$ ), buceo ( $n = 5$ ), y fútbol ( $n = 20$ ). El promedio de años de participación en un deporte fue de 10.19.
OBJETIVO	Examinar esta relación, con un enfoque específico en el vínculo entre las percepciones de los atletas de los comportamientos de sus entrenadores y el nivel de motivación intrínseca de los atletas para el deporte.
INSTRUMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Escala de Liderazgo para Deportes (LSS), que fue desarrollada por (Saleh, 1980) para evaluar varios comportamientos de coaching.</li> <li>* La motivación intrínseca (<b>MI</b>) se evaluó utilizando las subescalas correspondientes de la Escala de Motivación Deportiva (Pelletier et al., 1995).</li> <li>* La competencia percibida se evaluó utilizando 3 ítems desarrollados por (Amorose, 2003) Los ítems incluidos fueron los siguientes: (a) "¿Qué tan bueno crees que eres en tu deporte?" ; (b) "Cuando se trata de tu deporte, ¿cuánta habilidad crees que tienes?" y (c) "¿Cuán hábil crees que eres en tu deporte?"</li> <li>* La autonomía fue medida pidiendo a los encuestados que, "Por favor, marquen la respuesta que mejor refleje cómo se sienten acerca de la cantidad de opciones o control tienen cuando se trata de participar en su deporte.</li> <li>* El sentido de la relación de los atletas fue evaluado usando una versión modificada de la Escala de Sentimientos de Relación de (Richer y Vallerand, 1998).</li> </ul>

**CONCLUSIONES**

Los resultados confirman que los comportamientos del entrenador están asociados con la motivación de los atletas. Los resultados indicaron que los comportamientos de Entrenamiento e Instrucción, Retroalimentación Positiva, Comportamiento Autocrático y Comportamiento Democrático impactaron las necesidades fundamentales.

Los hombres eran más propensos que las atletas a percibir que su entrenador mostraba una mayor frecuencia de comportamiento autocrático y una frecuencia más baja de comportamiento democrático.

Los atletas de deportes de equipo informaron que sus entrenadores eran más propensos a participar en el Entrenamiento y la Instrucción y el comportamiento Autocrático en comparación con los atletas de los deportes individuales.

Los atletas de esta muestra sintieron que las altas frecuencias de elogios que estaban recibiendo eran inapropiados y, por lo tanto, interpretaron esta retroalimentación como una señal de que su entrenador no creía que fueran competentes en su deporte.

TABLA 18

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	15
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (D. Chan y Hagger, 2012) 2. China 3. Journal of Science and Medicine in Sport
TÍTULO	Self-determined forms of motivation predict sport injury prevention and rehabilitation intentions
POBLACIÓN	214 atletas de élite ( <b>ME</b> = 19,3 años), 43,0% hombres para el Estudio 1 y otro grupo de 533 deportistas de élite con ( <b>ME</b> = de 16,8 años), (50,3% hombres) para el Estudio 2. Eran deportistas de nivel internacional, nacional o regional de 13 diferentes deportes (por ejemplo, atletismo, piragüismo, ciclismo, fútbol y natación) y recibieron entrenamiento de élite durante más de 1 año.
OBJETIVO	Examinar cómo las regulaciones motivacionales de la teoría de la autodeterminación (SDT) influyeron en las intenciones de los atletas hacia la rehabilitación de lesiones deportivas (Estudio 1) y comportamientos de prevención (Estudio 2) utilizando como marco la teoría del comportamiento planificado (TPB).
INSTRUMENTOS	*En el Estudio 1, se utilizó la versión china (rehabilitación deportiva) del Treatment Self-Regulation Questionnaire (TSRQ; D. K. Chan et al., 2009). *Para el Estudio 2, adaptamos los ítems para una motivación autónoma y controlada a partir de la versión para dejar de fumar de (TSRQ; Williams et al., 1999)
CONCLUSIONES	Cuanto más motivado está el atleta para participar en la rehabilitación y prevención de lesiones deportivas por razones autónomas, más probable era que evaluaran positivamente el comportamiento (actitudes), y consideraran tales acciones como consonantes con las normas sociales (normas subjetivas), refrendar la creencia de que el comportamiento está bajo su control personal (PBC), y comprometerse a participar en el comportamiento en el futuro (intenciones).

TABLA 19

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	16
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Stenling et al., 2015) 2. Suecia 3. Sport, Exercise, and Performance Psychology
<b>TÍTULO</b>	Changes in Perceived Autonomy Support, Need Satisfaction, Motivation, and Well-Being in Young Elite Athletes
<b>POBLACIÓN</b>	18 escuelas secundarias deportivas en Suecia para jóvenes esquiadores de élite para participar en entrenamientos de alto nivel y competencia. Jóvenes atletas de élite (esquiadores alpinos, biatletas, esquiadores de fondo). De ellos, 247 (109 mujeres, 138 hombres). La edad de los atletas osciló entre 16 y 20 años.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar una secuencia motivacional de cuatro etapas entre jóvenes atletas de élite, en línea con SDT (apoyo a la autonomía percibida del entrenador (necesidad de satisfacción imotivación ibienestar psicológico).
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Una versión corta del Cuestionario de Clima Deportivo (SCQ, Smith et al., 2007) se utilizó para medir las percepciones de los atletas del apoyo a la autonomía de su entrenador.</p> <p>* Las percepciones de los atletas sobre las necesidades básicas, la competencia, la autonomía y la relación se midieron utilizando una versión sueca de la Basic Needs Satisfaction in Sport Scale (BNSSS, Ng et al., 2011).</p> <p>* Se midió la motivación de los atletas utilizando una versión sueca del Cuestionario de Regulación del Comportamiento en el Deporte. (BRSQ, Lonsdale et al., 2008).</p> <p>*El bienestar psicológico se evaluó con el Cuestionario General de Salud (GHQ-12, Goldberg et al., 1997). El GHQ-12 consta de seis frases negativas y seis frases positivas que evalúan el bienestar psicológico general de una persona y su funcionamiento durante el último par de semanas.</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Los resultados sugieren que los jóvenes atletas de élite en este estudio estaban activos en un entorno relativamente positivo y adaptativo donde su motivación fue nutrida.</p> <p>La investigación basada en la teoría de las necesidades psicológicas básicas ha demostrado que el apoyo percibido de autonomía del entrenador estaba positivamente relacionado con el bienestar de los atletas y negativamente relacionado con el agotamiento.</p> <p>Los resultados indican que los atletas motivados de manera más autónoma buscarán entornos que satisfagan sus necesidades para apoyar aún más su motivación y bienestar autónomos.</p>

TABLA 20

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

Nº	17
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Combeau y Debanne, 2020) 2. Francia 3. Movement & Sport Sciences / Science & Motricité
<b>TÍTULO</b>	Relation entraîneur–athlète et style interpersonnel de l'entraîneur en contexte précompétitif, quels liens avec la performance ? Une étude basée sur le modèle motivationnel de la relation entraîneur-athlète
<b>POBLACIÓN</b>	24 personas de la región de Nueva Aquitania, cuatro entrenadores (cuatro hombres; (ME=32,5 años) y 20 atletas. 15 hombres y cinco mujeres; (ME=20,45 años); miembros de dos clubes de judo de nivel nacional.
<b>OBJETIVO</b>	Investigar, en el ámbito ecológico precompetitivo, la causal entre factores interpersonales de relación entrenador - atleta y contextuales (nivel del oponente), estilo interpersonal del entrenador en relación con las necesidades psicológicas básicas (proximidad social, autonomía, sentido de competencia) y rendimiento deportivo del atleta.
<b>INSTRUMENTOS</b>	« Coach-Athlete Relationship Questionnaire » (CART-Q adapté Jowett y Ntoumanis, 2004).  Esta herramienta permite medir la calidad de interdependencia de la relación entrenador-entrenado según tres construidos: la proximidad, el compromiso, la complementariedad.
<b>CONCLUSIONES</b>	Factores contextuales que no se tienen en cuenta en el estudio son susceptibles de jugar en las indicaciones del entrenador, tales como la actitud o la fatiga del atleta o las características del oponente.  La autonomía era el estilo de interacción dominante buscado por los atletas, el sentimiento de independencia se consideraba un medio para satisfacer sus necesidades personales y aliviar las presiones.

TABLA 21

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	18
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Raimundi et al., 2019) 2. Argentina 3. Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online
TÍTULO	Aspiraciones vitales y su relación con la pasión en deportistas argentinos seleccionados para los Juegos Olímpicos de la Juventud
POBLACIÓN	234 adolescentes (47.90 % varones, 52.10 % mujeres) de entre 12 y 16 años de edad (ME = 14.48 años) seleccionados para el Equipo Olímpico Argentino, dentro del Plan Operativo de los Juegos Olímpicos de la Juventud - Buenos Aires 2018- (ENARD, 2014).
OBJETIVO	Estudiar las aspiraciones vitales de deportistas adolescentes de alto rendimiento y su relación con la pasión que tienen con respecto a su deporte.
INSTRUMENTOS	*Cuestionario sociodemográfico: evalúa género, edad, nivel educativo, deporte practicado, cantidad de años y horas de práctica del deporte. *Índice de aspiraciones vitales (Aspiration Index; Kasser y Ryan, 1996) versión al castellano (Romero et al., 2012) *Escala de Pasión (Vallerand et al., 2003) versión al castellano (Castillo et al., 2010).
CONCLUSIONES	Los varones tuvieron puntajes más altos que las mujeres en las aspiraciones extrínsecas de riqueza y fama y las aspiraciones extrínsecas en su conjunto, así como también en pasión obsesiva. Los adolescentes de deportes cíclicos tuvieron más pasión armoniosa que los de deportes acíclicos y considerando el género, los varones de deportes acíclicos tuvieron puntajes más altos en fama y riqueza.

TABLA 22

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	19
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Gené y Latinjak, 2014) 2. España Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online
TÍTULO	Relación entre necesidades básicas y autodeterminación en deportistas de élite
POBLACIÓN	79 deportistas, 61 hombres y 18 mujeres, con edades comprendidas entre los 16 y 39 años (ME = 22,78 años). Un 63,3% de ellos realizaban deportes individuales (remo, atletismo, natación, triatlón y esquí) y el resto realizaban deportes colectivos (baloncesto, fútbol y waterpolo). El 72% competían internacionalmente, 39 de los cuales lo hicieron en una final del Campeonato del Mundo, 3 participaron en los Juegos Olímpicos y 1 de ellos fue medallista, 12 participaron sólo a nivel europeo y 25 obtuvieron grandes resultados a nivel nacional. Todos ellos entrenaban entre 10 y 45 horas semanales (MT = 22,73h/set).
OBJETIVO	Estudiar la relación entre la satisfacción de las necesidades básicas y la motivación, comparando ambas en función del género y la modalidad deportiva. Además, se exploró la orientación de los deportistas hacia la recompensa económica.
INSTRUMENTOS	*Para medir la satisfacción de las tres necesidades básicas de competencia, autonomía y relación, del Basic Needs Satisfaction in Sports Questionnaire (Ng et al., 2011). *Para medir el grado de motivación de los deportistas, utilizamos la versión española (Viladrich et al., 2011) del Behavioral Regulation in Sports Questionnaire (Lonsdale et al., 2008).
CONCLUSIONES	Los resultados mostraron que las mujeres sienten mayor satisfacción de la necesidad básica de relación y una mayor motivación integrada. En referencia a la pregunta exploratoria, los hombres estaban más orientados a ganar dinero que las mujeres. En cuanto a la modalidad, los deportistas individuales mostraban mayores niveles de amotivación que los de equipo. Los deportistas de equipo estaban más orientados a ganar dinero que los deportistas individuales, seguramente debido al movimiento económico que generan los deportes colectivos masculinos. El resultado sugiere que, para deportistas de élite, cuando más satisfecha está la necesidad de competencia, más practican su deporte porque les gusta, porque forma parte de quiénes son y porque les proporciona beneficios.



TABLA 23

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

Nº	20
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Trigueros et al., 2019) 2. España 3. PLOS ONE
TÍTULO	The influence of the trainer on the motivation and resilience of sportspeople: A study from the perspective of self-determination theory.
POBLACIÓN	324 deportistas miembros de clubes deportivos de segunda división (161 hombres y 163 mujeres) de 18 a 34 años (ME = 23,9 años). Estos atletas entrenaban 4 días a la semana además de un juego de competición semanal.
OBJETIVO	Evaluar la influencia de las relaciones interpersonales de un entrenador desde la perspectiva del apoyo a la autonomía y el estilo de control en la satisfacción de las necesidades básicas de los deportistas y su frustración, motivación y resiliencia.
INSTRUMENTOS	<p>*La percepción del estilo interpersonal controlador del entrenador. La versión española (Castillo et al., 2012) de la Controlling Coach Behaviors Scale (CCBS; Bartholomew et al., 2010)</p> <p>*La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en el contexto deportivo. Esto se midió con la Escala de Mediadores Motivacionales en el Deporte (EMMD; Motivational Mediators Scale in Sport) creada por González-Cutre et al., 2007 .</p> <p>*La frustración de las necesidades psicológicas en los contextos deportivos. Esto fue evaluado a través de la versión en español (Balaguer et al., 2008) de la Escala de Necesidades Psicológicas Frustrantes (PNTS; (Bartholomew et al., 2011).</p> <p>*Motivación autónoma. Esto se evaluó mediante el Cuestionario de Regulación del Comportamiento en el Deporte de (Lonsdale et al., 2008) validado y adaptado al contexto español por (Viladrich et al., 2011)</p> <p>*Resiliencia. Este factor se evaluó mediante la Escala de Resiliencia en el Contexto Deportivo (ERCD; Trigueros et al., 2017)</p>

**CONCLUSIONES**

El presente estudio está en línea con lo establecido por el SDT, porque si los deportistas se perciben a sí mismos como teniendo una cierta libertad y capacidad de toma de decisiones, verán su competencia percibida, su bienestar psicológico, y la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas como favorecidas; pero si el comportamiento de los entrenadores es crítico o restrictivo, o incluso presiones deportistas, se sentirán oprimidos, incapaces y rechazados, percibiendo una obstrucción de sus necesidades.

Los deportistas que se enfrentan a una situación adversa por sí solos se someten a un proceso de aprendizaje mucho más profundo y gratificante cuando perciben un apoyo de autonomía que cuando están controlados por el entrenador, aparte del hecho de que van a adquirir ciertas habilidades que son generalizables y traducibles a otras situaciones adversas.

---

TABLA 24

## Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento

N°	21
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Alesi et al., 2019) 2. España 3. International Journal of Environmental Research and Public Health
TÍTULO	Effects of a Motivational Climate on Psychological Needs Satisfaction, Motivation and Commitment in Teen Handball Players
POBLACIÓN	479 jugadores de balonmano de juveniles (250 chicos y 229 chicas) seleccionados para competir en el Campeonato Regional de España. Se eligió mejores jugadores de balonmano en sus regiones. Son las selecciones regionales y la mayoría de ellos han participado en más de dos campeonatos de balonmano españoles. Estos jugadores son calificados como "deportistas de alto rendimiento" por el Consejo de Deportes de España según el Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y alto rendimiento. El rango de edad fue de 16 años (40,1%)-17 años (59,9%) años (ME = 16,60 años).
OBJETIVO	Examinar los efectos del clima de motivación creado por el entrenador y percibido por un grupo de jóvenes jugadores de balonmano de alto rendimiento sobre su motivación deportiva, autodeterminación, necesidades psicológicas deportivas y compromiso deportivo.
INSTRUMENTOS	* Se utilizó la versión española de PMCSQ-2 (Balaguer et al., 1997) . Compuesto por 29 artículos agrupados en dos dimensiones que miden el clima (competitivo) que involucra el ego. *Se utilizó la versión española del BPNES (Balaguer et al., 2007). Se componía de 12 elementos agrupados en tres factores: autonomía ( <b>EJ</b> : "el programa de ejercicios que sigo en la instalación está en consonancia con mis intereses"), competencia ( <b>EJ</b> : "he hecho grandes progresos en lo que respecta al resultado que se persigue), y relación ( <b>EJ</b> , "me siento muy cómodo cuando hago ejercicio con otros participantes") *Se utilizó la versión española del SCQ (Sousa et al., 2007) . compuesta por 6 subescalas: Compromiso Deportivo tiene 6 artículos; Disfrute Deportivo 4 artículos; Inversiones Personales 3 artículos; Restricciones Sociales 7 artículos; Oportunidades de Participación y Alternativas de Participación 4 artículos cada uno.
CONCLUSIONES	Según análisis descriptivos, los jugadores de balonmano mostraron altos niveles de un clima que involucra una tarea y, por el contrario, niveles más bajos de un clima que involucra al ego. El clima motivacional, generado por el entrenador, estaba estrechamente relacionado con su estilo de comunicación, que es un compromiso deportivo de los jugadores y el disfrute . Un clima motivacional que recompense el esfuerzo como la principal fuente de éxito es probable que genere un objetivo de orientación de la tarea con satisfacción y orgulloso del deporte. Los jugadores de balonmano que percibieron un clima motivacional orientado a la tarea mostraron un rendimiento positivo y una autosatisfacción con su rendimiento mejorado. Los jugadores de balonmano que percibían un clima motivacional orientado al ego mostraron una imagen negativa de su entrenador, a pesar de que estaban satisfechos con los resultados de su equipo.

TABLA 25

*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	22
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Pelletier et al., 2017) 2. Canadá y Francia 3. International Journal of Sport and Exercise Psychology
<b>TITULO</b>	French adaptation and validation of the Sport Motivation Scale-II (Echelle de Motivation dans les Sports-II)
<b>POBLACIÓN</b>	<p>247 deportistas francófonos (127 varones, 110 mujeres, 10 NO especificados) entre las edades de 13 y 25 años (ME= 17,07 años). En esta muestra, el 67% de los participantes eran nadadores francófonos auto identificados de la provincia de Québec (Canadá) y el 33% eran atletas competidores de Francia que participaban en varios deportes, incluyendo balonmano, baloncesto, fútbol, rugby, natación, escalada, correr, patinaje artístico y ciclismo. En promedio, los participantes habían estado practicando su deporte durante 7,75 años en el momento del reclutamiento. La muestra de comparación consistió en los atletas anglófonos que se utilizaron en el Estudio 2 de la validación original del SMS-II (Pelletier et al., 2013). Específicamente, esta muestra consistió en 290 (177 mujeres) jóvenes nadadoras canadienses de nivel provincial (n = 150) y jugadores de baloncesto (n = 140). Los atletas tenían una edad media de 17,41 años y tenían un mínimo de 3 años de experiencia competitiva en el momento del reclutamiento, con una (ME= 7,93 años).</p>
<b>OBJETIVO</b>	<p>Examinar la fiabilidad y validez de constructo de la versión francesa del SMS-II. Al igual que SMS-II, la versión EMS-II incluye 18 ítems que miden los 6 tipos de motivación propuestos por la SDT, que es la motivación intrínseca, integrada, identificada, introyectada y la regulación externa, y la amotivación.</p> <p>El objetivo del Estudio 2 fue probar la validez del EMS-II examinando las correlaciones entre el EMS-II y diversas variables que se utilizan comúnmente como determinantes o consecuencias de la motivación en el deporte, utilizando una muestra diferente de atletas.</p>
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>* Información demográfica Se pidió a los participantes que proporcionaran información demográfica, como la edad, el sexo, el deporte en el que participaban principalmente y el número de años durante los cuales habían practicado su deporte.</p> <p>Estudio 1:            *EMS-II Los atletas fueron invitados a completar el EMS-II, la versión traducida al francés del (SMS-II; Pelletier et al., 2013) , con el fin de examinar las propiedades psicométricas de la escala.</p> <p>Estudio 2 :            *Motivación deportiva El EMS-II se administró a los participantes con el fin de</p>

	<p>medir las diferentes razones por las que los atletas participan en sus deportes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Satisfacción de las necesidades básicas en el deporte La versión francesa de una escala que mide las percepciones de competencia, autonomía y relación en el contexto deportivo (Ng et al., 2011).</li> <li>* Cuestionario de Tarea y Orientación al Ego en el Deporte (TEOSQ; Durand et al., 1996) se utilizó para evaluar si los participantes definieron su éxito en su deporte como tarea.</li> <li>* La versión francesa del Interpersonal Behavior Questionnaire (IBQ; Beaudry y Pelletier, 2008) se utilizó para evaluar la medida en que los participantes percibían que su entorno apoyaba o frustraba sus necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación.</li> <li>* La Escala de Satisfacción con la Escala de Vida (SWLS; Diener et al., 1985) se utilizó para evaluar la satisfacción de los participantes hacia la vida en general.</li> <li>* Satisfacción con el deporte Se pidió a los participantes que completaran una versión modificada del SWLS que se adaptó en francés al contexto (Brière et al., 1995)</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Los resultados de estos dos estudios proporcionan un buen soporte para la validez y la fiabilidad de la escala y sugieren que las propiedades psicométricas del EMS-II son similares a las propiedades psicométricas del SMS-II.</p> <p>Los atletas que experimentan formas de motivación no determinadas por sí mismos tienden a experimentar resultados más negativos, como la insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la percepción de un entorno controlador, menores niveles de satisfacción en el deporte y en la vida en general, y menos vitalidad.</p> <p>La inclusión de la subescala integrada ofrece la oportunidad de pasar del estudio de los atletas, al de individuos enteros que, además de ser atletas, también intentan regularmente otras actividades en su vida.</p> <p>Los resultados comunicados proporcionan una validación sustancial del SME-II, así como pruebas preliminares que atestiguan que la escala podría medir la motivación diferente propuesta por el SDT tanto en francés como en inglés.</p>

TABLA 26

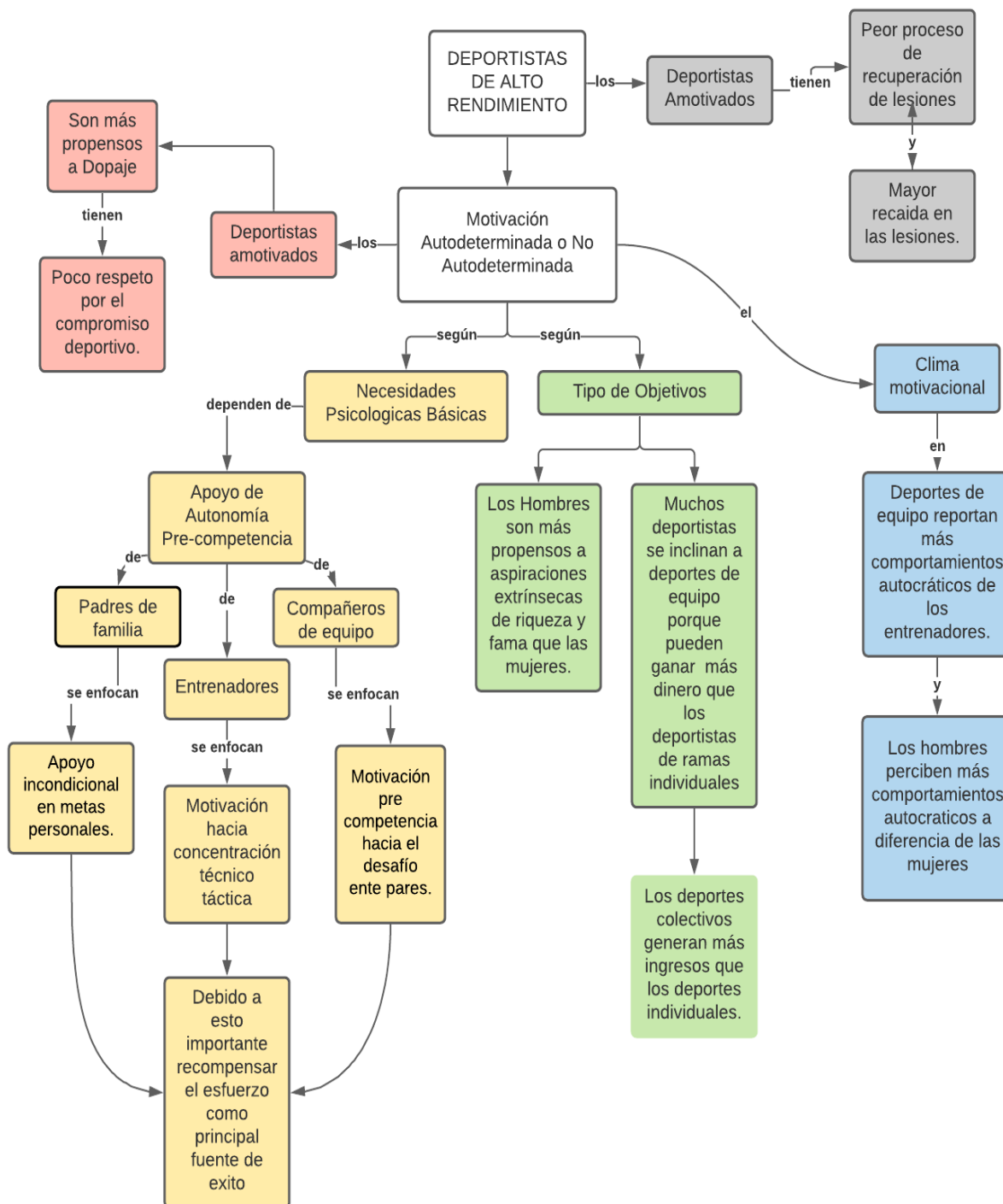
*Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento*

N°	23
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Jakobsen, 2021) 2. Noruega 3. Baltic journal of health and physical activity
<b>TÍTULO</b>	The relationship between Motivation, Perceived Motivational Climate, Task and Ego Orientation, and Perceived Coach Autonomy in young ice hockey players.
<b>POBLACIÓN</b>	<p>401 jóvenes jugadores de hockey sobre hielo noruegos de 14 a 18 años. Esto es probablemente alrededor de 1/3 de los jugadores de esta edad. Todos ellos eran participantes voluntarios en el campo de talentos de las federaciones de hockey sobre hielo de Noruega. De los jugadores, el 49% tenían 15 y 16 años. Había 49 niñas y 352 niños. 94 de los jugadores estaban en los equipos nacionales noruegos sub-20 y sub-18.</p> <p>Sólo 59 jugadores también compitieron en otro deporte fuera del hockey sobre hielo. Había 59 porteros, 127 defensores, 201 delanteros y 19 jugadores que eran tanto delanteros como defensores.</p>
<b>OBJETIVO</b>	Examinar la relación entre la autonomía percibida del entrenador, la motivación, la tarea y la orientación al ego, y el clima de motivación percibido en los jóvenes jugadores de hockey sobre hielo noruegos.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Escala de Motivación Deportiva (SMS-II; Pelletier et al., 2013) para medir la motivación de los jugadores.</li> <li>* Para examinar el soporte percibido de autonomía del entrenador, usamos una versión corta del Sport Climate Questionnaire (SCQ; Deci y Ryan, 1996)</li> <li>* Para medir la orientación de la meta dispositiva, se utilizó el Cuestionario Tarea y Orientación al Ego en el Deporte (TEOSQ; (Duda, 1989)</li> <li>* El Cuestionario-2 (PMCSQ-2; Newton et al., 2000) sobre el Clima Motivacional Percibido en el Deporte fue creado para determinar las percepciones de los atletas sobre las metas que operan en un entorno atlético.</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>La mayoría de los jugadores de hockey sobre hielo noruegos percibieron el clima motivacional como orientado a tareas ya que sabemos que los entornos orientados a tareas son más propensos a dar a los atletas experiencias emocionales positivas y climas orientados al ego evocan estados emocionales desagradables.</p> <p>Se encontró un vínculo positivo significativo entre el apoyo percibido de autonomía del entrenador, la motivación intrínseca y la regulación integrada e identificada.</p> <p>Se observó un camino desde la motivación intrínseca a la participación en tareas y desde atletas involucrados en tareas hasta el desarrollo de un entorno de tareas. También había una asociación directa entre la motivación intrínseca y el entorno de trabajo. Se comprobó que la reglamentación identificada e introyecta influía indirectamente en el desarrollo de un entorno de tareas mediante la participación en tareas.</p>

## Análisis de resultados en contextos de Deportistas de Alto Rendimiento

Figura 5

Principales componentes de las regulaciones motivacionales en Deporte de Alto Rendimiento



## Resultados contextos de Deporte Universitario

**TABLA 27**

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

N°	24
<b>1. AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>2. PAÍS</b> <b>3. REVISTA</b>	1.(Kilpatrick et al., 2005) 2. Estados Unidos 3. Journal of American College Health
<b>TITULO</b>	College Students' Motivation for Physical Activity: Differentiating Men's and Women's Motives for Sport Participation and Exercise
<b>POBLACIÓN</b>	Se muestrearon un total de 233 estudiantes (132 mujeres, 101. hombres) de 18 a 47 años (ME = 22.2 años). La muestra fue 81% caucásica, 12% afroamericana, 3% hispana, 1% asiática y 2% otras.
<b>OBJETIVO</b>	Ampliar la comparación de la participación deportiva y la motivación para el ejercicio. mediante el uso de una escala muy diferenciada de motivación física. Actividad dentro de una muestra universitaria. el segundo objetivo era investigar el impacto del género en la motivación para el ejercicio y la participación deportiva.
<b>INSTRUMENTO</b>	* Medición de la actividad física Los participantes proporcionaron información descriptiva de su comportamiento de actividad física, respondiendo a 4 indicadores de un solo ítem. frecuencia de medición, duración, intensidad y adherencia. *Medición de la motivación de la actividad física Los participantes completaron 2 versiones modificadas del EMI-2 (Markland y Ingledew, 1997).
<b>CONCLUSIONES</b>	Los datos sugieren que las mujeres universitarias tienen mayores preocupaciones con respecto a su peso corporal que los hombres. La mayor preocupación de las mujeres por el peso parece apropiada en la superficie, dado que las mujeres más jóvenes en promedio tienen más probabilidades de tener sobrepeso que sus pares masculinos.  Otros hallazgos relacionados con el género indican que los hombres están más motivados por el desempeño y los factores relacionados con el ego, como el desafío, la fuerza y la resistencia, la competencia y el reconocimiento social, en comparación con las mujeres, independientemente del tipo de actividad.



TABLA 28

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

N°	25
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	(Brière et al., 1995) Canadá International Journal of Sport Psychology
TÍTULO	Développement et validation d'un instrument de mesure par questionnaire de motivation intrinseque, extrinseque, d'amotivation pour le domaine des sports [Validation of the French form of the Sport Motivation Scale].
POBLACIÓN	<p>*3 estudios diferenciados con 3 grupos de población: Estudio 1= 195 deportistas amateurs masculinos y femeninos 122 hombres y 73 mujeres con edad media de 18 años. Esta población viene de diferentes modalidades deportivas colectivas como: Hockey, basquetbol, Voleibol, futbol y waterpolo e individuales como natación y Badminton.</p> <p>*El estudio #2: 455 estudiantes de nivel colegial entre los cuales había 331 hombres y 114 mujeres con edad media de 19 años practicantes de deportes diversos y recreativos como Voleibol, futbol, danza, hockey sobre césped y hockey sobre hielo, basquetbol, Badminton, balón mano y natación.</p> <p>*El estudio #3= 65 atletas amateurs , 40 mujeres y 25 hombres con edad media de 17 años de nivel colegial.</p>
OBJETIVO	Construir y revalidar un nuevo instrumento para la mensuración al deporte; llamado, "Echelle de motivation dans les sports" o en español Escala de motivación en los deportes EMS.
INSTRUMENTOS	El EMS de (Brière et al., 1995) está formado por 7 sub escalas que tomas en consideración 3 modelos de motivación intrínseca( motivación intrínseca a conocimiento, al buen éxito y la estimulación.
CONCLUSIONES	Los resultados de este estudio revelan que la EMS posee niveles de validez y fidelidad fuertes respetables, demostrando que posee un nivel de coherencia interna elevada y una estabilidad temporal apropiada sobre la base de un mes. Los resultados también son alentadores en el plan de la validez del instrumento ya que permite un análisis multidimensional de la motivación. Los índices de regulación introyectada y la regulación identificada muestran que estos también tienen un rol importante en la participación deportiva, estos resultados confirman el hecho de que es posible estar a la vez motivado de manera intrínseca y extrínseca enfrente de una actividad deportiva.

TABLA 29

## Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario

N°	26
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Komarc et al., 2020) 2. República Checa 3. PLOS ONE
TÍTULO	Psychometric validation of Czech version of the Sport Motivation Scale
POBLACIÓN	456 estudiantes de pregrado (290 hombres, 166 mujeres) ME= 21,6 años, de la Facultad de Educación Física y Deporte de la Universidad Charles de Praga, República Checa. La experiencia de los participantes con la actividad deportiva más actual osciló entre 1 y 21 años y la mayoría de la muestra (55,9%) entrenó al menos cuatro veces por semana. La muestra contenía 51,4% de personas que participaban en una variedad de deportes individuales (EJ: correr, nadar, esquiar, tenis, etc.) y 46,6% participaban en deportes de equipo (por ejemplo, fútbol, baloncesto, florbald, hockey sobre hielo, etc.) . Los participantes fueron clasificados de acuerdo con su nivel de competencia como atletas altamente competitivos (31,6%) o recreativos (68,4%). El grupo de atletas altamente competitivos estaba constituido por atletas que competían al más alto nivel nacional (EJ: campeonato nacional, la liga nacional más alta) o internacional (EJ: juegos olímpicos, campeonato mundial, liga de campeones), los participantes restantes se agruparon como atletas recreativos.
OBJETIVO	Examinar la fiabilidad y validez de constructo del SMS en una muestra de deportistas universitarios checos.
INSTRUMENTOS	*En este estudio se administró la versión checa del SMS (Komarc et al., 2020) , del SPORT MOTIVATION SCALE (Brière et al., 1995) o Escala de motivación en deporte, la versión checa del SMS se desarrolló utilizando un procedimiento de traducción directa modificado en combinación con el análisis del protocolo.
CONCLUSIONES	La confiabilidad para las subescalas de la SMS estuvo en un rango aceptable y comparable a las informadas en estudios de validación originales con estudiantes universitarios de EE. UU. Y Canadá. Este hallazgo está en línea con la mayoría de los estudios que examinan las diferencias de género en la motivación deportiva y es consistente con la sugerencia de que los motivos extrínsecos para la participación deportiva son más prominentes para los atletas masculinos. La falta de diferencias significativas en la motivación deportiva entre atletas recreativos y altamente competitivos en este estudio puede parecer contradictoria con respecto a investigaciones anteriores, lo que sugiere que las presiones y recompensas relacionadas con la participación en un entorno competitivo pueden influir negativamente en la motivación intrínseca.

TABLA 30

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

N°	
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	<p style="text-align: center;"><b>27</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. (Ntoumanis, 2001b)</li> <li>2. Inglaterra</li> <li>3. Journal of Sports Sciences</li> </ol>
<b>TÍTULO</b>	Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport
<b>POBLACIÓN</b>	268 atletas universitarios británicos. (154 hombres, 108 mujeres; 6 no especificaron su sexo) de una amplia variedad de deportes, estudiando en una gran universidad en el norte de Inglaterra. El rango de edad de la muestra fue 18 A 36 años.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar los vínculos empíricos entre la teoría de la meta del logro y la teoría de la autodeterminación en el deporte. Otro objetivo de este estudio fue analizar posibles efectos interactivos de orientación a las tareas, orientación al ego y competencia percibida en tipos de motivación con distintos grados de autodeterminación.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Las dos orientaciones de meta se midieron con la Orientación a la tarea y al ego en el deporte de (Duda y Nicholls, 1992).</p> <p>*Tipos de motivación. Se evaluaron siete tipos de motivación utilizando la Escala de Motivación Deportiva multidimensional (Pelletier et al., 1995).</p> <p>*La competencia percibida de los atletas se evaluó utilizando elementos del Inventario de Motivación Intrínseca de (McAuley et al., 1989).</p> <p>Al completar el cuestionario, se pide a los participantes que piensen de cuándo se sienten más exitosos en su deporte y luego Indicar su acuerdo con los elementos que describen la tarea y orientación al ego.</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Los resultados muestran que los atletas tenían un buen perfil motivacional. Específicamente, mostraron alta orientación a la tarea, competencia percibida y motivación autodeterminada, orientación moderada al ego y control de la motivación y baja desmotivación. Los resultados mostraron que los hombres tenían significativamente más alto los valores que las mujeres en la orientación del ego, competencia percibida , regulación externa, motivación intrínseca para el logro, motivación intrínseca para experimentar estimulación y regulación identificada.</p>

TABLA 31

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

N°	28
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Holmberg y Sheridan, 2013) 2. Estados Unidos 3. Sport Psychologist
<b>TÍTULO</b>	Self-Determined Motivation as a Predictor of Burnout Among College Athletes.
<b>POBLACIÓN</b>	598 atletas universitarios de 8 universidades de la Asociación Nacional de Atletismo Universitario (NCAA) de la División I y la División III de la costa oeste. Los participantes tenían entre 18 y 24 años, (ME: 21,3 años). La muestra se dividió equitativamente entre hombres (50,5%, $n = 302$ ) y mujeres (49,5%, $n = 296$ ). Los participantes representaron siete deportes: fútbol (12%, $n = 72$ ), baloncesto (20%, $n = 122$ ), natación (9%, $n = 53$ ), béisbol (12%, $n = 69$ ), softbol (18%, $n = 106$ ), tenis (10%, $n = 59$ ), y pista y campo (20%, $n = 117$ ). El 8% de los atletas de la muestra compitieron en múltiples deportes.
<b>OBJETIVO</b>	El propósito general de este estudio correlacional era investigar las relaciones entre las dimensiones del agotamiento y abandono del atleta y el grado de autodeterminación entre los atletas universitarios.
<b>INSTRUMENTOS</b>	Los dos instrumentos empleados en este estudio fueron el Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ; Lonsdale et al., 2008) y el Athlete Burnout Questionnaire (ABQ; Raedeke y Smith, 2001). Ambos instrumentos han sido utilizados en investigaciones previas (Lonsdale et al. 2009) para investigar la relación entre el agotamiento y el grado de autodeterminación entre los atletas de competición.
<b>CONCLUSIONES</b>	Específicamente, la motivación intrínseca se correlaciona negativamente con las dimensiones de agotamiento o abandono, mientras que la amotivación se correlaciona positivamente con las dimensiones de agotamiento o abandono. Los atletas que demostraron estilos regulatorios autónomos tuvieron menos probabilidades de reportar altos puntajes de agotamiento que los atletas que demostraron estilos regulatorios controlados.  Las personas que participaban en su deporte debido al disfrute, o porque los beneficios que ofrecía la actividad representaban resultados valiosos, tenían menos probabilidades de comunicar síntomas de agotamiento.

TABLA 32

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

N°	29
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Keshtidar y Behzadnia, 2017) 2. Iran 3. PLOS ONE
TÍTULO	Prediction of intention to continue sport in athlete students: A self-determination theory approach
POBLACIÓN	Se seleccionó al azar a 269 estudiantes de atletismo (57 mujeres y 212 hombres) de dos universidades de Irán. La edad media de los participantes fue de 21,93 años .
OBJETIVO	El propósito del estudio actual era entender mejor las intenciones de los estudiantes universitarios de continuar el deporte basado en el tipo de orientaciones y regulaciones motivacionales.
INSTRUMENTOS	<p>* Para medir la motivación autónoma y controlada, la regulación conductual en el cuestionario deportivo (BRSQ; Lonsdale et al., 2008)</p> <p>*La intención de continuar el deporte en los siguientes meses se evaluó utilizando tres ítems basados en la investigación (Chatzisarantis et al., 1997),</p> <p>*En este estudio se utilizaron el cuestionario de orientación de tareas y ego en el deporte (Duda y Nicholls, 1992). El cuestionario es de 13 ítems en los cuales 7 ítems están relacionados con la orientación a tareas (por ej., "Aprendo algo que es divertido de hacer"), y 6 ítems relacionados con la orientación al ego (ej., "Los otros no pueden hacer tan bien como yo")</p>
CONCLUSIONES	Estos resultados sugieren que un paso importante para facilitar la motivación autónoma de los estudiantes para participar y la intención de continuar las actividades deportivas puede comenzar en edades tempranas. Por tanto, los profesores pueden facilitar la adopción de un discurso motivacional apropiado proporcionando comportamientos apropiados y retroalimentación para mejorar la motivación autónoma para la actividad física y deportiva.

TABLA 33

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

N°	30
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Gómez-Mazorra et al., 2020) 2. Colombia 3. Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación
TÍTULO	Actividad física en tiempo libre en estudiantes universitarios colombianos
POBLACIÓN	363 estudiantes, los cuales se distribuyeron así: 163 estudiantes de género femenino y 200 de género masculino, con edades comprendidas entre los 16 y los 42 años de edad. Los estudiantes estaban adscritos a 22 programas académicos de la sede central de la universidad, modalidad presencial. El 72% de los estudiantes no realizaba ninguna actividad laboral paralela a su formación académica y el 37.5% de los estudiantes tienen en su plan de estudio una formación complementaria en deporte formativo, educación física, fundamentos en recreación o deporte.
OBJETIVO	Analizar la influencia de las variables psicológicas basadas en los constructos de la SDT y la Teoría del comportamiento planeado ( <b>TCP</b> ), que ayuden a comprender el comportamiento de los estudiantes universitarios hacia la AF en tiempo libre y su relación con el género, la actividad laboral paralela, el área de formación académica y la formación complementaria en deporte formativo como factores del entorno universitario.
INSTRUMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Regulación Motivacional. Para medir la motivación de los estudiantes hacia la AF en tiempo libre se utilizó la versión en (David González-Cutre et al., 2010), del Cuestionario de la Regulación de la Conducta en el Ejercicio (BREQ-3)(Wilson, Rodgers, Loitz, y Scime, 2006).</li> <li>*Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas. Para medir la satisfacción de los estudiantes en ámbitos físico deportivos, se utilizó la versión validada al contexto español (Sanchez y Nuñez, 2007) de la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES; Vlachopoulos y Michailidou, 2006).</li> <li>*Frustración de Necesidades Psicológicas Básicas. Para medir la frustración de los estudiantes durante la realización de actividad física en tiempo libre, se utilizó la versión en castellano (Sicilia et al., 2013) de la Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas (EFNP; Bartholomew et al., 2011)</li> <li>*Variables de la Teoría del Comportamiento Planificado. Para evaluar las actitudes, creencias normativas, el control conductual percibido y la intención de ser físicamente activo, se utilizó la versión validada al español (D. González-Cutre et al., 2014) del Cuestionario de la Teoría del Comportamiento Planificado (TCP) original de (Hagger et al., 2002).</li> </ul>

	<p>Nivel de Actividad Física. Para la medición de la Actividad Física en una semana regular, se hizo uso de la versión en castellano (Craig et al., 2003) del Cuestionario Internacional de Actividad Física versión corta (IPAQ – SF; Booth, 2000).</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>CONCLUSIONES</b></p>	<p>Se identificó que los estudiantes de género masculino y con más de seis meses de práctica, eran movidos por factores intrínsecos y tenían una motivación intrínseca y un bienestar psicológico positivo, significativamente más alto con respecto a los estudiantes de género femenino.</p> <p>Para los estudiantes colombianos la satisfacción de autonomía y competencia, la motivación identificada, la motivación integrada, el control de comportamiento y la actitud percibida, fueron variables significativas en los que realizan actividad laboral durante la etapa universitaria, considerándose este como un indicador sociodemográfico determinante para la práctica de AF en tiempo libre, ya que estaría considerada como una actividad extracurricular, que implica planear y distribuir adecuadamente el tiempo.</p> <p>Los resultados indican mayores índices de desmotivación y regulación externa para los que reciben formación complementaria en deporte; situación semejante con las áreas de formación ya que los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, obtuvieron valores superiores para la frustración de autonomía y la regulación introyectada, mientras que los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación presentaron mayores valores para la desmotivación y la regulación externa.</p>

TABLA 34

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario*

Nº	<b>31</b>
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (De Francisco et al., 2020) 2. España 3. International Journal of Environmental Research and Public Health
TÍTULO	Basic Psychological Needs, Burnout and Engagement in Sport: The Mediating Role of Motivation Regulation
POBLACIÓN	<p>1011 atletas españoles de múltiples modalidades deportivas. La muestra fue equilibrada por género (505 varones y 506 mujeres) (ME= 18,09 años ). La modalidad deportiva colectiva (71,4%) predominó sobre la modalidad individual, siendo el fútbol el deporte más practicado (44,4%), seguido por el atletismo (9,5%) el baloncesto (7,3%), el fútbol sala (6,4%), el balonmano (4,6%), el rugby (3,6%), el voleibol y el taekwondo (3,3% cada uno), gimnasia rítmica (3,1%) y otros deportes (<b>n</b> = 18 con 1% o menos: 14,5%).</p> <p>De los atletas, el 11,9% tenía un perfil competitivo bajo (categorías locales), el 63,2% tenía un perfil competitivo medio (regional) y el 24,3% tenía un alto nivel (categorías internacionales y nacionales). El tiempo total medio en la práctica deportiva fue de 8,07. Los participantes recibieron una media de más de tres sesiones por semana (<b>M</b> = 3,38), con una duración media de 101,23 minutos por sesión, durante aproximadamente 10 meses por año (<b>M</b> = 9,95).</p>
OBJETIVO	Analizar el papel mediador de la regulación motivacional entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y el agotamiento y el compromiso con los atletas.
INSTRUMENTOS	<p>*La Basic Needs Satisfaction in Sport Scale (BNSSS; Ng et al., 2011) mide la satisfacción de cinco necesidades psicológicas .</p> <p>*El Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ; Lonsdale et al., 2008) evalúa seis grados de regulación de la motivación: amotivación (sin regulación), regulación externa, regulación introyectada, regulación identificada, regulación integrada y motivación intrínseca.</p> <p>*El Athlete Burnout Questionnaire (ABQ; Raedeke y Smith, 2001) mide el síndrome de agotamiento de los atletas y contiene las dimensiones: agotamiento físico/emocional, devaluación y sentido de logro reducido.</p> <p>*El Athlete Engagement Questionnaire versión al español (AEQ; De Francisco et al., 2017) mide el compromiso con los atletas a través de cuatro dimensiones: confianza, vigor, dedicación y entusiasmo.</p>



Relación entre la satisfacción del BPN y el agotamiento y el compromiso: La satisfacción del BPN tuvo un efecto directo negativo sobre el agotamiento en jóvenes atletas de ambos sexos de diferentes modalidades deportivas, cuando los atletas se sienten más competentes, creen firmemente que pueden lograr buenos resultados, una actitud contraria al agotamiento, en el que los atletas no se sienten capaces de alcanzar sus objetivos debido a un sentido de logro muy reducido .

Los resultados mostraron que la satisfacción del BPN tenía efectos directos sobre la motivación autodeterminada. Los atletas que satisfacen el BPN se sientan motivados a través de más regulaciones internas, como el interés en la actividad en sí o la conexión entre la práctica deportiva y otros objetivos personales, en el deporte juvenil.

Las estrategias para prevenir el agotamiento y promover el compromiso deportivo deberían centrarse en apoyar la satisfacción de la BPN y fomentar una alta motivación autodeterminada en los atletas, mientras que los niveles menos autodeterminados no son tan importantes.

---

TABLA 35

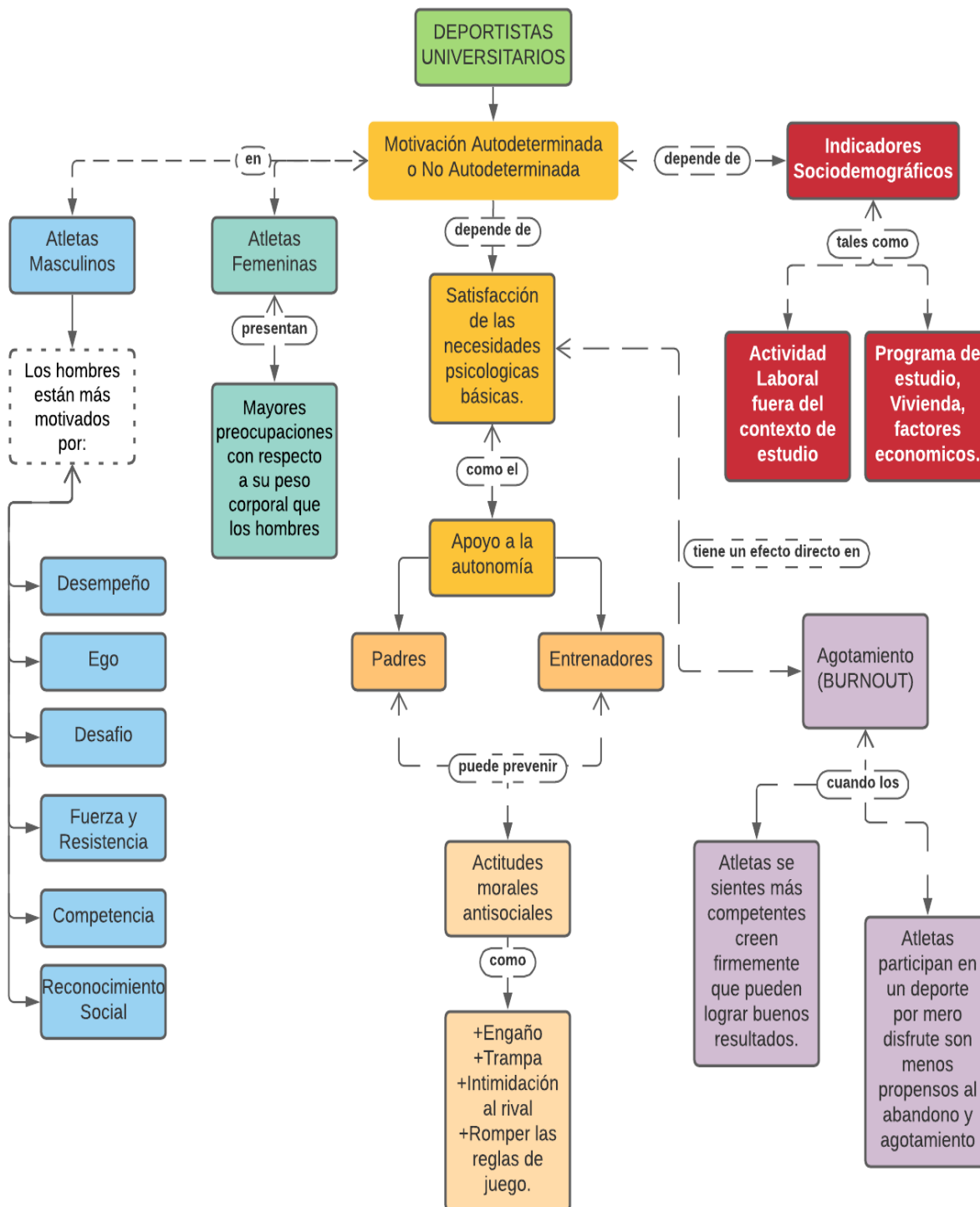
## Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario

N°	32
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Mallia et al., 2019) 2. Italia 3. Journal Of Applied Sport Psychology
<b>TÍTULO</b>	Predicting moral attitudes and antisocial behavior in young team sport athletes: A self-determination theory perspective.
<b>POBLACIÓN</b>	<p>Los participantes fueron jóvenes deportistas de equipo de dos muestras separadas. La primera muestra (Muestra 1) comprendía jóvenes deportistas de equipo italianos (N = 355; 81,4% hombres; ME = 18,98 años) que participaban en el fútbol (n = 172; 48,5%), voleibol (n = 99; 27,9%), rugby (n = 72; 20,3%) o baloncesto (n = 12; 3,4%). La segunda muestra (Muestra 2) comprendía jugadores de fútbol sala masculinos italianos jóvenes (N = 296; M edad = 21,09 años).</p>
<b>OBJETIVO</b>	Investigar las relaciones entre factores contextuales sociales (EJ: apoyo social), factores motivacionales personales (EJ: satisfacción de la necesidad psicológica y motivación), las actitudes de los jóvenes atletas hacia lo prosocial (EJ: ganar en proporción) y lo antisocial (EJ: la aceptación de trampas y gamesmanship) comportamientos, y sus violaciones reales de las reglas durante los partidos en dos muestras de atletas.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Los atletas en la Muestra 1 y 2 completaron medidas validadas de apoyo a la autonomía percibida (Grolnick et al., 1991), satisfacción de necesidades básicas (Ng et al., 2011) motivación autónoma y controlada (Pelletier et al., 1995), así como actitudes hacia lo prosocial (es decir, mantener el ganar en proporción) y comportamientos antisociales (es decir, la aceptación del engaño y la aceptación del juego) (Lee et al., 2007)</p> <p>*Atletas en la Muestra 2 también proporcionaron una medida de comportamiento adicional al indicar el número de sanciones (es decir, tarjetas amarillas) que habían recibido durante los juegos en los 6 meses anteriores.</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Los hallazgos proporcionaron apoyo a la hipótesis general de que los factores motivacionales (es decir, la satisfacción de la necesidad psicológica y las formas de motivación determinadas por uno mismo) están vinculados de manera significativa a las actitudes morales relacionadas con el deporte de los atletas. Específicamente, la autonomía, la competencia y la relación necesitan satisfacción de motivación autónoma y controlada de los atletas y estas variables motivacionales predijeron las actitudes morales de los atletas hacia lo prosocial (manteniendo el ganar en proporción) y comportamientos anti sociales (aceptación del engaño y el juego).</p> <p>El apoyo de padres y entrenadores a la autonomía de los atletas contribuye a las experiencias motivacionales que en parte dan forma a las actitudes morales de los atletas.</p>

## Análisis de resultados en contextos de Deporte Universitario

**Figura 6**

*Principales componentes de las regulaciones motivacionales en Deporte Universitario*



## Resultados contextos de Deporte Escolar

**TABLA 36**

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	33
<b>1. AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>2. PAÍS</b> <b>3. REVISTA</b>	1. (Guzmán y Kingston, 2012) 2. España 3. European Journal of Sport Science
<b>TÍTULO</b>	Prospective study of sport dropout: A motivational. analysis as a function of age and gender.
<b>POBLACIÓN</b>	857 atletas españoles, 680. niños y 177 niñas, quienes participaron en la organización. competiciones en diferentes deportes (atletismo, natación, ciclismo, vela, surf, triatlón, patinaje, piragüismo, gimnasia artística, escalada, equitación, karate, taekwondo, ajedrez, tenis de mesa, tenis, esgrima, judo, balonmano, voleibol, rugby, béisbol, equipo de balonmano, baloncesto, fútbol, fútbol sala, waterpolo y hockey). Las edades oscilaban entre 11 y 19. (ME= 15.3) Después de 19 meses, 229. atletas habían abandonado (26,7%) y 628 atletas. persistieron (73,3%).
<b>OBJETIVO</b>	Analizar la capacidad predictiva de un modelo basado en la teoría de la autodeterminación (SDT) que describa, deserción deportiva competitiva, y varianza en función de la edad y el género. Las variables incluidas en el modelo fueron: satisfacción de necesidad psicológica, motivación autodeterminada, conflicto percibido entre el deporte y el estudio, intención de práctica.
<b>INSTRUMENTO</b>	<p>*La satisfacción de las necesidades psicológicas en el deporte se evaluó a través de tres subescalas de cuatro ítems (12 ítems) propuestas por Guzmán y Lukwu (2008), que permiten asegurar percepciones de competencia, autonomía y relación.</p> <p>*La motivación deportiva se midió utilizando la versión española (Guzmán Luján et al., 2006) de la Escala de Motivación Deportiva (Pelletier et al., 1995).</p> <p>*La percepción de conflicto entre la práctica deportiva competitiva y el estudio se evaluó a través de una escala de cuatro ítems creada específicamente para este estudio, que comprende los ítems: "Siento que apenas puedo seguir haciendo todas las actividades deportivas y de estudio que practico ahora. 'No me siento lo suficientemente fuerte para seguir haciendo deporte y estudiando".</p> <p>*La intención de practicar el deporte (competitivo) se evaluó utilizando una escala de cuatro ítems creada específicamente para este estudio, incluyendo artículos como ", 'continuaré practicando mi deporte en los próximos años'</p>

**CONCLUSIONES**

Los resultados confirmaron una relación inversa significativa entre la motivación autodeterminada y el conflicto percibido (entre el deporte y el estudio), y entre el conflicto percibido y la intención de practicar deporte. Se podría concluir a partir de estos resultados que cuanto más elevada y más autodeterminada sea la motivación de una persona hacia el deporte, menos conflicto con el estudio tendrá. También la relación predictiva del conflicto percibido con la intención de practicar deporte fue significativa.

Estos hallazgos dan apoyo a que, con una motivación más autodeterminada, las diferentes actividades se perciben como menos incompatibles y, por consiguiente, la intención de seguir practicándolos es mayor.

los resultados mostraron una disminución de la motivación y la intención autodeterminada de practicar el deporte asociado con la edad, y se hace importante contribuir a la comprensión de las tasas de abandono masivo en la adolescencia.

---

TABLA 37

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	34
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Ommundsen y Vaglum, 1991) 2. Noruega 3. Scandinavian Journal of medecin and Sports
<b>TITULO</b>	The influence of low perceived soccer and social competence on later dropout from soccer: a prospective study of young boys
<b>POBLACIÓN</b>	Un total de 223 niños de 12- a 16 años de edad, de 33 equipos pertenecientes a 14 clubes seleccionados para una entrevista estructurada, los niños jugaban al fútbol en una liga organizada en Oslo.
<b>OBJETIVO</b>	El propósito principal de esta investigación prospectiva fue examinar la relación de baja percepción del fútbol y la competencia social con el posterior abandono del fútbol
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Percepción de la competencia social en el fútbol.            El aspecto de popularidad y estatus de la competencia social percibida fue evaluado por medio de ítems basados en (Harter, 1982). Dos ejemplos de estos artículos serían: Algunos jugadores pueden ser populares con sus compañeros de fútbol.            Algunos jugadores son fáciles de gustar por sus habilidades técnicas.</p> <p>* Percepción de la competencia futbolística. Esto fue medido por un índice de 3 ítems que cubre: la evaluación del jugador de su propia competencia en comparación con la de otros jugadores de la misma edad ; y el juicio general del jugador de su propia habilidad futbolística. EJ: "Algunos jugadores hacen bien en el fútbol, pero otros no sienten que son muy buenos cuando se trata de fútbol".</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Esta investigación demuestra la gran influencia de la baja popularidad y estatus de los compañeros en la deserción futbolística, y apoya hallazgos previos que muestran que la percepción de no haber alcanzado estatus social y popularidad entre compañeros influye negativamente en la persistencia de los jóvenes en el deporte. Estos resultados apoyan investigaciones anteriores y sugiere que las necesidades de logro, particularmente sobresalientes para estos jugadores, no se están cumpliendo. Los jugadores mayores con un bajo autoconcepto en cuanto a sus habilidades de fútbol también pueden considerarse como una amenaza para el éxito del equipo, y por lo tanto retirarse.</p>

TABLA 38

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	35
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Pulido González et al., 2015) 2. España 3. Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online
TÍTULO	Adaptación y validación de un cuestionario para valorar la motivación en el contexto deportivo
POBLACIÓN	985 deportistas con edades comprendidas entre los 10 y 16 años (ME = 14.34 años). Del conjunto de participantes, 620 deportistas eran de género masculino y 365 de género femenino, de deportes individuales ( $n = 452$ ) y colectivos ( $n = 533$ ) de 24 disciplinas.
OBJETIVO	Adaptar y validar al contexto deportivo el Cuestionario de Motivación en Educación Física (CMEF), basado en la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985; 2000; Ryan y Deci, 2000) y desarrollado originalmente en el ámbito educativo, para tratar de analizar la motivación intrínseca, identificada, introyectada, externa y desmotivación de los adolescentes.
INSTRUMENTOS	* Cuestionario de Motivación en el Deporte (CMD; Pulido González et al., 2015) que se valida en este estudio. Se inicia con la frase: “Yo practico este deporte por...”, acompañado de 20 ítems que valoran la motivación intrínseca, la motivación extrínseca; regulación identificada, introyectada, externa y la desmotivación.
CONCLUSIONES	<p>Existen deportistas con un perfil motivacional autónomo y controlado con relaciones positivas, ya que realizan deporte por la satisfacción y disfrute que le proporciona, pero también por motivos externos con el propósito de demostrar su potencial al resto, ganar o llegar a deportista de alto nivel, obtener reconocimiento.</p> <p>Este instrumento puede servir para conocer el tipo de motivación de manera aplicada en cualquier contexto deportivo, independientemente de la modalidad que practiquen los adolescentes y en un rango de edad que contempla varias categorías</p>

TABLA 39

Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar

N°	36
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Hendry et al., 2014) 2. Escocia 3. Journal of Sports Sciences
TÍTULO	Practice and play as determinants of self-determined motivation in youth soccer players
POBLACIÓN	Jugadores de fútbol jóvenes de élite (N = 144), 11- 16 años, fueron reclutados de las academias juveniles de cinco clubes de fútbol profesionales escoceses. Los jugadores eran representativos de 3 grupos de edad; Menores de 13 años (U13) (12.0-12.9 año, n = 46), <b>U15</b> (14.0- 14.9 año, n = 50) y <b>U17</b> (15.0-16.9 años, n = 48).
OBJETIVO	Los objetivos específicos en este estudio fueron determinar si la cantidad, o cantidades relativas, de juego de fútbol y práctica durante la infancia se asocian con formas más autodeterminadas de motivación entre los jugadores de fútbol de élite de desarrollo.
INSTRUMENTOS	Motivación. El BRSQ es un cuestionario de 24 ítems utilizado para medir índices de <b>SDI</b> y 6 regulaciones de comportamiento . Los puntajes de escala del BRSQ han proporcionado evidencia de validez y confiabilidad para evaluar la motivación entre los atletas juveniles. (Lonsdale et al., 2008).
CONCLUSIONES	<p>Las horas de juego durante la infancia no se asociaron con los niveles actuales de motivación intrínseca o autónoma.</p> <p>La falta de correlaciones positivas entre el juego temprano de fútbol y formas más autodeterminadas de motivación, cuestiona la validez de la suposición de que la naturaleza volitiva y auto dirigida del juego mejora la MI en el tiempo.</p> <p>El grupo de edad mayor (U17) obtuvo una motivación autónoma significativamente inferior a la de los grupos de edad más jóvenes.</p>



TABLA 40

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	37
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. (Chin et al., 2012)</li> <li>2. Malasia</li> <li>3. Journal of Human Kinetics</li> </ol>
TÍTULO	Self-Determination and Goal Orientation in Track and Field
POBLACIÓN	<p>632 atletas adolescentes (349 varones y 283 mujeres) que participaron en el 34° nivel estatal de Sarawak School Sports. Encuentro Atlético de Interdivisión en 2006. Estos atletas representaron sus respectivas divisiones en la competición y son considerados los mejores del estado para los grupos de edad menores de 15 y menores de 18 años.</p>
OBJETIVO	<p>El propósito de este estudio fue triple. Primero, examinar las diferencias en los tipos de motivación en términos de género, edad y localidad. En segundo lugar, examinar las diferencias en las orientaciones de los objetivos de logro en términos de género, grupo de edad y localidad. Tercero, examinar la relación entre la teoría de la autodeterminación y la teoría de la meta de logro.</p>
INSTRUMENTOS	<p>Este estudio utilizó cuestionarios que evaluaron la motivación intrínseca, la motivación extrínseca, la amotivación y las metas de logro de los atletas adolescentes.</p> <p>*En la primera parte se pedía información demográfica sobre el género, la edad, la localidad y la escuela. *La segunda parte midió la MI, la ME y la amotivación utilizando la Escala de Motivación Deportiva (SMS; Pelletier et al., 1995)</p> <p>*La tercera parte midió las orientaciones de meta del participante que fueron evaluadas utilizando el Cuestionario de Orientación a Tareas y Ego en el Deporte (TEOSQ; Duda, 1989). El TEOSQ es un cuestionario de 13 ítems que mide la orientación a tareas (7 ítems) y la orientación al ego (6 ítems). Se pidió a los participantes que pensaran cuando se sintieron más exitosos en su deporte.</p>
CONCLUSIONES	<p>Los atletas mayores muestran signos de madurez que se centran en metas a largo plazo donde el éxito está determinado por su cantidad de esfuerzo y tiempo invertido en el deporte. Con el fin de lograr el éxito a largo plazo, deben esforzarse en el trabajo duro independientemente de su capacidad, prevalecer aún más en su desempeño y persistir en el tiempo.</p> <p>Este estudio determina que la socialización en el ámbito de los deportes alienta a los atletas masculinos a participar en deportes competitivos con el fin de desarrollar aspectos masculinos de su propia identidad, mientras que a las mujeres se les suele disuadir de participar en deportes competitivos por temor a masculinizar sus físico, actitud y comportamiento.</p>

TABLA 41

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	<b>38</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Ahmadi et al., 2012) 2. Irán 3. World Applied Sciences Journal
<b>TÍTULO</b>	Perceived Motivational Climate, Basic Psychological Needs and Self Determined Motivation in Youth Male Athletes
<b>POBLACIÓN</b>	Los participantes fueron 255 jóvenes atletas masculinos (ME = 12,86 años; rango = 12-14 años) procedentes de diferentes clubes deportivos en Urmia, Irán. Estaban involucrados en equipos deportivos, específicamente fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano. En promedio, el historial de participación deportiva fue de 1,87 años.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar el patrón de relación entre el clima de motivación percibido, las necesidades psicológicas y la motivación autodeterminada en atletas masculinos jóvenes basados en la teoría de la autodeterminación
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>* La escala climática motivacional para el deporte juvenil (MCSYS: R. Smith et al., 2008) utilizó para evaluar el dominio y el clima orientado al rendimiento en el ámbito del deporte juvenil.</p> <p>* Regulaciones Motivacionales Hacia el Deporte fueron medidas mediante la regulación conductual de 24 ítems en el Cuestionario Deportivo (<b>BRSQ</b>: (Lonsdale et al., 2008) que incluye seis subescalas de 4 ítems, tales como medidas de amotivación, regulación externa, regulación introyectada, regulación identificada, regulación integrada y motivación intrínseca.</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	Los resultados mostraron que el clima orientado al dominio está positivamente relacionado con las necesidades psicológicas, con formas más autodeterminadas (motivación interna, regulación integrada y regulación identificada), y, por otro lado, existen relaciones positivas entre el clima orientado al rendimiento y las formas de baja autodeterminación (regulación externa de amotivación y regulación introyectada). Los resultados indicaron que el dominio orientado era el más fuertemente relacionado con la autonomía percibida, seguido por el sentido de relación de los atletas y la competencia percibida respectivamente. Los atletas jóvenes con capacidad de sentir relaciones significativas con otros son más propensos a disfrutar y establecer razones más intrínsecas para participar en sus programas deportivos.

TABLA 42

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	<b>39</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Kipp y Weiss, 2013) 2. Estados Unidos 3. Sport, Exercise, and Performance Psychology
<b>TÍTULO</b>	Social Influences, Psychological Need Satisfaction, and Well-Being Among Female Adolescent Gymnasts
<b>POBLACIÓN</b>	<p>303 gimnastas femeninas, variaron en edad de 10 a 17 años (ME= 13.0 años), entrenadas en clubes durante todo el año, y compitieron en competiciones establecidas por la gimnasia de los Estados Unidos.</p> <p>Las niñas. comenzaron a participar en gimnasia a los 4 años aproximadamente (ME= 4.6 años) y comenzaron a competir alrededor de los 8 años (ME= 8.3 años). Las gimnastas habían entrenado con su entrenador actual durante 3,5 años y practicaban un promedio de 15,5 horas por semana.</p>
<b>OBJETIVO</b>	Examinar las relaciones entre las influencias sociales, la satisfacción de las necesidades psicológicas y el bienestar de los gimnastas adolescentes.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Clima motivacional. Las gimnastas completaron la Escala Climática Motivacional para el Deporte Juvenil (MCSYS; R. Smith et al., 2008)</p> <p>*Autonomía del entrenador: comportamientos de apoyo. Las gimnastas completaron el Cuestionario de Clima Deportivo (SCQ; Amorose y Anderson-Butcher, 2007) de 6 ítems para evaluar la medida en que su entrenador muestra un estilo de apoyo a la autonomía.</p> <p>*Comportamientos de control del entrenador. Gymnasts completó la Controlling Coach Behaviors Scale (CCBS; Bartholomew et al., 2010)</p> <p>*Calidad de amistad. Los gimnastas completaron la Escala de Calidad de Amistad Deportiva (SFQS. Weiss y Smith, 1999) para evaluar la calidad de la relación con su mejor amigo en gimnasia</p> <p>*Competencia percibida. Los gimnastas completaron la subescala de competencia atlética del Perfil de Auto-Percepción de (Harter, 2012) para Adolescentes.</p> <p>*Autonomía percibida. Las gimnastas respondieron. a una escala de 6 ítems desarrollada por (Hollemeak y Amorose, 2005) para evaluar las percepciones de elección. y el control en los deportes.</p> <p>*Relación percibida. Los participantes completaron la subescala de relacionamiento</p>

	<p>de la Escala de Necesidades Psicológicas Básicas para evaluar las percepciones de conexión en su club.</p> <p>*Autoestima. Las gimnastas completaron la subescala de autoestima de (Harter, 2012) Self-Perception Profile for Adolescents.</p> <p>*Efecto positivo. Las gimnastas completaron una versión modificada del Programa de Efectos Positivos y Negativos (Ebbeck y Weiss, 1998).</p> <p>* La comida es desordenada. Las actitudes y comportamientos alimentarios se evaluaron con la Prueba de Actitud Alimentaria de los Niños (Smolak y Levine, 1994).</p> <p>* Madurez física. Las gimnastas respondieron a un ítem de la Escala de Desarrollo Pubertal de 5 ítems (PDS; Petersen et al., 1988)</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>CONCLUSIONES</b></p>	<p>Cuando los gimnastas percibieron que sus entrenadores enfatizaban las definiciones auto referenciadas del éxito y proporcionaban opciones y aliento, reportaron un mayor sentido de volición en el gimnasio y conexión con su entrenador.</p> <p>Cuando los gimnastas percibían que sus entrenadores usaban recompensas y elogios de una manera controladora, reportaron sentimientos inferiores de elección y volición.</p> <p>Cuando los gimnastas sentían apoyo, lealtad, intereses similares, y compañía con un mejor amigo en el equipo, reportaron mayores sentimientos de pertenencia con sus compañeros de equipo y mayores percepciones de la habilidad gimnástica.</p> <p>Cuando los gimnastas se sentían bien acerca de su capacidad de gimnasia, reportaron autoevaluaciones globales favorables, más emociones positivas y menos pensamientos acerca de ser más delgados.</p> <p>Cuando los gimnastas sintieron un sentido de pertenencia con sus compañeros de equipo, reportaron autoevaluaciones globales más positivas y menos comportamientos dietéticos.</p> <p>Cuando los entrenadores eran percibidos enfatizando el esfuerzo y proporcionando opciones, los gimnastas reportaron mayores sentimientos de conexión con entrenadores y, a su vez, mayores emociones positivas.</p> <p>Cuando los gimnastas sintieron mayores niveles de apoyo con un mejor amigo en el equipo, reportaron un mayor sentido de pertenecer a sus compañeros de equipo y mayores sentimientos de habilidad gimnástica, y a su vez una mayor autoestima, más emociones positivas y menos pensamientos negativos sobre su cuerpo.</p> <p>La madurez física también estaba indirectamente relacionada con los tres indicadores de bienestar a través de la competencia percibida. Las gimnastas postpuberales reportaron una menor autoestima, menos emociones positivas y pensamientos y comportamientos de dieta más frecuentes.</p>

TABLA 43

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

Nº	40
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Sánchez-Oliva et al., 2012) 2. España 3. Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online
TÍTULO	Analizando la implicación deportiva en jóvenes jugadores de baloncesto: Un análisis desde la Teoría de la Autodeterminación.
POBLACIÓN	284 jugadores de baloncesto de género masculino (n = 149) y femenino (n = 135), pertenecientes a diferentes equipos de la comunidad autónoma de Extremadura, con edades comprendidas entre los 11 y los 16 años ME= 12.47 años.
OBJETIVO	Analizar los antecedentes motivacionales que podían determinar la implicación deportiva de los jóvenes jugadores de baloncesto.
INSTRUMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Clima tarea de los entrenadores. Se utilizó el factor clima motivacional que implica a la tarea de la adaptación al castellano del Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire (PMSCQ-2: Newton et al., 2000)</li> <li>*Clima tarea compañeros. Se empleó la subescala clima tarea de la versión adaptada al castellano del Peer Motivational Climate in youth sport Questionnaire (PEERMCSYQ: Nikos Ntoumanis y Vazou, 2005)</li> <li>* Clima apoyo padres. Para su medición se ha utilizado el factor apoyo de la versión validada al castellano (García-Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva y Amado, 2011) del Parental Involvement Sport Questionnaire (PISQ: Wuerth et al., 2004)</li> <li>* Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Para analizar estas variables, se utilizó la Escala de Mediadores Motivacionales (EMM: García-Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva y Gómez-Corrales, 2011).</li> <li>*Motivación Intrínseca. Se utilizó el factor motivación intrínseca de la Escala de Motivación en el Deporte (Pelletier et al., 1995).</li> <li>*Implicación. Se ha utilizado el factor implicación de la versión adaptada al castellano del Sport Commitment Questionnaire (SCQ: Scanlan et al., 1993)</li> </ul>

**CONCLUSIONES**

Aparecen reflejadas las correlaciones obtenidas por cada una de las variables del estudio, donde los tres tipos de climas motivaciones se relacionan positiva y significativamente con las tres necesidades psicológicas básicas, la motivación intrínseca y la implicación.

El estudio dio luz a la relación existente entre los factores sociales (percepción de clima tarea del entrenador y compañeros y percepción de apoyo de los padres) y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

El clima de apoyo de los padres predijo positivamente la satisfacción de autonomía y competencia, mientras que el clima tarea de compañeros lo hizo sobre la satisfacción de competencia y relaciones sociales.

Del mismo modo, la satisfacción de autonomía y competencia se mostraron como predictores positivos de la motivación intrínseca, mientras que esta variable también predijo positivamente la implicación en el deporte.

---

TABLA 44

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	41
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Vieira et al., 2020) 2. Brasil 3. Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online
<b>TÍTULO</b>	Necesidades psicológicas básicas y motivación en jóvenes jugadores de baloncesto brasileños
<b>POBLACIÓN</b>	<p>Los participantes del estudio eran jugadores de instituciones escolares que jugaban al baloncesto y participaban de los Juegos Escolares de Paraná - Fase Municipal en la ciudad de Maringá (Brasil). En la primera fase de la investigación, fue realizada la recolección de datos cuantitativos, con una muestra compuesta por 53 jugadores de baloncesto (ME= 13.25 años). En la segunda fase del estudio, que tuvo abordaje cualitativo, 12 jugadores (ME= 13 años) seleccionados de manera aleatoria participaron de entrevistas semiestructuradas.</p>
<b>OBJETIVO</b>	<p>Analizar las dimensiones que componen los constructos de motivación y necesidades psicológicas básicas de jugadores de baloncesto que están en la fase de iniciación deportiva.</p>
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Se utilizó la Escala de Motivación para el Deporte validada para la lengua portuguesa por (Filho et al., 2011).</p> <p>* El segundo instrumento utilizado fue el Cuestionario de Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio validado en el contexto brasileiro por (da Costa et al., 2017).</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>Se encontró que los motivos para la práctica de baloncesto estaban vinculados principalmente a la admiración por el deporte y a la salud, como se ejemplifica en la declaración de J2: “Pues, en los entrenamientos aprendo siempre, mejoro en el deporte, y me proporciona mejoras para la salud”.</p> <p>Los jugadores con menor experiencia se motivaban por el sueño de ascender en el deporte como puede verificarse en la siguiente afirmación: “Pues, es bueno perder peso, y además de eso siempre admiré el deporte al mirarlo en la TV, por eso quiero mejorar en el deporte, para poder lograr jugar profesionalmente y quien sabe llegar a la NBA”</p> <p>El soporte familiar es importante, pues existe la necesidad de los jóvenes sentirse motivados por los padres, los cuales deben promover autonomía para los niños, proporcionando una cohesión familiar y adaptaciones, sin ejercer un control excesivo sobre los mismos.</p>

TABLA 45

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

Nº	<b>42</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Almagro et al., 2011) 2. España 3. RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte
<b>TÍTULO</b>	Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes
<b>POBLACIÓN</b>	580 deportistas, de los cuales 105 eran chicas y 475 chicos, de edades comprendidas entre los 12 y los 17 años (ME = 14.46 años). Todos los participantes practicaban algún deporte de competición. En concreto, las modalidades deportivas seleccionadas fueron fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano, atletismo, natación, piragüismo, judo, gimnasia rítmica y tenis.
<b>OBJETIVO</b>	El objetivo principal del estudio fue testar un modelo que relacionaba el clima motivacional con las necesidades psicológicas básicas, éstas con la motivación intrínseca y, por último, la motivación intrínseca con la intención de seguir practicando deporte una vez terminado el instituto.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2), versión en el contexto español por (Cecchini et al., 2005).</li> <li>* Se utilizó la versión en español (Núñez et al., 2006) de la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES; Vlachopoulos y Michailidou, 2006)</li> <li>* Se utilizaron los tres factores que miden la motivación intrínseca de la versión validada al castellano por Núñez, Martín-Albo, Navarro, y González (2006) de la Sport Motivation Scale (Pelletier et al., 1995).</li> <li>*Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA), versión adaptada al español por (Moreno Murcia et al., 2007) de la Intention to be Physically Active Scale (Hein et al., 2004)</li> </ul>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p style="text-align: center;">En la iniciación deportiva, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se podría asociar al fomento del aprendizaje cooperativo, la priorización del esfuerzo y la superación personal, y la consideración por parte del entrenador de que todos los miembros del grupo deportivo son importantes.</p> <p>La transmisión de un clima tarea no sólo incidiría en una mejora de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación, sino que existirían otros procesos por los cuales este clima podría influir directamente sobre la intención del deportista de seguir practicando en el futuro.</p> <p>Hay que tener en cuenta que en un clima de comparación social de los deportistas con cierto nivel de habilidad pueden sentirse competentes superando a los demás. El problema surge con aquellos que no son lo suficientemente buenos para ser los mejores y por tanto se ven frustrados.</p>



TABLA 46

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	<b>43</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Wekesser et al., 2021) 2. Estados Unidos 3. International Journal of Sports Science y Coaching
<b>TÍTULO</b>	Coaches' impact on youth athletes' intentions to continue sport participation: The mediational influence of the coach-athlete relationship
<b>POBLACIÓN</b>	Los atletas fueron reclutados de escuelas medias y secundarias, así como equipos deportivos de clubes ubicados en Nebraska y el sureste de Georgia. La muestra constaba de 148 atletas de 11 a 16 años (ME=13.83 años). Los participantes representaron 13 diferentes deportes individuales o de equipo con mayor participación de baloncesto (n=38) y béisbol (n=22). Otros deportes representados incluyeron atletismo, natación, buceo, fútbol, tenis, fútbol, voleibol, porras, lucha libre, softbol y golf. La distribución de género fue relativamente uniforme, con 54,7% (n=81) de los atletas siendo mujeres.
<b>OBJETIVO</b>	Determinar si la calidad del CART media la relación entre los comportamientos de coaching interpersonal y las intenciones de continuar la participación deportiva.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Cuestionario demográfico. Los tutores proporcionaron información sobre la edad, la etnia, la raza, la identidad de género, el tipo de deporte, los años de experiencia deportiva y los meses que pasaron jugando su deporte con su entrenador actual.</li> <li>*Relación entrenador-atleta. El Cuestionario de Relación Entrenador-Atleta (CART-Q; Jowett y Ntoumanis, 2004). fue utilizado para evaluar las percepciones de los atletas sobre la calidad de la relación entrenador-atleta.</li> <li>*Las percepciones de los atletas sobre los comportamientos interpersonales de los entrenadores se evaluaron mediante el Cuestionario sobre Comportamientos Interpersonales (IBQ de 24 ítems; Rocchi et al., 2017).</li> </ul> Las intenciones de continuar la participación deportiva se evaluaron mediante tres preguntas: "Tengo la intención de participar en este deporte dentro de un año", "Tengo la intención de participar en este deporte dentro de un año" y "Estoy decidido a participar en este deporte dentro de un año."
<b>CONCLUSIONES</b>	<p style="text-align: center;">La muestra actual tenía grandes intenciones de persistir, lo que puede haber contribuido a la falta de relaciones significativas entre los comportamientos interpersonales del entrenador y la calidad de las relaciones entrenador-atleta, y las intenciones de continuar porque los atletas tenían grandes intenciones de continuar a pesar de sus respuestas en las otras subescalas de la encuesta.</p> <p style="text-align: center;">Los entrenadores deben esforzarse por crear entornos y participar en comportamientos que mejoren la percepción de competencia de los atletas con la intención de mantener a los atletas involucrados en el deporte.</p>

TABLA 47

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	<b>44</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Nascimento Junior et al., 2021) 2. Brasil 3. Perceptual y Motor Skills
<b>TÍTULO</b>	Life Skills Development Through Sport in Brazil: A Study Based on Self Determination Theory
<b>POBLACIÓN</b>	<p>461 participantes deportistas juveniles brasileños que entrenaron y participaron en equipos de clubes y escuelas semanalmente y compitieron a nivel regional. La muestra incluyó 325 niños y 136 niñas de 10 a 17 años (ME=15.12 años). Los participantes representaron los siguientes deportes: atletismo (n=63), baloncesto (n=20), deportes de combate (n=19), fútbol americano (n=144), fútbol sala (n=28), balonmano (n=123), natación (n=34) y voleibol (n=133). Todos los participantes habían participado en su deporte por un promedio de 5.40 años, habían sido entrenados por su entrenador actual por un promedio de 2.50 años , y habían estado con su equipo actual por un promedio de 3.55 años.</p>
<b>OBJETIVO</b>	<p>Utilizar análisis de conglomerados para investigar si el desarrollo de habilidades para la vida a través del deporte fue afectado por variables demográficas y/o variables basadas en la teoría de la autodeterminación.</p>
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>* Desarrollo de habilidades para la vida. Se utilizó la versión portuguesa (Nascimento-Junior et al., 2019) para medir el desarrollo de las habilidades de los participantes para la vida en su deporte.</p> <p>*Apoyo a la Autonomía. Se evaluó el apoyo a la autonomía con el Perceived Autonomy Support: Exercise Climate Questionnaire (PASECQ; adaptado y validado para el contexto deportivo portugués) (J. M. Moutão et al., 2012).</p> <p>* Escala de Satisfacción de Necesidades Básicas en el Deporte (BNSSS; Ng et al., 2011) que ha sido adaptada y validada para el contexto deportivo brasileño (Nascimento Junior et al., 2018).</p> <p>*Escala de Motivación Deportiva II (SMS-II; Pelletier et al., 2013) que ha sido adaptada por (Do Nascimento Junior et al., 2014) la lengua portuguesa para evaluar la motivación deportiva de los participantes.</p>

**CONCLUSIONES**

Las Inter correlaciones entre las aptitudes para la vida y las variables demográficas y la teoría de la autodeterminación revelaron que todas las aptitudes para la vida mostraron pequeñas asociaciones positivas estadísticamente significativas con apoyo a la autonomía del entrenador.

Se encontró que la edad, años de experiencia en el deporte y la práctica de otros deportes diferían significativamente entre los participantes que cayeron en grupos de desarrollo de habilidades para la vida alta y baja. Los que participaban en el grupo de alto nivel de preparación para la vida activa eran mayores y tenían más años de experiencia en su deporte.

Las percepciones de los participantes sobre el desarrollo de aptitudes para la vida a través del deporte parecen aumentar con el tiempo a medida que aplican lo aprendido en el deporte a sus actividades cotidianas.

Se muestra que las percepciones de apoyo a la autonomía del entrenador y el maestro están positivamente asociadas con el desarrollo de habilidades para la vida en el deporte y la educación física.

---

TABLA 48

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	<b>45</b>
<b>AUTOR AÑO PAÍS REVISTA</b>	1. (Pluhar et al., 2019) 2. Estados Unidos 3. Journal of Sports Science and Medicine
<b>TITULO</b>	Team Sport Athletes May Be Less Likely to Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes
<b>POBLACIÓN</b>	756 atletas que se sometieron a una evaluación de prevención de lesiones durante el período de estudio (ME= 13,5 años). La edad media fue similar entre atletas masculinos y femeninos (13,5 años, y 13,6 ). Algo más de la mitad de la cohorte de estudio estaba compuesta por mujeres atletas .
<b>OBJETIVO</b>	<p>El objetivo del estudio fue determinar si 1) la proporción de atletas con diagnósticos de salud mental y 2) las motivaciones de los atletas para jugar difieren entre deportes de equipo y deportes individuales.,</p> <p>Se comparo la ansiedad, la depresión y las razones auto reportadas para participar en deportes entre atletas en deportes individuales (p.ej. gimnasia, correr, buceo) y deportes de equipo (p.ej. fútbol, fútbol, hockey). Además, se categorizó la motivación para participar en deportes como 1) para la diversión, con los beneficios asociados de la participación, incluyendo, motivos como hacer amigos y ser parte de un equipo o 2) para la meta razones orientadas con los beneficios asociados de la participación, incluidos motivos como la obtención de becas o el control de peso.</p>
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Los participantes totales estaban en gran medida dentro de un rango normal de IMC para su edad y género, la proporción de participantes con sobrepeso/obesidad fue menor entre los atletas deportivos individuales.</p> <p>*Específicamente, cada atleta completa un extenso cuestionario detallando la participación deportiva, historial previo de lesiones, régimen de entrenamiento, ingesta dietética y hábitos de sueño seguidos de mediciones anatómicas, medidas de rendimiento, evaluaciones biomecánicas, evaluaciones del movimiento funcional y exámenes de aptitud física.</p> <p>*La razón para jugar estaba codificada en categorías temáticas. Las razones divertidas para jugar incluyen: divertirse, hacer amigos, ser parte de un equipo, o disfrutar/ amar el deporte. Las razones orientadas a los objetivos para jugar incluían: obtener una beca escolar, controlar el peso, ser fuerte, ser popular, hacer felices a los padres o ganar un campeonato. El ejercicio extenuante y moderado se midió usando la <b>Escala de Calificación de Actividad de Marx</b> (Marx et al., 2001) y se analizó categóricamente por la frecuencia con que un participante participó en cualquiera de</p>

	<p>los niveles de ejercicio fuera de sus regímenes de práctica habituales en el transcurso de una semana.</p>
<p><b>CONCLUSIONES</b></p>	<p>Mientras que los participantes totales estaban en gran medida dentro de un rango normal de IMC para su edad y género, la proporción de participantes con sobrepeso/obesidad fue menor entre los atletas deportivos individuales.</p> <p>Los atletas deportivos individuales tenían significativamente menos probabilidades de jugar por diversión, más probabilidades de entrenar durante todo el año y más probabilidades de participar en un solo deporte. Además, los atletas deportivos individuales eran más propensos a llevar un diagnóstico de ansiedad o depresión.</p> <p>Una proporción significativamente mayor de atletas deportivos individuales sufrían de ansiedad o depresión. Aunque tanto los deportes de equipo como los individuales pueden ser factores protectores de estos trastornos, una proporción mayor de atletas deportivos individuales (13%) informó ansiedad o depresión en comparación con los atletas deportivos de equipo (7%).</p> <p>Una mayor proporción de atletas deportivos individuales adolescentes también informó de que entrenaba todo el año en un deporte y que practicaba sólo un deporte durante todo el año. Este tipo de atención constante a un deporte puede sugerir una inversión desafiante en una sola actividad y hacer que los atletas de un solo deporte más vulnerables a la ansiedad y la depresión.</p>

TABLA 49

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	46
AUTOR AÑO PAÍS REVISTA	1. (Cid et al., 2019) 2. Portugal 3. PLOS ONE
TÍTULO	Motivational determinants of physical education grades and the intention to practice sport in the future
POBLACIÓN	<p>618 estudiantes (328 mujeres; 290 hombres) de entre 10 y 18 años (ME= 13,33 años) de escuelas públicas portuguesas (6º a 9º año).</p> <p>Todos los estudiantes asistían asiduamente a clases de educación física, 96 estudiantes participaron en actividades deportivas extraescolares: balonmano (n = 15); baloncesto (n = 16); voleibol (n = 24); fútbol (n = 19); danza (n = 12); patinaje (n = 10). Su experiencia deportiva varió de 1 a 60 meses (<b>M= 18,11</b>), entrenamiento semanal de 1 a 3 sesiones (M= 1,62), y entrenamiento de volumen varió de 30 a 120 minutos por sesión (M= 65,83).</p> <p>Además, 310 estudiantes declararon que también participaban en deportes fuera de la escuela: fútbol (n = 69); natación (n = 108); baloncesto (n = 16); deportes de combate (n = 18); gimnasia (n = 24); danza/ballet (n = 26); equitación (n = 18); voleibol (n = 16); bádminton (n = 15). Su experiencia deportiva osciló entre 1-120 meses (M = 41.43), el entrenamiento semanal osciló entre 1-6 sesiones (M = 2.71), y el entrenamiento de volumen varió entre 30-150 minutos por sesión (M = 80.22).</p>
OBJETIVO	Analizar el clima motivacional creado por el maestro en el aula, la satisfacción de los estudiantes de las Necesidades Psicológicas Básicas (BPN), y cómo su regulación conductual podría explicar las calificaciones de EF y la intención de practicar deportes en el futuro.
INSTRUMENTOS	<p>*Percepciones de los estudiantes sobre el clima motivacional. Se utilizó el Cuestionario de Aprendizaje de Percepción y Orientación de Desempeño en Clases de Educación Física (LAPOPECQ; Papaioannou, 1994) Versión en portugués (Cid et al., 2013).</p> <p>*Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del estudiante. Se utilizó la Basic Psychological Needs in Exercise Scale (BPNES; Vlachopoulos y Michailidou, 2006), traducida y validada en portugués por (J. Moutão et al., 2012)</p> <p>*Reglamento Motivacional del Estudiante. Se utilizó la versión portuguesa de Perceived Locus of Causality (Fernandes y Vasconcelos-Raposo, 2005).</p> <p>*Intenciones de los estudiantes. Para evaluar las intenciones futuras para la práctica de deportes fuera de la escuela en el futuro, se desarrolló un elemento al que los estudiantes respondieron en una escala Likert que variaba de 1 ("No, ciertamente</p>

	<p>no") y 7 ("Sí, absolutamente cierto"): "Es mi intención practicar (o continuar practicando) deportes fuera de la escuela (en un club o asociación), durante los meses siguientes, al menos 1 a 2 veces por semana". (Ntoumanis, 2001a).</p>
<b>CONCLUSIONES</b>	<p>El clima de motivación en las clases de educación física, avalado por el profesor de educación física, parece tener un impacto significativo en la satisfacción del BPN. La percepción de un clima motivacional de aprendizaje (un contexto que pone el énfasis en el compromiso, esfuerzo, cooperación y desarrollo personal) es un predictor positivo de autonomía (los estudiantes son más capaces de regular sus propias acciones durante las clases), competencia (los estudiantes se sienten más efectivos en la realización de tareas/ actividades escolares) y la relación de parentesco (los estudiantes se sienten más conectados con sus compañeros)</p> <p>La forma en que los individuos regulan su motivación tiene un impacto significativo en sus intenciones en las actividades físicas de tiempo libre y grados de educación física.</p> <p>Los profesores pueden enfocar las actividades en la acción misma y no en el resultado, de modo que los estudiantes se preocupan más por el desarrollo personal de sus habilidades motoras/ habilidades. Para ello, los maestros deben centrarse más en el esfuerzo y menos en los resultados. Además, se debe enfatizar la cooperación y la ayuda mutua entre pares (la tarea de interdependencia), disminuyendo así la tendencia casi innata de los estudiantes a demostrar sus habilidades a los demás.</p>

TABLA 50

*Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar*

N°	47
<b>AUTOR</b> <b>AÑO</b> <b>PAÍS</b> <b>REVISTA</b>	1. (Delrue et al., 2019) 2. Bélgica 3. Psychology of Sport and Exercise
<b>TÍTULO</b>	Do athletes' responses to coach Autonomy support and control depend on the situation and athletes' personal motivation?
<b>POBLACIÓN</b>	Una muestra de conveniencia de 101 judocas belgas (32,7% niñas) de 20 clubes de judo diferentes participaron en el estudio actual. (ME= 13,31 años), una formación media de 3,69 h a la semana y una media de 5,67 años de experiencia en judo.
<b>OBJETIVO</b>	Examinar en qué medida los efectos de un estilo de entrenamiento autónomo y controlador dependen de (a) la situación en cuestión y (b) la motivación personal de los atletas.
<b>INSTRUMENTOS</b>	<p>*Medidas Pre- Experimentales. Después de proporcionar información sobre características del fondo (es decir, género, edad, horas de entrenamiento, experiencia, club) los participantes completaron una escala validada de 28 ítems (Assor et al., 2009) midiendo su motivación para poner esfuerzo en su práctica de judo.</p> <p>*Manipulación experimental. Se crearon cuatro viñetas diferentes . Más precisamente, se crearon situaciones donde los judocas luchaban por dominar una habilidad, y donde los judocas mostraban comportamientos disruptivos durante la práctica.</p> <p>*Control de Manipulación: Soporte y Control de Autonomía Percibida. Las percepciones de Judocas sobre el estilo de las respuestas de los entrenadores fueron evaluadas usando ítems basados en el Cuestionario de Contexto Social del Maestro (TASCQ; Belmont, Skinner, Wellborn, y Connell, 1988) y la escala de Enseñanza Psicológicamente Controladora (PCT; (Soenens et al., 2012).</p> <p>*Necesidad de satisfacción y frustración. Las experiencias basadas en las necesidades se evaluaron utilizando un instrumento de 6 ítems basado en la versión adaptada del BNSFS (Chen, Vansteenkiste, et al., 2015).</p> <p>Respuestas afectivas y conductuales. La ira, el desafío de oposición y el compromiso fueron evaluados, respectivamente, con artículos adoptados de (Assor et al., 2004) , (Vansteenkiste et al., 2014) y (Skinner et al., 2009).</p>



De acuerdo con esta investigación, los resultados del estudio actual demuestran que un estilo que apoya la autonomía, en relación con un estilo controlador, predice más satisfacción de la necesidad y más compromiso y menos necesidad de frustración, ira y desafío de oposición. Nuestros hallazgos corroboran así el efecto adaptativo medio de un estilo de coaching auto sustentador.

Los efectos perjudiciales de un enfoque de control parecían ser más pronunciados en una situación en la que los atletas están luchando, aunque poniendo esfuerzo en los ejercicios en comparación con una situación en la que los atletas muestran un comportamiento disruptivo.

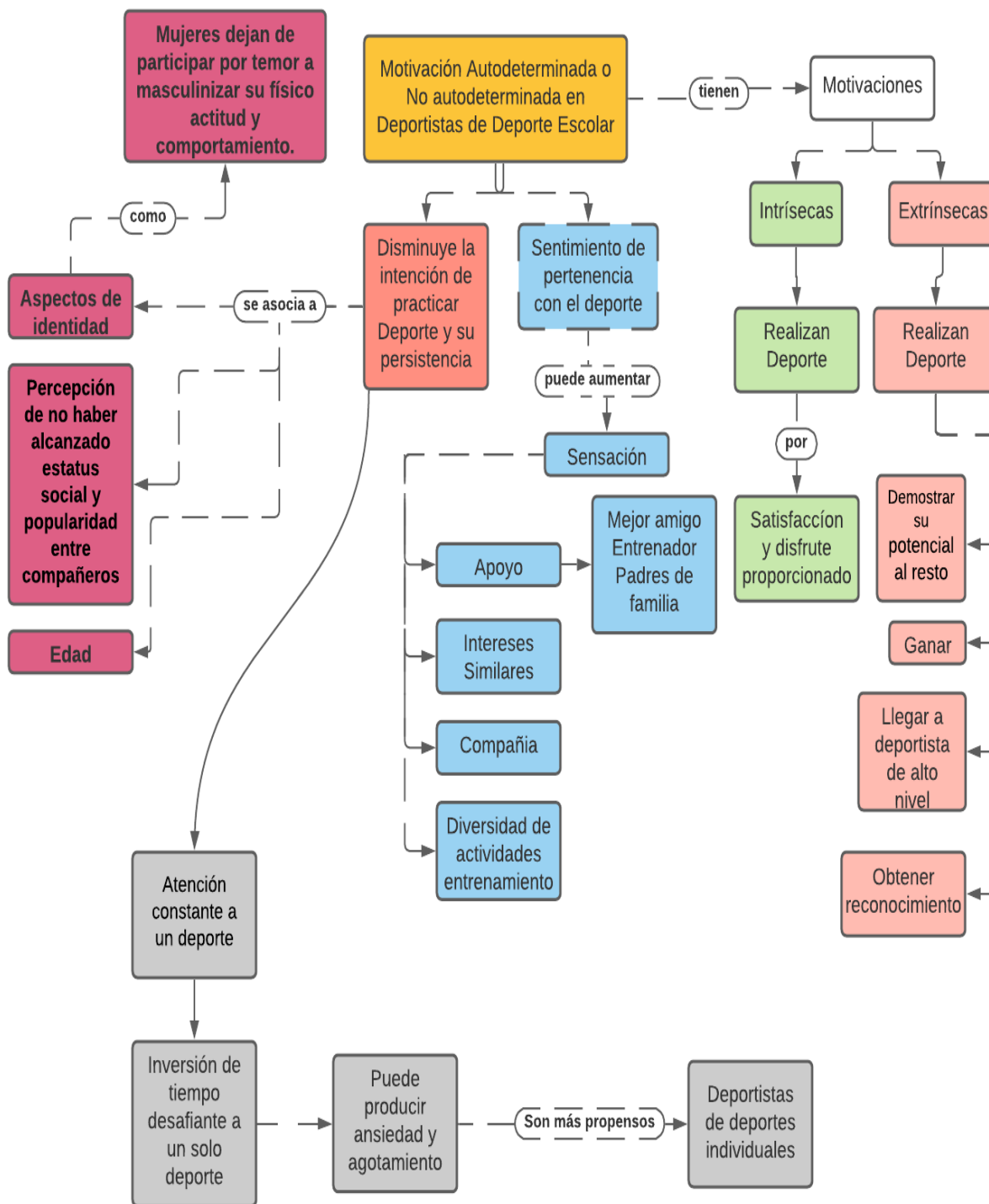
Cuando los atletas imaginaban a un judoca al que se acercaba un entrenador controlador mientras luchaba con los ejercicios (por ej., "haz lo que te digo, no es tan difícil"), anticipaban la menor necesidad de satisfacción y la mayor necesidad de frustración, indicaron que experimentarían más ira y resentimiento, y reportaron estar más inclinados a desafiar la petición del entrenador controlador todos juntos.

Las situaciones en que los atletas muestran un comportamiento disruptivo, el enfoque de control (por ejemplo, "si debo decirlo en otro momento, serás castigado") también fue perjudicial (en comparación con un enfoque de apoyo a la autonomía) en términos de satisfacción de la necesidad anticipada, necesidad de frustración, y la ira.

**Análisis de resultados en contextos de Deporte Escolar**

**Figura 7**

*Principales componentes de las regulaciones motivacionales en Deporte Escolar*



## Análisis Estadístico

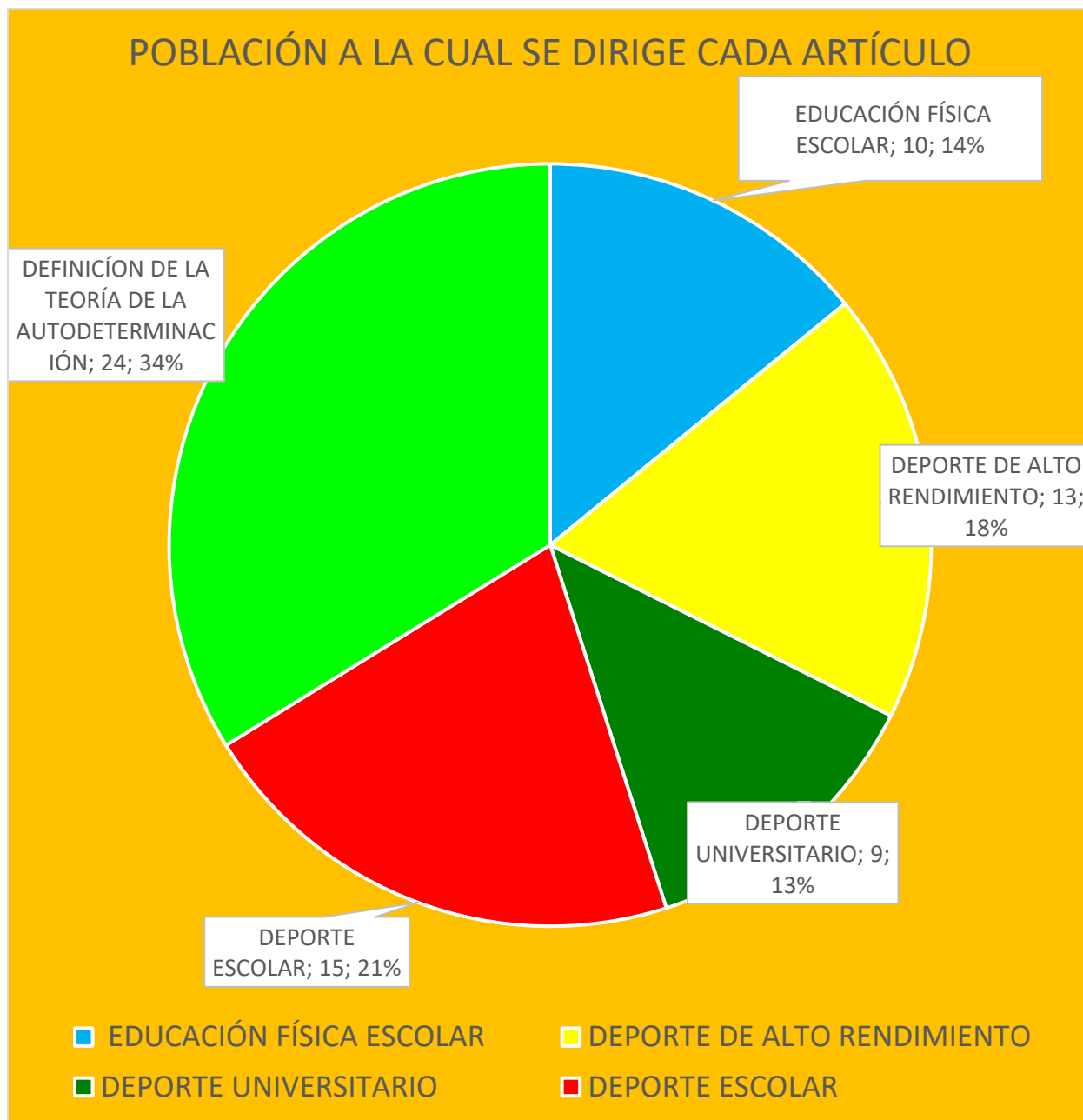
### FIGURA 8

Resultados de la población a la que se dirigía cada investigación.



**FIGURA 9**

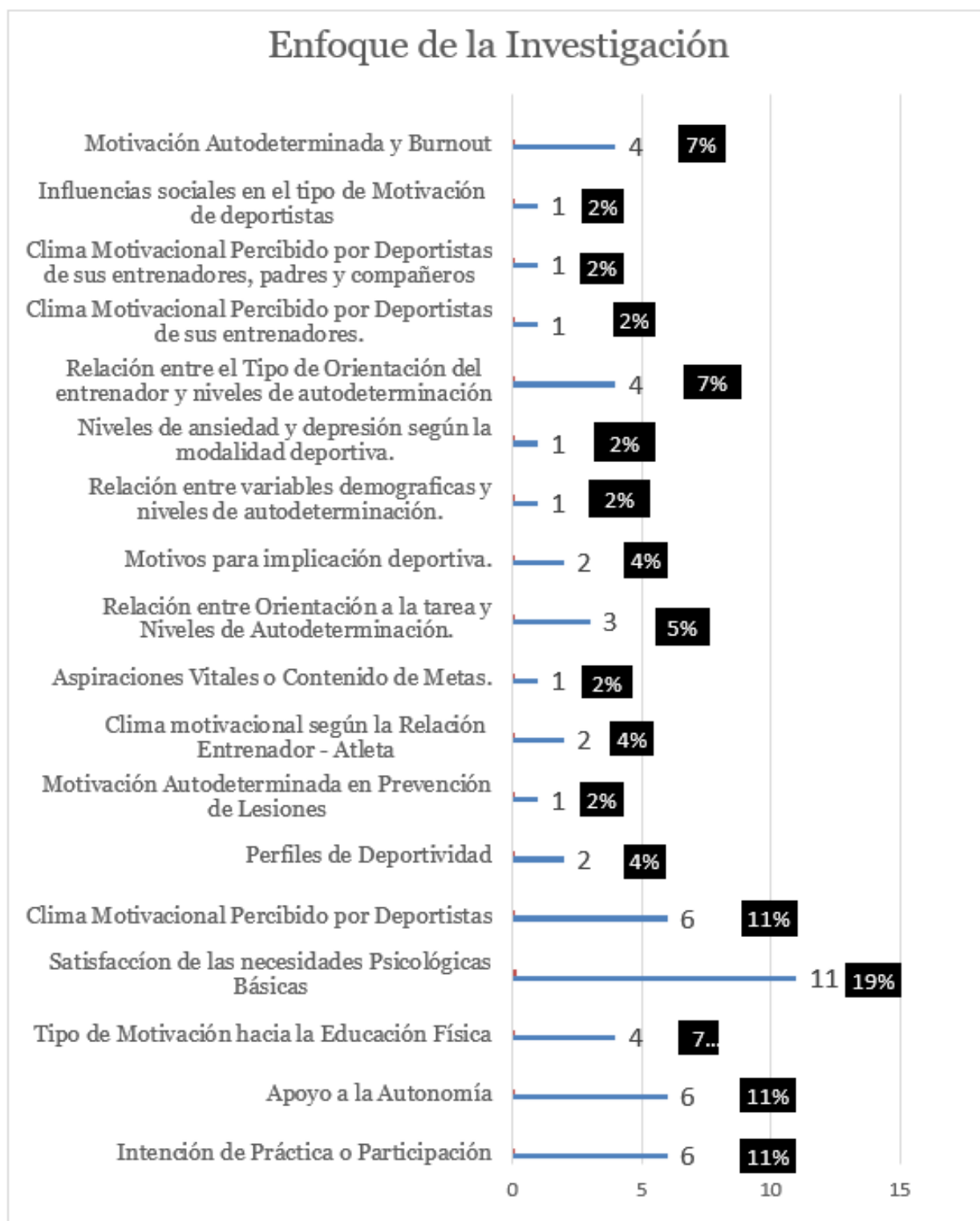
Resultados de la población a la que se dirigía cada investigación.



De los 71 artículos analizados 47 correspondían a investigaciones relacionadas a la teoría de la autodeterminación en diferentes ámbitos del deporte y 24 correspondían a artículos y libros sobre la conceptualización de la Teoría de la Autodeterminación.

**FIGURA 10**

*Resultados de la temática tratada en los 47 artículos sobre la teoría de la autodeterminación en diferentes ámbitos del deporte.*



**FIGURA 11**

*Resultados del idioma de cada investigación. 71 documentos revisados en Total.*

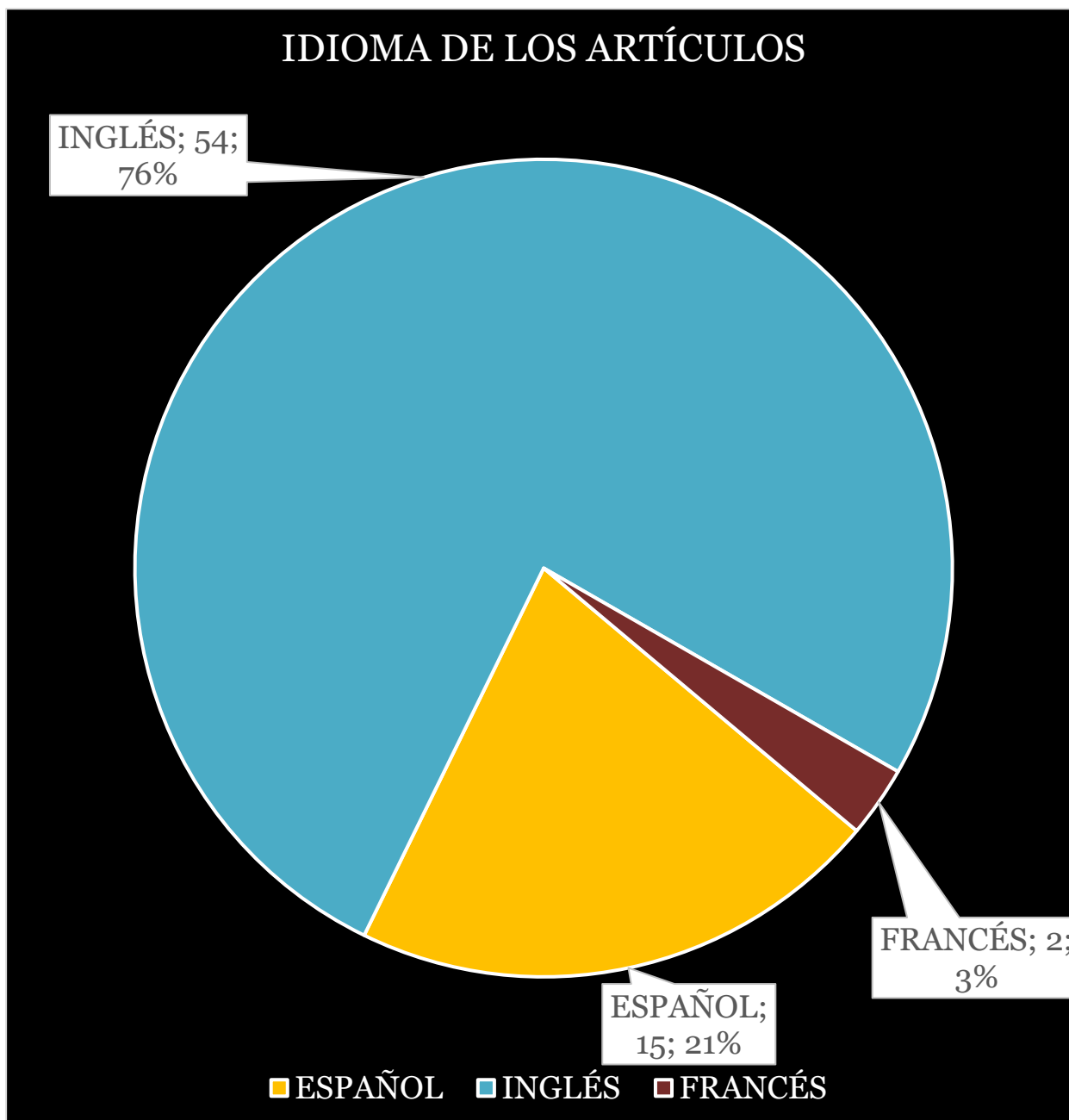
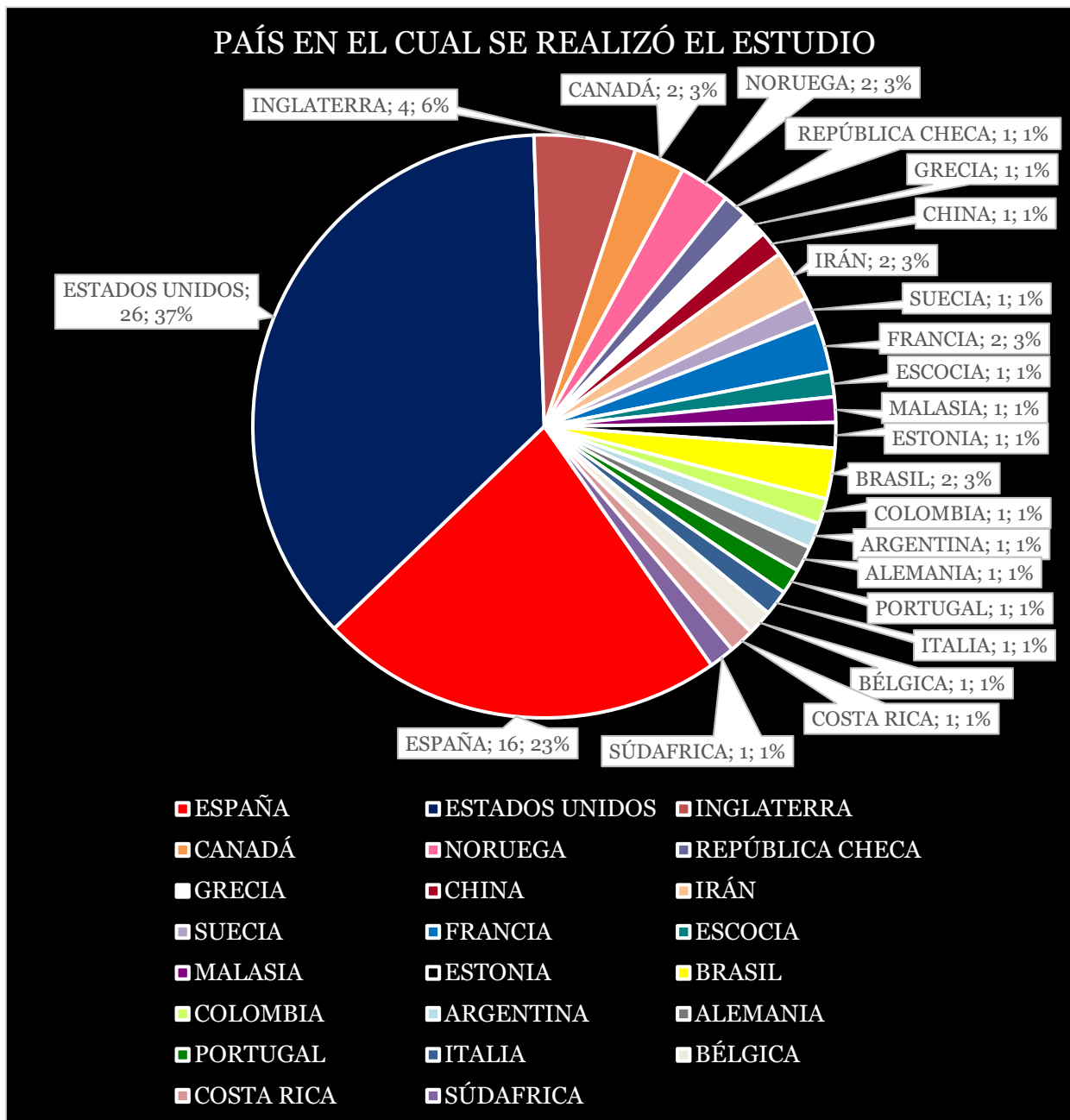


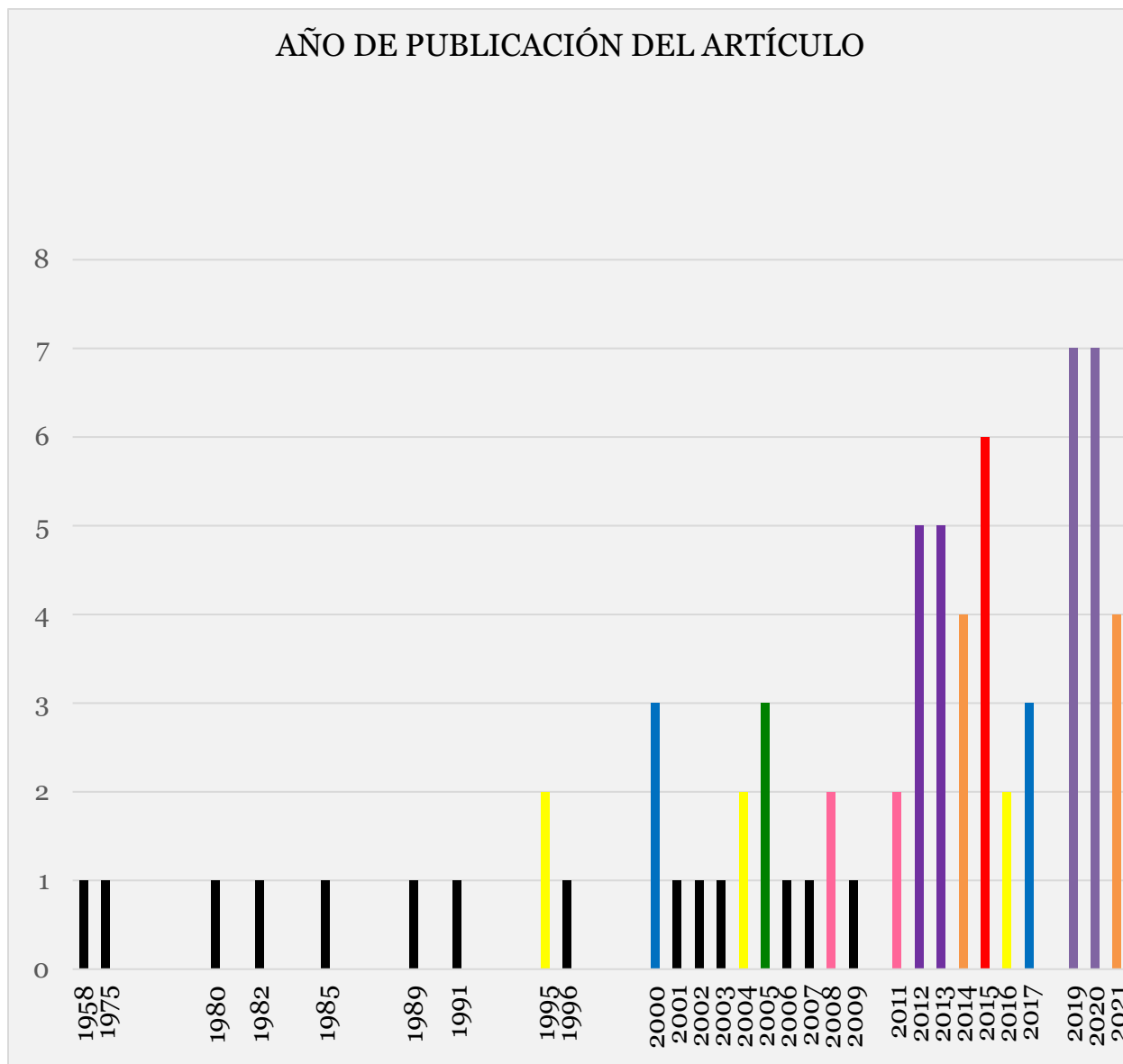
FIGURA 12

Resultados del país donde se realizó cada investigación. 71 documentos revisados en Total.



**FIGURA 13**

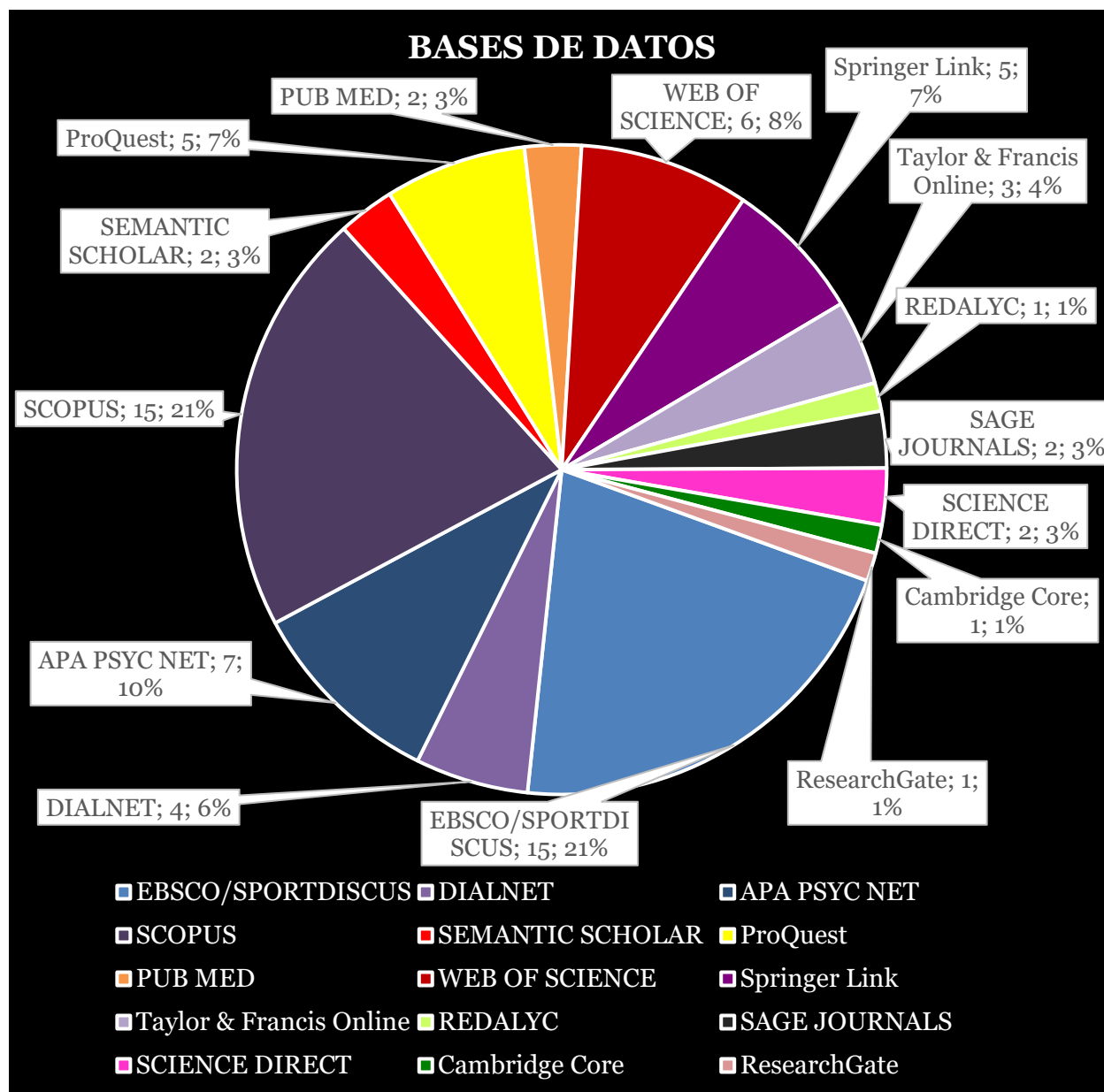
*Resultados del Año de publicación de cada investigación. 71 documentos revisados en Total.*





**FIGURA 14**

Resultados de la Base de Datos donde se ha encontrado cada investigación. 71 documentos revisados en Total.



**Tabla 50**

*Resultados de la cantidad de Revistas en las cuales se ha encontrado cada investigación. 71 documentos revisados en total.*

1	Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación	3
2	REDIE: Revista Electrónica de Investigación Educativa	1
3	Tándem: Didáctica de la educación física	1
4	Journal of applied sport psychology	3
5	European Journal of Sport Science	1
6	Journal of American College Health	2
7	Nutrición Hospitalaria versión Online	1
8	Scandinavian Journal of medicin and Sports	1
9	Cuadernos de Psicología del Deporte versión Online	6
10	International Journal of Sport Psychology	1
11	PLOS ONE	4
12	Journal of Educational Psychology	1
13	Revista de Educación	1
14	Journal of Sports Sciences	2
15	Psychology of Sport and Exercise	3
16	Sport Psychologist	1
17	World Applied Sciences Journal	1
18	Journal of Science and Medicine in Sport	1
19	Sport, Exercise, and Performance Psychology	2
20	Movement & Sport Sciences / Science & Motricité	1
21	Journal of Human Kinetics volume	1
22	Kinesiology	1
23	RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte	1
24	International Journal of Environmental Research and Public Health	3
25	International Journal of Sports Science & Coaching	1
26	Perceptual & Motor Skills	1
27	Journal of Sports Science and Medicine	1
28	International Journal of Sport and Exercise Psychology	1
29	Baltic Journal of Health and Physical Activity	1
30	Psychological Inquiry	1

31	Perspectives in Social Psychology book series (PSPS)	3
31	Canadian Psychology	2
33	International Review of Sport and Exercise Psychology	1
34	Revista Educación	1
35	Industrial and Labor Relations Review	1
36	Revista Iberoamericana de Educación	1
37	Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents	1
38	American Psychological Association	2
39	Journal of Personality and Social Psychology	1
40	Motivation and Emotion	2
41	Cambridge University Press	1
42	Intrinsic and extrinsic motivation	1
43	Handbook of Experimental Existential Psychology	1
44	Psychology Press	1
45	American Psychologist	1
46	Journal of Happiness Studies	1
47	Annual Review of Psychology	1
<b>TOTAL</b>		<b>47 REVISTAS</b>

## DISCUSIÓN

Los deportes son grandes proveedores de interés y disfrute para la sociedad, y para muchas personas además estos representan un elemento de promoción de la salud en sus vidas cotidianas. Las personas en diversos ámbitos pasan mucho tiempo practicando deportes y viendo deportes. El deporte es uno de los temas más tradicionales en las conversaciones casuales, y las grandes corporaciones invierten cantidades altísimas de recursos en deportes en todos los niveles, como por ejemplo en ámbitos a nivel escolar, a nivel universitario y principalmente en el deporte de alto rendimiento. Comprender el dinamismo motivacional del deporte es una cuestión vital. Muchas personas, desde niños, jóvenes o adultos, dedican tiempo a la práctica de deportes, desde juegos casuales hasta entornos más organizados como en una institución educativa colegial, universitaria o una institución como un club profesional. Ser parte de este tipo de entidades conlleva a un alto grado de motivación intrínseca para participar. Diversas investigaciones de la motivación deportiva se han esforzado por mostrar que la motivación intrínseca juega un rol determinante en el deporte en cualquiera de sus ámbitos.

La premisa básica del modelo teórico de autodeterminación es que los seres humanos inherentemente poseen necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relación social. Estas necesidades facilitan la adopción de conductas y actividades que provean para su cumplimiento (Kilpatrick et al., 2005).

Según el SDT, las personas decidirán realizar actividades para satisfacer las necesidades psicológicas básicas y, una vez satisfechas estas, se sentirán más intrínsecamente motivados a participar en otras actividades. Cuando los deportistas, independientemente de su ámbito, es decir escolar, universitario, deporte de alto rendimiento o en su tiempo libre, en un ámbito más de recreación no disfrutan de la práctica deportiva y lo hacen por otras razones, no se sienten competentes, autónomos o relacionados, sino que practican porque se sienten obligados, o para evitar sentirse culpables si no practican, por ejemplo, que es cuando se sienten menos autodeterminados o sienten regulaciones más extrínsecas. La motivación requiere energía,

dirección y persistencia, mientras que la amotivación refleja lo contrario, letargo, apatía e indiferencia, términos comúnmente utilizados para describir los síntomas de agotamiento en general, y más específicamente, de la devaluación de la práctica deportiva. Reducir el grado de agotamiento experimentado por los deportistas y promover el compromiso deportivo es esencial para lograr la motivación deportiva de las personas y el compromiso con la actividad física (De Francisco et al., 2020).

Es importante recordar a los atletas por qué practican deportes y lo que más les gusta, reforzando la motivación intrínseca del atleta. En este sentido, identificar las razones para sentirse motivado para realizar la actividad física deportiva es un aspecto esencial para el desarrollo e implementación de intervenciones deportivas efectivas y de acuerdo con las necesidades reales. Se debe trabajar en hacer del deporte una experiencia agradable y positiva centrada en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y de la motivación intrínseca de los deportistas, aumentando así la probabilidad de que se comprometan con la práctica deportiva (Almagro et al., 2011)

Un claro ejemplo en el caso del deporte universitario con deportistas checos en un estudio realizado por (Komarc et al., 2020) es que acuerdo con el marco conceptual de la SDT, los aspectos sociales de la participación deportiva, incluidos factores como el aumento de la interactividad, la obtención de nuevos amigos, la pertenencia al equipo y la búsqueda de un objetivo común, pueden ser las principales razones de una mayor regulación externa en los atletas de deportes de equipo. Los estudios futuros deberían confiar un en diseño para examinar una gama más amplia de resultados, como la participación deportiva, el nivel de deserción, el rendimiento académico y medidas de rendimiento relacionadas.

Para Hollembek y Amorose (2005), los factores sociales influirán en las percepciones de competencia, autonomía y relación, que entonces influirá en la comunicación instantánea, existe una importancia de la relación entrenador - deportista fundamental y parece relevante sugerir a los entrenadores que se centren en esta área desarrollando un mejor estilo de

entrenamiento democrático, donde se escuchan e implementan las elecciones y sugerencias de los deportistas, los entrenadores pueden así desarrollar atletas más intrínsecamente motivados.

Los entrenadores no deben centrarse exclusivamente en las habilidades técnicas, estratégicas y tácticas del atleta, sino que también deben centrarse en el desarrollo de relaciones efectivas con sus deportistas . Inicialmente, los entrenadores pueden sentir la necesidad de tener algo de control y aplicar presión a los deportistas para que pongan esfuerzo en la actividad deportiva, pero tienen que darse cuenta de que esto a menudo puede dañar la necesidad de satisfacción de los deportistas (Trigueros et al., 2019).

En su lugar, los entrenadores deben esforzarse por instruir a los deportistas en formas de apoyo a la autonomía, tales como reconocer sus sentimientos negativos hacia ciertas tareas, proporcionándoles razones específicas sobre por qué las habilidades básicas son útiles para su entrenamiento deportivo, y proporcionándoles alguna opción cuando sea posible, dará mejores resultados. Este estudio de Trigueros et al., (2019) con deportistas de alto rendimiento proporciona apoyo a los postulados de la SDT. Los resultados sugieren una relación positiva entre el apoyo a la autonomía de un entrenador y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la resiliencia de los deportistas.

El estilo interpersonal de los maestros es de crucial importancia para formar las experiencias psicológicas de los estudiantes tanto en el aula como en los entornos de educación física. La forma en que los estudiantes perciben su interacción con sus profesores puede afectar la motivación intrínseca de los estudiantes, la autorregulación autónoma y varios resultados educativos en los ámbitos del aprendizaje psicomotor, cognitivo y afectivo . La enseñanza autónoma es uno de los aspectos más importantes para describir la interacción de profesores y alumnos (Zimmermann et al., 2020).

En consecuencia, la enseñanza que apoya la autonomía es algo más que ofrecer a los estudiantes una variedad de opciones diferentes. Para promover la autorregulación percibida o la motivación intrínseca, la elección debe diseñarse de tal manera que aumente el locus interno y

la volición. Por lo tanto, los maestros que apoyan con éxito las necesidades de autonomía de sus estudiantes, identifican, nutren y desarrollan los recursos motivacionales de los estudiantes, como sus intereses, preferencias y objetivos personales (Zimmermann et al., 2020).

La investigación realizada por Alesi et al., (2019), refuerza la importancia del apoyo a la autonomía en los deportistas ya que esta ayuda a abordar importantes implicaciones de intervención para mejorar el compromiso de los atletas por medio de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Estos programas de intervención deben centrarse en estrategias para promover el establecimiento de metas, la satisfacción de las necesidades, por ejemplo, alentando a los atletas a tomar sus propias decisiones, comunicar sus sentimientos, participar en actividades de mentoría en equipo y entre compañeros, participar en su evaluación y ser más conscientes de su compromiso.

Los profesores deben aumentar la opción de elección en sus estudiantes cuando se enfrentan a tareas para el desarrollo de la autonomía. El trabajo en pareja y los grupos pequeños facilitan este proceso. Asimismo, los maestros deben explicar a los alumnos las tareas que se han de realizar, dándoles la oportunidad de elegir la mejor manera de actuar. Los profesores deben promover un clima de aprendizaje basado en referencias observables (demostración de la tarea con o sin la ayuda de un estudiante voluntario), así como en indicadores de evolución del aprendizaje para desarrollar la competencia. Además deben planificar y desarrollar su actividad profesional con la idea de que un clima motivacional de aprendizaje inducido en las clases puede influir en el esfuerzo, la persistencia, la cognición, las emociones y el comportamiento de los estudiantes (Cid et al., 2019).

Cada deporte que se lleve a cabo en la enseñanza de una unidad didáctica tiene unas contribuciones diferentes para satisfacer las necesidades psicológicas básicas, siendo así, se hace oportuno y necesario hacer hincapié en los contenidos que puedan trabajar mejor todas las necesidades psicológicas básicas y es apropiado tenerlas en cuenta como punto de referencia para formular las actividades, planificando y exponiendo ejercicios enfocados para trabajar la

competencia, donde los contenidos sean ajustados y apropiados al nivel motriz del alumno o deportista de tal manera que se desarrollen estrategias de aprendizaje cooperativo o grupal para impulsar la relación y concediendo capacidad de decisión a los alumnos tanto en las actividades como teniendo poder de elegir tipos de contenidos, espacios o incluso materiales (Pellicer et al., 2021).

La autonomía en los entornos de apoyo pueden no sólo fomentar la satisfacción de las necesidades, la volición y las opciones autónomas y la volición individual, sino también contribuir significativamente a promover actitudes positivas hacia los comportamientos prosociales, reducir el riesgo de adquirir actitudes positivas hacia los comportamientos antisociales, y posiblemente limitar los comportamientos que son moralmente cuestionables (Mallia et al., 2019).

En el contexto del deporte y la actividad física, el comportamiento moral se ha asociado con el concepto de deportividad. Este concepto describe ampliamente la comprensión y el respeto de las reglas, rituales y tradiciones de los deportes y las actividades, así como la capacidad de distinguir entre buenas y malas prácticas en los deportes (Barkoukis et al., 2011).

La deportividad puede ser impulsada por influencias motivacionales, como la autodeterminación y los objetivos de logro. La motivación autodeterminada en el deporte representa un determinante primario de las orientaciones del deporte, los atletas que están intrínsecamente motivados están más inclinados a comportarse de una manera similar a un deportista integro. En otras palabras, los atletas autodeterminados son más respetuosos y más preocupados por las muchas características estructurales y sociales del entorno deportivo que los atletas que muestran un perfil motivacional no-autodeterminado (Barkoukis et al., 2011).

Existe una relación positiva entre la orientación a la tarea con motivación autónoma y la intención de continuar con el deporte en el siguiente semestre en deportistas universitarios. La orientación basada en la intención y las necesidades de los estudiantes deportistas tiene una relación con indicadores de motivación autónomos, es decir, la participación en el deporte se



basa en el interés y el placer y estos deseos tienen una correlación positiva con la intención de continuar. Es importante destacar que la motivación autónoma es responsable de traducir la orientación a las tareas en los deportes universitarios en participación deportiva (Keshtidar y Behzadnia, 2017). Las formas externas o controladas de motivación pueden explicar, quizás, porque los estudiantes no son capaces de elegir actividades que gradualmente impliquen sentimientos de competencia e interés durante las actividades deportivas.

Los entrenadores no solo ayudan a los atletas a desarrollar habilidades, también tienen un papel importante en el monitoreo de asuntos disciplinarios y en la regulación del comportamiento apropiado de los atletas durante el entrenamiento por lo cual hay que tener muy bien en cuenta que tipo de metodología usar en cada caso según el tipo de regulación motivacional del deportista (Delrue et al., 2019). Los entrenadores que dan apoyo a sus jugadores tienen una mejor oportunidad de crear un entorno de trabajo, lo que fomenta el esfuerzo de los jugadores. Un clima motivacional orientado a la tarea que enfatiza el esfuerzo, el desarrollo personal, la mejora y el logro de las tareas de dominio objetivo (Jakobsen, 2021).

Los comportamientos interpersonales del entrenador se correlacionan significativamente con la calidad de la relación entrenador-atleta. Específicamente, se ha encontrado que los comportamientos de apoyo a la autonomía, la competencia y la relación se asociaban positivamente con el compromiso, la cercanía y la complementariedad. Además, los comportamientos de los entrenadores que frustraban la autonomía estaban negativamente relacionados con la complementariedad (Wekesser et al., 2021)

Los comportamientos de los entrenadores que obstaculizan la competencia se correlacionan negativamente con la cercanía y la complementariedad y los comportamientos de los entrenadores que frustran la relación se asociaron de manera negativa con el compromiso, la cercanía y la complementariedad en sus deportistas (Wekesser et al., 2021). Las percepciones de la calidad de la relación entrenador-atleta medirían la relación entre los comportamientos

interpersonales del entrenador de apoyo y las intenciones de continuar la participación deportiva en los atletas jóvenes.

Estudios como el de (Kipp y Weiss, 2013) proporcionan implicaciones prácticas sobre cómo los entrenadores y compañeros de equipo pueden influir en las percepciones de los gimnastas sobre la competencia, autonomía, relación y bienestar. Aunque las niñas pueden estar en riesgo de un menor bienestar a medida que maduran, los entrenadores pueden contrarrestar esta tendencia comportándose de maneras que promuevan el bienestar. Los entrenadores pueden enfatizar los criterios auto referenciados para definir el éxito, proporcionar oportunidades de elección y estructurar actividades para promover interacciones positivas de compañeros de equipo para optimizar la autoestima de los gimnastas, su efecto positivo y sus actitudes y comportamientos saludables. La gimnasia puede ser potencialmente una experiencia enriquecedora en la que los jóvenes pueden desarrollar un sentido de dominio y autoestima.

Las influencias de los agentes sociales están relacionadas con los roles específicos que cumple el atleta. Por ejemplo, la influencia de los entrenadores se relaciona más fuertemente con la manera en que desempeñan las funciones clave de instrucción y evaluación, mientras que las influencias de los padres son más destacadas en cuanto a la forma en que apoyan la participación y el aprendizaje. Tanto los padres como los entrenadores ejercen influencias a través de sus estilos de liderazgo, respuestas afectivas y comportamientos de previas al rendimiento o competencia (Keegan et al., 2014).

El apoyo de los profesores de educación física a las necesidades psicológicas de competencia, relación y autonomía de los estudiantes predijo la necesidad de satisfacción. La satisfacción de las necesidades se relacionó con una mayor autodeterminación de la motivación, que a su vez estaba vinculada a los índices afectivos, cognitivos y conductuales positivos, así como a las intenciones positivas de participar en cursos opcionales de educación física en el siguiente año escolar (Ntoumanis, 2005).

La motivación autodeterminada también predice positivamente los niveles de concentración en la clase. Este hallazgo tiene sentido conceptual, porque los estudiantes que disfrutan de la clase de educación física o aprecian su valor prestarán más atención a los profesores y se concentrarán en las tareas a realizar, en comparación con aquellos que se sienten presionados o amotivados a participar en la lección. Las personas con una elevada motivación autodeterminada no se sienten culpables, presionadas o aburridas para participar en la educación física (Ntoumanis, 2005). Los niños que reportan experiencias negativas en la clase de educación física debido a baja capacidad percibida, énfasis excesivo en la competencia, o preocupaciones de evaluación social es poco probable que sean físicamente activos dentro o fuera de la escuela.

Cuando se agregan datos de nivel diario, se encuentra que las percepciones de la autonomía apoyada desde los padres y el entrenador influyeron en la calidad de la motivación de jóvenes atletas. La participación de los padres también contribuye a aumentar la probabilidad de adoptar formas más controladas de motivación, el apoyo a la autonomía sirve para satisfacer las necesidades psicológicas que son necesarias para una motivación autónoma sostenida (Gagné et al., 2003).

El dominio del clima motivacional como variable de contexto social es un factor importante en el deporte juvenil. Para estimular la motivación autodeterminada y, en consecuencia, la mayor persistencia, la mejor concentración, mayor aprendizaje, menos ansiedad y menos abandono. Los entrenadores e instructores pueden crear un clima motivacional orientado a la maestría en entornos deportivos juveniles. Por ejemplo, pueden hacer hincapié en la importancia de la automejora, el esfuerzo y el aprendizaje con la cooperación (Ahmadi et al., 2012).

En cuanto a los niveles de ansiedad los atletas de modalidades deportivas individuales podrían ser más propensos a sufrir de problemas de salud mental, en parte, porque pueden sentir una mayor presión de realización, dedicando toda su energía a tener éxito en una sola

búsqueda atlética, pueden estar demasiado centrados en los resultados y experimentar una mayor atribución interna después del fracaso. Mientras que los deportistas de equipo pueden depender del apoyo de sus compañeros, los deportistas individuales sólo confían en su propio nivel de preparación y habilidad para lograr el éxito (Pluhar et al., 2019).

Haciendo una comparación entre los niveles de motivación según el género (Chin et al., 2012) demuestran que la amotivación o las regulaciones de tipo extrínseco eran mayores en los atletas masculinos que en los femeninos y podría deberse a la imposición de limitaciones y contingencias extrínsecas que se basan en el rendimiento y los resultados de temas importantes como los entrenadores, padres y profesores que preparan a los atletas para la competición donde ganar y el resultado de los eventos deportivos es primordial.

Esta misma investigación pone en discusión los entornos físicos como la calidad de las instalaciones deportivas y los niveles de autodeterminación en atletas y como esto también puede determinar motivos para la práctica deportiva en atletas adolescentes, y es que los atletas que tienen acceso a recursos tales como instalaciones superiores, estaban más motivados intrínsecamente en comparación con sus contrapartes entrenando en áreas rurales donde las instalaciones faltaban o estaban menos equipadas. A medida que los atletas de élite urbanos reciben más apoyo, supervisión y entrenamiento, hay una brecha entre los atletas de las zonas urbanas y rurales. Los atletas rurales se enfrentan a obstáculos como la falta de instalaciones, recursos financieros limitados y equipos de entrenamiento inadecuados, anticuados y deficientes (Chin et al., 2012). La falta de acceso a los servicios, por ejemplo, la distancia, la falta de transporte, el coste del transporte y la movilidad limitada podrían llevar a los atletas de contextos rurales a tener un nivel inferior de motivación intrínseca en comparación con los atletas de contextos urbanos.

Con el tiempo, las entidades deportivas como clubes profesionales o el deporte universitario se han transformado en entidades cada vez más comercializadas centradas en que el deporte en una perspectiva resultadista donde lo único que importa es ganar y las

recompensas externas. Esto conlleva a muchos deportistas a un estado de fatiga mental y agotamiento denominado Burnout, el cual incluye síntomas de exhaustión emocional, despersonalización y reducción del cumplimiento de la relación personal con los demás, además de agotamiento físico y emocional, reducción del logro personal y devaluación del deporte (Raedeke y Smith, 2001).

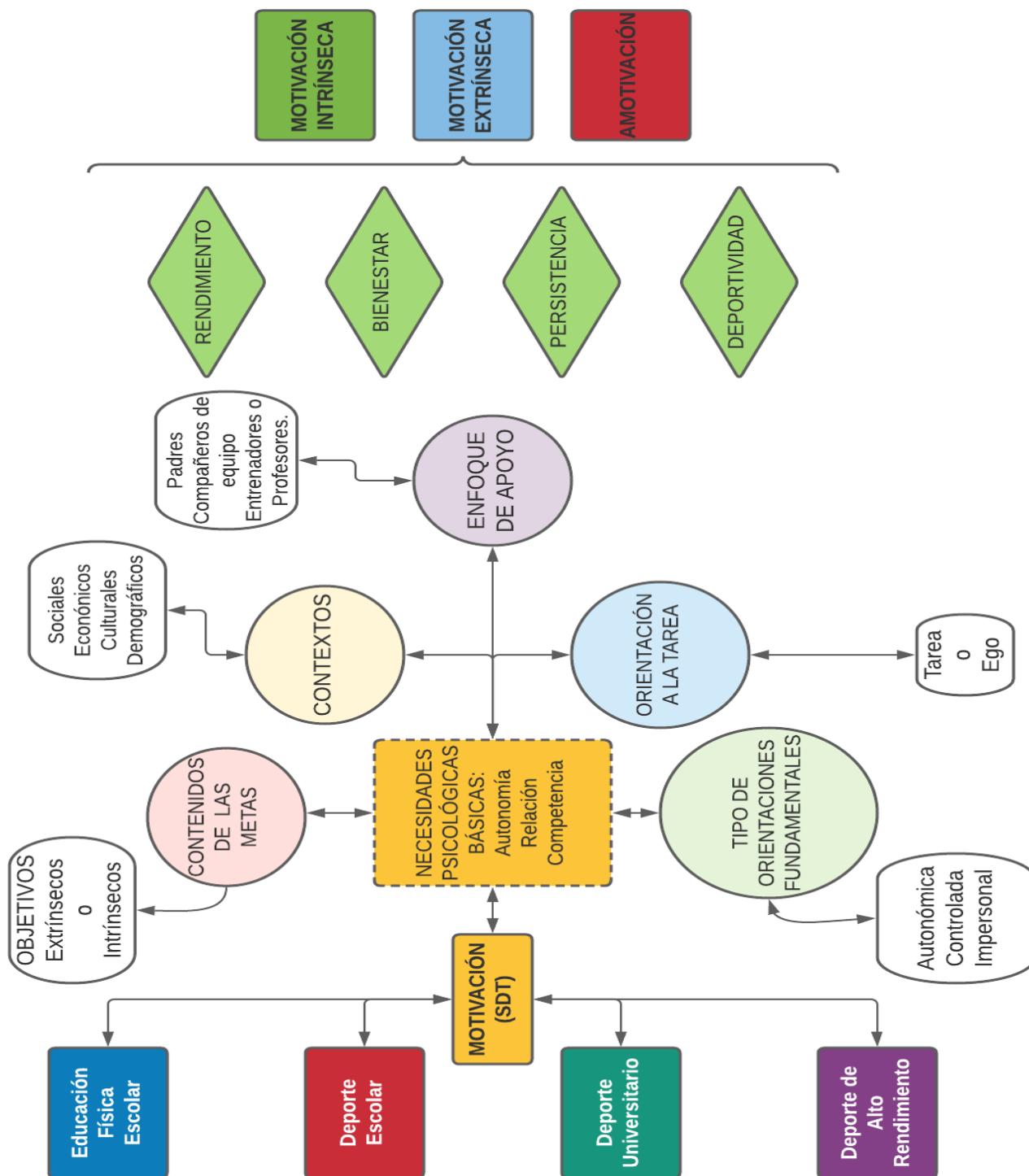
Este estado de agotamiento debe en lo posible contrarrestarse dándole importancia a la inclusión de los deportistas en el proceso de toma de decisiones, transmitir una lógica detrás de las decisiones de coaching, percibir a los atletas como individuos con necesidades y sentimientos específicos y no meros peones que deben ser dirigidos, facultar a los atletas para asumir roles de liderazgo, proporcionar a los atletas una retroalimentación positiva y constructiva, evitar críticas de culpabilidad y enfatizar objetivos de rendimiento auto formulados y evitar comparaciones sociales (Holmberg y Sheridan, 2013).

Los atletas que están energizados por regulaciones conductuales externas a menudo son víctimas de seguir un régimen de entrenamiento obligatorio sin entrada o variación son más propensos como consecuencia a la fatiga que produce un fallo de autorregulación que, a su vez, puede desencadenar una reacción similar a la supervivencia correspondiente a las etapas fisiológicas de un proceso de agotamiento (Holmberg y Sheridan, 2013).

### CONCLUSIONES

**FIGURA 15**

*Conclusiones de los factores que inciden en el tipo de motivación en diferentes ámbitos del deporte.*



En cualquier ámbito deportivo desde la educación física escolar, el deporte escolar, el deporte de alto rendimiento o el deporte universitario existe una motivación que mueve a los deportistas a realizar su respectiva actividad deportiva, esta motivación está determinada principalmente por las necesidades psicológicas básicas como lo son la necesidad de autonomía, la necesidad de competencia y la necesidad de relación.

Estas tres necesidades psicológicas básicas son determinantes en el tipo de comportamiento del deportista y son afectadas por una gran variedad de factores que encaminan al deportista en el continuo de autodeterminación desde la amotivación, la motivación extrínseca o la motivación intrínseca.

Dentro de los principales factores se encuentran los siguientes:

El contenido de las metas de los deportistas el cual se refiere netamente a los objetivos que se marca un deportista o varios deportistas en modalidades grupales, el contenido de estos objetivos puede ser de carácter extrínseco, es decir, una motivación que va dirigida por agentes externos como recompensas, premios o incluso evitación de castigos y objetivos de tipo intrínseco que hacen alusión a el simple hecho de realizar una actividad por placer y gusto para adquirir un bienestar. En la educación física escolar suele ser más común que un estudiante se encamine a objetivos intrínsecos y de disfrute de la actividad en si misma a diferencia del deporte escolar, universitario y el alto rendimiento donde las recompensas, medallas o logros o incluso estatus llevan al deportista a marcarse objetivos de carácter extrínseco.

La orientación a la tarea es el segundo factor determinante en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y es que el tipo de orientación dada por el entrenador o docente según el campo de acción puede encaminar la satisfacción de competencia y de autonomía hacia el ego o al disfrute innato de la tarea o actividad a realizar, una orientación al ego se caracteriza por actividades donde todo el tiempo se busca ser ganador y no importa en algunos casos los medios mediante los cuales se llega a ese propósito o consecución de la tarea, por lo general una orientación al ego suele ser perjudicial principalmente por el hecho de que el estudiante o

deportista suele en algunos casos dejar de lado la deportividad y el juego limpio y justifica ganar por encima de todo y a cualquier precio mientras que una orientación a la tarea en sí misma y su disfrute traerá beneficios de adherencia hacia a la actividad gracias a que el deportista encuentra en esta misma un disfrute y unos beneficios en la autonomía que le permitirán practicar su actividad favorita a largo plazo sin presiones de agentes externos y esto traerá beneficios a la salud física y mental del deportista.

Los tipos de orientaciones fundamentales son el tercer factor determinante en la motivación y se clasifican en tres , autónomica, controlada e impersonal. La orientación de autonomía en deportistas es la más asociada con la motivación positiva, la salud y los resultados de bienestar. Cuando los deportistas están bien orientados en su autonomía, suelen tener la vitalidad y el vigor asociados con la motivación intrínseca y están más dispuestos a actuar de acuerdo con los valores e intereses integrados, lo que permite ver reflejado su éxito en la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas.

Los deportistas de orientación controlada tienden a orientarse hacia contingencias externas o introyectas y a usarlas para regular su comportamiento, llegando a tener niveles altos en la orientación controlada estando así motivados, pero también son más vulnerables a que su autonomía se vea frustrada.

Y por último una orientación impersonal es la menos saludable y efectiva, ya que es sobresaliente y operativa cuando las personas han perdido su sentido de volición, intencionalidad y compromiso, lo que conlleva a que los deportistas experimenten la sensación de ser ineficaces e incapaces de lograr los resultados deseados además de experimentar un grado considerable de frustración impredecible de sus necesidades psicológicas básicas, dejándolos con la sensación de ser no autónomos, ineficaces y ansiosos.

El cuarto factor determinante en la motivación en deportistas de diferentes ámbitos son los contextos. Estos pueden ser muy variados pero entre los principales contextos influyentes se están el contexto social que puede venir determinado por tipos de políticas tomadas por líderes



sociales que no prestan suficiente atención a políticas que permitan un buen desarrollo del deporte en cualquiera de los diferentes ámbitos deportivos tratados y este factor social indirectamente va de la mano con el contexto económico y contexto demográfico ya que en muchos casos un deportista no se siente motivado hacia la práctica deportiva por falta de recursos en infraestructura y entornos que faciliten dicha práctica deportiva, muchas veces las instalaciones deportivas no facilitan la preparación de los deportistas y por último el contexto cultural en el cual se encuentre una persona va ser un determinante clave ya que existen lugares en el mundo en donde la práctica deportiva es negada al género femenino por temas religiosos o de una cultura “machista” lo cual es un problema grande para que una mujer se sienta motivada para una práctica deportiva.

Por ultimo encontramos los enfoques de apoyo de los padres, los entrenadores y los compañeros de equipo en el caso de deportes grupales, siendo estos tres grupos de personas los más cercanos a los deportistas y a los estudiantes y cada uno de estos tres influencia el apoyo a la autonomía, a la competencia y a la relación de una manera distinta de tal manera que las necesidades psicológicas básicas se verán satisfechas hacia ciertos tipos de regulación motivacional desde la amotivación pasando por las regulaciones de carácter extrínseco o intrínseco o viceversa.

Todos estos factores anteriormente nombrados van a determinar el rendimiento, bienestar, la persistencia y la deportividad en diferentes ramas del deporte por parte de los deportistas o estudiantes y en diferentes ámbitos del deporte permitiendo tener una motivación más autodeterminada o no autodeterminada.

### Referencias

- Ahmadi, M., Namazizadeh, M., y Mokhtari, P. (2012). Perceived motivational climate, basic psychological needs and self determined motivation in youth male athletes. *World Applied Sciences Journal*, 16(9), 1189–1195. [https://www.idosi.org/wasj/wasj16\(9\)12/1.pdf](https://www.idosi.org/wasj/wasj16(9)12/1.pdf)
- Alesi, M., Gómez-López, M., Borrego, C. C., Monteiro, D., y Granero-Gallegos, A. (2019). Effects of a motivational climate on psychological needs satisfaction, motivation and commitment in teen handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152702>
- Almagro, B. J., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., y Moreno-Murcia, J. A. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*, 7(25), 250–265. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02501>
- Amorose, A. J. (2003). Reflected appraisals and perceived importance of significant others' appraisals as predictors of college athletes' self-perceptions of competence. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(1), 60–70. <https://doi.org/10.1080/02701367.2003.10609065>
- Amorose, A. J., y Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 654–670. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.11.003>
- Assor, A., Roth, G., y Deci, E. L. (2004). The Emotional Costs of Parents' Conditional Regard: A Self-Determination Theory Analysis. *Journal of Personality*, 72(1), 47–88. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00256.x>
- Assor, A., Vansteenkiste, M., y Kaplan, A. (2009). Identified Versus Introjected Approach and Introjected Avoidance Motivations in School and in Sports: The Limited Benefits of Self-Worth Strivings. *Journal of Educational Psychology*, 101(2), 482–497.

<https://doi.org/10.1037/a0014236>

Baena-Extremera, A., y Granero-Gallegos, A. (2015). Educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Revista Electronica de Investigacion Educativa*, 17(3), 132–144.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5263067>

Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Bracho, C. A., y Pérez-Quero, F. J. (2012). Spanish Version of the Sport Satisfaction Instrument (SSI) Adapted to Physical Education. *Revista de Psicodidactica*, 17(2), 377–395. <https://doi.org/10.1387/Rev.Psicodidact.4037>

Baena Extremera, A., Granero Gallegos, A., Sánchez Fuentes, J., y Martínez Molina, M. (2013). Apoyo a la autonomía en Educación Física: antecedentes, diseño, metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 2041(24), 46–49.

<https://doi.org/https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34523>

Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. (2008). Necesidades , Motivación Y Competición : Un Análisis De La Teoría De La. *Revista de Psicología Del Deporte*, 17(1), 123–139.

<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119246002.pdf>

Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2007). Psychometric properties of the Sports Motivation Scale in Spanish athletes. *Revista Mexicana de Psicología*, 24(2), 197–207.

<https://www.redalyc.org/pdf/2430/243020637005.pdf>

Balaguer, I., Guivernau, M., Duda, J., y Crespo, M. (1997). Análisis de la validez de constructo y de la validez predictiva del cuestionario de clima motivacional percibido en el deporte (PCMSQ-2) con tenistas españoles de competición. *Revista de Psicología Del Deporte*, 11(1), 41–58.

[https://www.researchgate.net/publication/259217647\\_Analisis\\_de\\_la\\_validez\\_de\\_construccion\\_y\\_de\\_la\\_validez\\_predictiva\\_del\\_Cuestionario\\_del\\_Clima\\_Motivacional\\_Percibido\\_en\\_el\\_Deporte\\_PMCSQ-2\\_con\\_tenistas\\_espanoles\\_de\\_competicion](https://www.researchgate.net/publication/259217647_Analisis_de_la_validez_de_construccion_y_de_la_validez_predictiva_del_Cuestionario_del_Clima_Motivacional_Percibido_en_el_Deporte_PMCSQ-2_con_tenistas_espanoles_de_competicion)

Barkoukis, V., Lazuras, L., Tsorbatzoudis, H., y Rodafinos, A. (2011). Motivational and

- sportspersonship profiles of elite athletes in relation to doping behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(3), 205–212. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.10.003>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., Bosch, J. A., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Self-determination theory and diminished functioning: The role of interpersonal control and psychological need thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(11), 1459–1473. <https://doi.org/10.1177/0146167211413125>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(2), 193–216. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193>
- Booth, M. (2000). Assessment of physical activity: An international perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(2), 114–120. <https://doi.org/10.1080/02701367.2000.11082794>
- Brière, N. M., Vallerand, R., Blais, M. R., y Pelletier, L. G. (1995). Développement et validation d'un instrument de mesure par questionnaire de motivation intrinsèque, extrinsèque, d'amotivation pour le domaine des sports [Validation of the French form of the Sport Motivation Scale]. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 26, 465489. <http://www.lrcs.uqam.ca/wp-content/uploads/2017/04/Développement-et-validation-dune-mesure-de-motivation-intrinsèque.pdf>
- Camerino Foguet, O., López Nadal, A., y Castañer Balcells, M. (2015). Evaluar la motivación en la educación física : una aplicación con AMPET. *Tándem : Ddáctica de La Educación Física*, 47, 55–64. <http://www.observesport.com/desktop/images/docu/aj85rr9d.pdf>
- Castillo, I., González, L., Fabra, P., Mercé, J., y Balaguer, I. (2012). Cuadernos de psicología del deporte. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(1), 143–146. [https://doi.org/https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232012000100014](https://doi.org/https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000100014)

- Cecchini, J. A., González, C., Prado, J. L., y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2), 469–479.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2430/243020634010.pdf>
- Chan, D., y Hagger, M. (2012). Self-determined forms of motivation predict sport injury prevention and rehabilitation intentions. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(5), 398–406. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2012.03.016>
- Chan, D. K., Lonsdale, C., Ho, P. Y., Yung, P. S., y Chan, K. M. (2009). Patient Motivation and Adherence to Postsurgery Rehabilitation Exercise Recommendations: The Influence of Physiotherapists' Autonomy-Supportive Behaviors. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 90(12), 1977–1982. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2009.05.024>
- Chatzisarantis, N. L. D., Biddle, S. J. H., y Meek, G. A. (1997). A self-determination theory approach to the study of intentions and the intention-behaviour relationship in children's physical activity. *British Journal of Health Psychology*, 2(4), 343–360.  
<https://doi.org/10.1111/J.2044-8287.1997.TB00548.X>
- Chen, B., Van Assche, J., Vanteenkiste, M., Soenens, B., y Beyers, W. (2015). Does Psychological Need Satisfaction Matter When Environmental or Financial Safety are at Risk? *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 745–766. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9532-5>
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, J., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S., y Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion*, 39(2), 216–236.  
<https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1>
- Chin, N. S., Khoo, S., y Low, W. Y. (2012). Self-determination and goal orientation in track and field. *Journal of Human Kinetics*, 33(1), 151–161. <https://doi.org/10.2478/v10078-012-0054-0>

- Cid, L., Pires, A., Borrego, C., Duarte-Mendes, P., Teixeira, D. S., Moutão, J. M., y Monteiro, D. (2019). Motivational determinants of physical education grades and the intention to practice sport in the future. *PLoS ONE*, *14*(5), 1–17.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217218>
- Combeau, E., y Debanne, T. (2020). Relation entraîneur–athlète et style interpersonnel de l'entraîneur en contexte précompétitif, quels liens avec la performance ? Une étude basée sur le modèle motivationnel de la relation entraîneur–athlète. *Movement y Sport Sciences - Science y Motricité*, *109*, 51–63. <https://doi.org/10.1051/sm/2020009>
- Conroy, D., Elliot, A., y Hofer, S. (2003). A 2 X 2 Achievement Goals Questionnaire for Sport: Evidence for Factorial Invariance, Temporal Stability, and External Validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *25*, 456–476. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.4.456>
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., y Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12-Country reliability and validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *35*(8), 1381–1395. <https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB>
- Cuevas, R., García-López, L. M., y Contreras, O. (2015). Influencia del modelo de educación deportiva en las necesidades psicológicas básicas. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, *15*(2), 155–162. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232015000200017>
- da Costa, L. C. A., Maroco, J., y Vieira, L. F. (2017). Validation of the basic psychological needs in exercise scale (BPNES). *Journal of Physical Education (Maringá)*, *28*(1), 1–8.  
<https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2847>
- De Francisco, C., Arce, C., y Graña, M. (2017). Preliminary validation of a Spanish version of the Athlete Engagement Questionnaire (AEQ). *Revista de Psicología Del Deporte*, *26*(4), 22–27. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152047005.pdf>
- De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., Vílchez Conesa, M. D. P., y Arce, C. (2020). Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation

- regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4941), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17144941>
- Deci, E. L. (1975). Intrinsic motivation. In *Perspectives in social psychology*. New York: Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-4613-4446-9>
- Deci, E. L., y Ryan, R. (1996). Perceived Autonomy Support : The Climate Questionnaires The Learning Climate Questionnaire ( LCQ ). *Center for Self Determination Theory*, 7–10. [https://selfdeterminationtheory.org/?page\\_id=327](https://selfdeterminationtheory.org/?page_id=327)
- Deci, E. L., y Ryan, R. m. (1995). Human Autonomy: The Basis for True Self-Esteem. In *Efficacy, Agency, and Self-Esteem: Vol. XXXIII* (Issue 2). [https://doi.org/DOI: 10.1007/978-1-4899-1280-0\\_3](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1280-0_3)
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 13, 42. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60130-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60130-6)
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self Determination Theory in Human Behavior* (Vol. 1). Springer, Boston, MA. [https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7)
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2008a). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life’s domains. *Canadian Psychology*, 49(1), 14–23. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2008b). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182–185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2014). Autonomy and Need Satisfaction in Close Relationships:

Relationships Motivation Theory. In *Human Motivation and Interpersonal Relationships: Theory, Research, and Applications* (Vol. 9789401785).

[https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-94-017-8542-6\\_3](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-94-017-8542-6_3)

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2017). Self-Determination Theory Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. In The Guilford Press (Ed.), *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. A Division of Guilford Publications, Inc.

<https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2019). Building autonomous learners: perspectives from research and practice using self-determination theory. In *British Journal of Educational Studies* (Vol. 67, Issue 2). <https://doi.org/10.1080/00071005.2019.1577592>

Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., y Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former eastern bloc country: A cross-cultural study of self-determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(8), 930–942. <https://doi.org/10.1177/0146167201278002>

Delrue, J., Soenens, B., Morbée, S., Vansteenkiste, M., y Haerens, L. (2019). Do athletes' responses to coach autonomy support and control depend on the situation and athletes' personal motivation? *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 321–332.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.04.003>

Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.

[https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)

Do Nascimento Junior, J. R. A., Vissoci, J. R. N., Balbim, G. M., Moreira, C. R., Pelletier, L., y Vieira, L. F. (2014). ADAPTAÇÃO TRANSCULTURAL E ANÁLISE DAS PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS DA SPORT MOTIVATION SCALE-II NO CONTEXTO BRASILEIRO. *Revista Da Educacao Fisica*, 25(3), 441–458.

<https://doi.org/10.4025/reveducfis.v25i3.24855>



- Duda, J. L. (1989). Relationship between Task and Ego Orientation and the Perceived Purpose of Sport among High School Athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(3), 318–335. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.3.318>
- Duda, J. L., y Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 290–299. <https://doi.org/10.1037//0022-0663.84.3.290>
- Durand, M., Cury, F., Sarrazin, P., y Famose, J. (1996). Le Questionnaire de Perception du Succès en Sport: Validation française du “Perception of Success Questionnaire.” *International Journal of Sport Psychology*, 27(3), 251–268. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00387223/document>
- Ebbeck, V., y Weiss, M. R. (1998). Determinants of Children’s Self-Esteem: An Examination of Perceived Competence and Affect in Sport. *Pediatric Exercise Science*, 10, 285–298. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/pes.10.3.285>
- Fernandes, H. M., y Vasconcelos-Raposo, J. (2005). Continuum de Auto-Determinação: validade para a sua aplicação no contexto desportivo. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 10(3), 385–395. <https://doi.org/10.1590/s1413-294x2005000300007>
- Filho, M. B., Andrade, D., Miranda, R., Núñez, J. L., Martín-Albó, J., y Ribas, P. R. (2011). Preliminary validation of a brazilian version of the sport motivation scale. *Universitas Psychologica*, 10(2), 557–566. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy10-2.pvbw>
- Gagné, M., Ryan, R. M., y Bargmann, K. (2003). Autonomy Support and Need Satisfaction in the Motivation and Well-Being of Gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 372–390. <https://doi.org/10.1080/10413200390238031>
- Ganzeboom, H. (2010). A NEW INTERNATIONAL SOCIO-ECONOMIC INDEX [ISEI] OF OCCUPATIONAL STATUS FOR THE INTERNATIONAL STANDARD CLASSIFICATION OF OCCUPATION 2008 [ISCO-08] CONSTRUCTED WITH DATA FROM THE ISSP 2002-2007; With an analysis of quality of occupational measurement in ISS. *Department of*

*Social Research Methodology Free University Amsterdam*, 1–10.

[http://www.harryganzeboom.nl/Pdf/2010 - Ganzeboom-ISEIo8-ISSP-Lisbon-\(paper\).pdf](http://www.harryganzeboom.nl/Pdf/2010-Ganzeboom-ISEIo8-ISSP-Lisbon-(paper).pdf)

Gené, P. S., y Latinjak, A. T. (2014). Relación entre necesidades básicas y autodeterminación en deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 14(3), 49–56.

<https://doi.org/10.4321/S1578-84232014000300006>

Godin, G., y Shephard, R. J. (1985). A simple method to assess exercise behavior in the community. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences. Journal Canadien Des Sciences Appliquees Au Sport*, 10(3), 141–146.

[https://www.researchgate.net/publication/19109206\\_A\\_Simple\\_Method\\_to\\_Assess\\_Exercise\\_Behavior\\_in\\_the\\_Community](https://www.researchgate.net/publication/19109206_A_Simple_Method_to_Assess_Exercise_Behavior_in_the_Community)

Goldberg, D. P., Gater, R., Sartorius, N., Ustun, T. B., Piccinelli, M., Gureje, O., y Rutter, C. (1997). The validity of two versions of the GHQ in the WHO study of mental illness in general health care. *Psychological Medicine*, 27(1), 191–197.

<https://doi.org/10.1017/S0033291796004242>

Gómez-Mazorra, M., Sánchez-Oliva, D., y Labisa-Palmeira, A. (2020). Actividad física en tiempo libre en estudiantes universitarios Colombianos (Leisure-time physical activity in Colombian university students). *Retos*, 37, 181–189.

<https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71495>

González-Cutre, D., Sicilia, Á., Beas-Jiménez, M., y Hagger, M. S. (2014). Broadening the trans-contextual model of motivation: A study with Spanish adolescents. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 24(4), 306–319. <https://doi.org/10.1111/sms.12142>

González-Cutre, David, Sicilia, Á., y Fernández, A. (2010). Hacia una mayor comprensión de la motivación en el ejercicio físico: medición de la regulación integrada en el contexto español. *Psicothema*, 22(4), 841–847.

[https://www.researchgate.net/publication/47660457\\_Toward\\_a\\_deeper\\_understanding\\_of\\_motivation\\_towards\\_exercise\\_measurement\\_of\\_integrated\\_regulation\\_in\\_the\\_Spani](https://www.researchgate.net/publication/47660457_Toward_a_deeper_understanding_of_motivation_towards_exercise_measurement_of_integrated_regulation_in_the_Spani)

sh\_context

- Goudas, M., Biddle, S., y Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations, and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64(3), 453–463. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1994.tb01116.x>
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Pérez-Quero, F. J., Ortiz-Camacho, M. del M., y Bracho-Amador, C. (2014). Validación española del «intention to partake in leisure-time physical activity» (Spanish validation of the scale «intention to leisure-time in partake physical activity»). *Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 26, 40–45. <https://doi.org/10.47197/retos.voi26.34392>
- Granero Gallegos, A., y Baena Extremera, A. (2013). ANÁLISIS PRELIMINAR EXPLORATORIO DEL “SPORT MOTIVATION SCALE (SMS)” ADAPTADO A LA EDUCACIÓN FÍSICA. *Espiral. Cuadernos Del Profesorado*, 6(12), 3–14.  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4991675&info=resumen&idioma=ENG>
- Graupera Sanz, J., Gutiérrez, M., Nishida, T., y Ruiz Pérez, L. (2004). El Test Ampet de motivación de logro para el aprendizaje en educación física: desarrollo y análisis factorial de la versión española. *Revista de Educación*, 335, 195–214.
- Grolnick, W., Ryan, R. M., Grolnick, W. S., Ryan, R. M., y Deci, E. L. (1991). Inner Resources for School Achievement: Motivational Mediators of Children’s Perceptions of Their Parents. *Journal of Educational Psychology*, 83(4), 508–517.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.4.508>
- Guzmán, J. F., y Kingston, K. (2012). Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. *European Journal of Sport Science*, 12(5), 431–442. <https://doi.org/10.1080/17461391.2011.573002>
- Guzmán Luján, J., Carratalá, E., García Ferriol, A., y Carratalá Deval, V. (2006). Propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva. *European Journal of Human Movement*, 16(0), 85–98. <https://www.eurjhm.com/index.php/eurjhm/article/view/161>

- Haerens, L., Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Soenens, B., y Van Petegem, S. (2015). Do perceived autonomy-supportive and controlling teaching relate to physical education students' motivational experiences through unique pathways? Distinguishing between the bright and dark side of motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 16(P3), 26–36.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.013>
- Hagger, M., y Chatzisarantis, N. (2008). Self-determination Theory and the psychology of exercise. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 79–103.  
<https://doi.org/10.1080/17509840701827437>
- Hagger, M., Chatzisarantis, N., y Biddle, S. (2002). The influence of autonomous and controlling motives on physical activity intentions within the Theory of Planned Behaviour. *British Journal of Health Psychology*, 7(3), 283–297.  
<https://doi.org/10.1348/135910702760213689>
- Harter, S. (1982). The Perceived Competence Scale for Children. *Child Development*, 53(1), 87–97. <https://doi.org/10.2307/1129640>
- Harter, S. (2012). Self-Perception Profile for Children: manual and questionnaires. In *University of Denver*. <https://portfolio.du.edu/SusanHarter/page/44210>
- Heider, F. (1958). The Psychology of Interpersonal Relations. In *Taylor & Francis Group*.  
<https://doi.org/10.4324/9780203781159>
- Hein, V., Koka, A., y Hagger, M. S. (2015). Relationships between perceived teachers' controlling behaviour, psychological need thwarting, anger and bullying behaviour in high-school students. *Journal of Adolescence*, 42, 103–114.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.04.003>
- Hein, V., Müür, M., y Koka, A. (2004). Intention to be Physically Active after School Graduation and Its Relationship to Three Types of Intrinsic Motivation. *European Physical Education Review*, 10(1), 5–19. <https://doi.org/10.1177/1356336x04040618>
- Hendry, D. T., Crocker, P. R. E., y Hodges, N. J. (2014). Practice and play as determinants of

- self-determined motivation in youth soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 32(11), 1091–1099. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.880792>
- Herrera Clavero, F., Ramírez Salguero, M. I., Roa Venegas, J. M., y Herrera Ramírez, I. (2004). Tratamiento de las creencias motivacionales en contextos educativos pluriculturales. *Revista Iberoamericana de Educación*, 34(1), 1–21. <https://doi.org/10.35362/rie3412885>
- Hollembeak, J., y Amorose, A. J. (2005). Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(1), 20–36. <https://doi.org/10.1080/10413200590907540>
- Holmberg, P. M., y Sheridan, D. A. (2013). Self-determined motivation as a predictor of burnout among college athletes. *Sport Psychologist*, 27(2), 177–187. <https://doi.org/10.1123/tsp.27.2.177>
- Houlfort, N., Koestner, R., Joussemet, M., Nantel-Vivier, A., y Leves, N. (2002). The impact of performance-contingent rewards on perceived autonomy and competence. *Motivation and Emotion*, 26(4), 279–295. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1022819120237>
- Jakobsen, A. M. (2021). *The relationship between Motivation , Perceived Motivational Climate , Task and Ego Orientation , and Perceived Coach Autonomy in young ice hockey players.* 13(2), 79–91. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.13.2.08>
- Jerusalem, M., Drössler, M., Kleine, D., Klein-Heßling, J., Mittag, W., y Röder, B. (2009). Skalenbuch - Förderung von Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung im Unterricht. Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. *Dokumentation Der Psychometrischen Verfahren Im Rahmen Der Wissenschaftlichen Begleitung Des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*, 133. [https://www.erziehungswissenschaften.hu-berlin.de/de/paedpsych/forschung/Skalenbuch\\_FoSS.pdf](https://www.erziehungswissenschaften.hu-berlin.de/de/paedpsych/forschung/Skalenbuch_FoSS.pdf)
- Jowett, S., y Ntoumanis, N. (2004). The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 14(4), 245–257. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00338.x>

- Kasser, T. (2016). Materialistic values and goals. *Annual Review of Psychology*, 67, 489–514.  
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033344>
- Kasser, T., y Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 280–287. <https://doi.org/10.1177/0146167296223006>
- Kaufman, B. E. (1989). MODELS OF MAN IN INDUSTRIAL RELATIONS RESEARCH.  
*Industrial and Labor Relations Review*, 43(1), 72–88.  
<https://doi.org/doi:10.2307/2523209>
- Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., y Lavallee, D. E. (2009). A qualitative investigation exploring the motivational climate in early career sports participants: Coach, parent and peer influences on sport motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 361–372.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.12.003>
- Keegan, R. J., Spray, C. M., Harwood, C. G., y Lavallee, D. (2014). A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 97–107.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.006>
- Keshtidar, M., y Behzadnia, B. (2017). Prediction of intention to continue sport in athlete students: A self-determination theory approach. *PLoS ONE*, 12(2), 1–10.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171673>
- Kilpatrick, M., Hebert, E., y Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87–94.  
<https://doi.org/10.3200/JACH.54.2.87-94>
- Kipp, L. E., y Weiss, M. R. (2013). Social influences, psychological need satisfaction, and well-being among female adolescent gymnasts. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(1), 62–75. <https://doi.org/10.1037/a0030236>
- Komarc, M., Harbichová, I., y Scheier, L. M. (2020). Psychometric validation of Czech version of

- the Sport Motivation Scale. *PLoS ONE*, *15*(1), 1–20.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227277>
- Lee, M. J., Whitehead, J., y Ntoumanis, N. (2007). Development of the Attitudes to Moral Decision-making in Youth Sport Questionnaire (AMDYSQ). *Psychology of Sport and Exercise*, *8*(3), 369–392. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.12.002>
- Lonsdale, C., Hodge, K., y Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *30*(3), 323–355. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323>
- Mallia, L., Lucidi, F., Zelli, A., Chirico, A., y Hagger, M. S. (2019). Predicting moral attitudes and antisocial behavior in young team sport athletes: A self-determination theory perspective. *Journal of Applied Social Psychology*, *00*, 1–15. <https://doi.org/10.1111/jasp.12581>
- Markland, D., y Ingledew, D. K. (1997). The measurement of exercise motives: Factorial validity and invariance across gender of a revised Exercise Motivations Inventory. *British Journal of Health Psychology*, *2*(4), 361–376. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.2044-8287.1997.tb00549.x>
- Martínez-Baena, A., Mayorga-Vega, D., y Viciano, J. (2016). Motivación hacia la Educación Física y su relación con la condición física saludable en escolares de Educación Secundaria Obligatoria. *Nutrición Hospitalaria Versión Online*, *33*(4), 948–953. <https://doi.org/DOI:http://dx.doi.org/10.20960/nh.397>
- Marx, R. G., Stump, T. J., Jones, E. C., Wickiewicz, T. L., y Warren, R. F. (2001). Development and evaluation of an activity rating scale for disorders of the knee. *American Journal of Sports Medicine*, *29*(2), 213–218. <https://doi.org/10.1177/03635465010290021601>
- McAdams, D. P., y Pals, J. L. (2006). A new Big Five: Fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist*, *61*(3), 204–217.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.3.204>
- McAuley, E. D., Duncan, T., y Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the intrinsic

- motivation inventoy in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60(1), 48–58.  
<https://doi.org/10.1080/02701367.1989.10607413>
- Moreno-Murcia, J. A., De Oliveira, L. M. M., Zomeño Álvarez, T., Ruiz Pérez, L. M., y CervellóGimeno, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educacion*, 362, 380–401.  
<https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165>
- Moreno-Murcia, J. A., LLamas, L., y Ruiz Pérez, L. M. (2006). PALABRAS CLAVE Perfiles motivacionales y su relación con la importancia concedida a la Educación Física. *Psicología Educativa*, 12(1), 46–63. <https://journals.copmadrid.org/psed/archivos/101832.pdf>
- Moreno, J., Coll, D., y Ruiz, L. (2009). Self-determined motivation and physical education importance. *Human Movement*, 10(1), 5–11. <https://doi.org/10.2478/v10038-008-0022-7>
- Moreno, J., Gonzalez-Cutre, D., Chillón, M., y Parra, N. (2008). Adaptación a la educación física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 295–303. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016308009>
- Moreno, J., Gontzlez-Cutre, D., y Slcllla Camacho, Á. (2007). METAS SOCIALES EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA. *Análisis y Modificación de Conducta*, 33(149), 351–368.  
<https://doi.org/10.33776/amc.v33i149.1220>
- Moreno Murcia, J. A., Moreno, R., y Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17(002), 261–267.  
<https://www.redalyc.org/pdf/291/29117210.pdf>
- Moutão, J. M., Cid, L., Leitão, J. C., y Alves, J. (2012). Tradução e validação do perceived autonomy support: Exercise climate questionnaire numa amostra de praticantes de exercício Portugueses. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 25(4), 701–708.  
<https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000400009>
- Moutão, J., Serra, L. F. C., Alves, J. A. M., Leitão, J. C., y Vlachopoulos, S. P. (2012). Validation



of the Basic Psychological Needs in Exercise Scale in a Portuguese Sample. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(1), 399–409.

[https://doi.org/10.5209/rev\\_sjop.2012.v15.n1.37346](https://doi.org/10.5209/rev_sjop.2012.v15.n1.37346)

Naranjo, M. (2009). MOTIVACIÓN: PERSPECTIVAS TEÓRICAS Y ALGUNAS

CONSIDERACIONES DE SU IMPORTANCIA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO.

*Medicapanamericana*, 33(2), 153–170. <https://doi.org/DOI 10.15517/REVEDU.V33I2.510>

Nascimento-Junior, J. R. A. do, Fortes, L. de S., Freire, G. L. M., Oliveira, D. V. de, Fiorese, L., y

Cronin, L. D. (2019). Cross-Cultural Adaptation and Psychometric Properties of the

Portuguese Version of the Life Skills Scale for Sport. *Measurement in Physical Education*

*and Exercise Science*, 24(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2019.1647208>

Nascimento Junior, J. R. A. do, Freire, G. L. M., Quinaud, R. T., Oliveira, D. V. de, y Cronin, L.

D. (2021). Life Skills Development Through Sport in Brazil: A Study Based on Self-

Determination Theory. *Perceptual and Motor Skills*, 128(3), 1017–1036.

<https://doi.org/10.1177/00315125211000860>

Newton, M., Duda, J. L., y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the perceived motivational climate in sport questionnaire-2 in a sample of female athletes.

*Journal of Sports Sciences*, 18(4), 275–290. <https://doi.org/10.1080/026404100365018>

Ng, J. Y. Y., Lonsdale, C., y Hodge, K. (2011). The Basic Needs Satisfaction in Sport Scale

(BNSSS): Instrument development and initial validity evidence. *Psychology of Sport and*

*Exercise*, 12(3), 257–264. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.10.006>

Ntoumanis, N. (2001a). A self-determination approach to the understanding of motivation in

physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71(2), 225–242.

<https://doi.org/10.1348/000709901158497>

Ntoumanis, N. (2001b). Empirical links between achievement goal theory and self-

determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19(6), 397–409.

<https://doi.org/10.1080/026404101300149357>

- Ntoumanis, N. (2005). A prospective study of participation in optional school physical education using a self-determination theory framework. *Journal of Educational Psychology, 97*(3), 444–453. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.97.3.444>
- Ntoumanis, N., y Vazou, S. (2005). Peer motivational climate in youth sport: Measurement development and validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 27*(4), 432–455. <https://doi.org/10.1123/jsep.27.4.432>
- 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*(3), 919–930. <https://doi.org/https://doi.org/10.2466/pms.102.3.919-930>
- Ommundsen, Y., y Vaglum, P. (1991). The influence of low perceived soccer and social competence on later dropout from soccer: a prospective study of young boys. *Scandinavian Journal of Medicine y Science in Sports, 1*, 180–188. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1991.tb00293.x>
- Papaioannou, A. (1994). Development of a questionnaire to measure achievement orientations in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 65*(1), 11–20. <https://doi.org/10.1080/02701367.1994.10762203>
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise, 14*(3), 329–341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
- Pelletier, L. G., Rocchi, M., Guertin, C., Hébert, C., y Sarrazin, P. (2017). French adaptation and validation of the Sport Motivation Scale-II (Echelle de Motivation dans les Sports-II). *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 17*(3), 232–249. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1339729>
- Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Brière, N. M., y Blais, M. R. (1995). Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology,*

17(1), 35–53. <https://doi.org/10.1123/jsep.17.1.35>

Pellicer, E., Martínez, S. G., y Valero, A. F. (2021). Necesidades psicológicas básicas asociadas en la práctica de deporte individual u. *Retos*, 42, 500–506.

<https://doi.org/10.47197/RETOS.V42I0.87480>

Petersen, A. C., Crockett, L., Richards, M., y Boxer, A. (1988). A self-report measure of pubertal status: Reliability, validity, and initial norms. *Journal of Youth and Adolescence*, 17(2), 117–133. <https://doi.org/10.1007/BF01537962>

Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., y Meehan, W. P. (2019). Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 18(3), 490–496.

Polet, J., Hassandra, M., Lintunen, T., Laukkanen, A., Hankonen, N., Hirvensalo, M., Tammelin, T., y Hagger, M. S. (2019). Using physical education to promote out-of school physical activity in lower secondary school students - A randomized controlled trial protocol. *BMC Public Health*, 19(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6478-x>

Pulido González, J. J., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Amado Alonso, D., Montero Carretero, C., y García-Calvo, T. (2015). Adaptación y validación de un cuestionario para valorar la motivación en el contexto deportivo TT - Adaptação e validação de um questionário para avaliar a motivação no contexto desportivo TT - Adaptation and validation of a questionnaire to assess moti. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 15(3), 17–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.4321/S1578-84232015000300002>

Raedeke, T. D., y Smith, A. L. (2001). Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 23, 281–306. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>

Raimundi, M. J., García Arabehty, M., Iglesias, D., y Castillo, I. (2019). Aspiraciones vitales y su relación con la pasión en deportistas argentinos seleccionados para los Juegos Olímpicos de la Juventud TT - Life aspirations and their relationship with passion in Argentine

- athletes selected for the Youth Olympic Games TT - A. *Cuadernos de Psicología Del Deporte.*, 19(1), 192–205. <https://doi.org/10.6018/cpd.339431>
- Richer, F. S., y Vallerand, R. J. (1998). Construction et validation de l'Echelle du Sentiment d'Appartenance Sociale (ÉSAS) [Development and validation of the of the Scale of Feeling of Relatedness]. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 48(2), 129–138.
- Rocchi, M., Pelletier, L., Cheung, S., Baxter, D., y Beaudry, S. (2017). Assessing need-supportive and need-thwarting interpersonal behaviours: The Interpersonal Behaviours Questionnaire (IBQ). *Personality and Individual Differences*, 104, 423–433. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.08.034>
- Romero, E., Gómez-Fraguela, J., y Villar, P. (2012). Life Aspirations, Personality Traits and Subjective Well-being in a Spanish Sample. *European Journal of Personality*, 26, 45–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/per.815>
- Ruiz, J. R., España Romero, V., Castro Piñero, J., Artero, E. G., Ortega, F. B., Cuenca García, M., Jiménez Pavón, D., Chillón, P., Girela Rejón, J. M., Mora, J., Gutiérrez, A., Suni, J., Sjöstrom, M., y Castillo, M. J. (2011). Batería alpha-fitness: Test de campo para la evaluación de la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. *Nutricion Hospitalaria*, 26(6), 1210–1214. <https://doi.org/10.3305/nh.2011.26.6.5270>
- Ryan, R. M. (1982). Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 450–461. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.43.3.450>
- Ryan, R. M., y Connell, J. (1989). Perceived Locus of Causality and Internalization: Examining Reasons for Acting in Two Domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(5), 749–761. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.5.749>
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000a). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychological Association*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/110003-066X.55.1.68>

- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000b). When rewards compete with nature: The undermining of intrinsic motivation and self-regulation. In *Intrinsic and extrinsic motivation*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-012619070-0/50024-6>
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2004). Autonomy Is No Illusion: Self-Determination Theory and the Empirical Study of Authenticity, Awareness, and Will. *Handbook of Experimental Existential Psychology, November*, 455–485.
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2013). Toward a social psychology of assimilation: Self-determination theory in cognitive development and education. *Self-Regulation and Autonomy: Social and Developmental Dimensions of Human Conduct*, 191–207.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1017/CBO9781139152198.014>
- Saleh, S. D. (1980). Dimensions of Leader Behavior in Sports: Development of a Leadership Scale. *Chelladurai, P. Saleh, S., 2*, 34–45.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsp.2.1.34>
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., González-Ponce, I., Chamorro, J. M., y García-Calvo, T. (2012). Analizando la implicación deportiva en jóvenes jugadores de baloncesto: Un análisis desde la teoría de la autodeterminación. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(1), 57–62.  
<https://doi.org/10.4321/s1578-84232012000300013>
- Sanchez, J. M., y Nuñez, J. L. (2007). Análisis preliminar de las propiedades psicométricas de la versión española de la escala de necesidades psicológicas básicas en el ejercicio físico. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 2(2), 83–92.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2599142>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P., y Keeler, B. (1993). The Sport Commitment Model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15(1), 1–15.  
<https://burnedout.files.wordpress.com/2008/10/commitment.pdf>
- Sheldon, K. M., y Krieger, L. S. (2014). Walking the talk: Value importance, value enactment, and well-being. *Motivation and Emotion*, 38(5), 609–619. <https://doi.org/10.1007/s11031->

014-9424-3

- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., y Reis, H. (1996). *What makes for a Good Day? Competence and Autonomy in the Day and in the Person*. *22*(1), 1270–1279.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/01461672962212007>
- Sicilia, A., Ferriz, R., y Sáenz-Álvarez, P. (2013). Validación española de la escala de frustración de las necesidades psicológicas (EFNP) en el ejercicio físico. *Psychology, Society, & Education*, *5*(1), 1–19. <https://doi.org/10.25115/psyse.v5i1.493>
- Skinner, E. A., Kindermann, T. A., y Furrer, C. J. (2009). A Motivational Perspective on Engagement and Disaffection. *Educational and Psychological Measurement*, *69*(3), 493–525. <https://doi.org/10.1177/0013164408323233>
- Smith, A., Ntoumanis, N., y Duda, J. (2007). Goal striving, goal attainment, and well-being: Adapting and testing the self-concordance model in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *29*(6), 763–782. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.29.6.763>
- Smith, R., Cumming, S. P., y Smoll, F. L. (2008). Development and validation of the Motivational Climate Scale for Youth Sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, *20*(1), 116–136. <https://doi.org/10.1080/10413200701790558>
- Smolak, L., y Levine, M. P. (1994). Psychometric properties of the children's eating attitudes test. *International Journal of Eating Disorders*, *16*(3), 275–282.  
[https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199411\)16:3<275::AID-EAT2260160308>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199411)16:3<275::AID-EAT2260160308>3.0.CO;2-U)
- Soenens, B., Sierens, E., Vansteenkiste, M., Dochy, F., y Goossens, L. (2012). Psychologically controlling teaching: Examining outcomes, antecedents, and mediators. *Journal of Educational Psychology*, *104*(1), 108–120. <https://doi.org/10.1037/a0025742>
- Sousa, C., Torregrosa, M., Viladrich, C., Villamarín, F., y Cruz, J. (2007). The commitment of young soccer players. *Psicothema*, *19*(2), 256–262.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17425896/>
- Stenling, A., Lindwall, M., y Hassmén, P. (2015). Changes in perceived autonomy support, need

- satisfaction, motivation, and well-being in young elite athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(1), 50–61. <https://doi.org/10.1037/spy0000027>
- Strahan, R., y Gerbasi, K. C. (1972). Short, homogeneous versions of the Marlow-Crowne Social Desirability Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 28(2), 191–193. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(197204\)28:2<191::AID-JCLP2270280220>3.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/1097-4679(197204)28:2<191::AID-JCLP2270280220>3.0.CO;2-G)
- Thomas, J. R., y Nelson, J. K. (2007). *MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA* (©2007. Badalona (Barcelona) : Editorial Paidotribo (ed.); Livre impr).
- Tilga, H., Hein, V., y Koka, A. (2017). Measuring the perception of the teachers' autonomy-supportive behavior in physical education: Development and initial validation of a multi-dimensional instrument. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 21(4), 244–255. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2017.1354296>
- Tilga, H., Kalajas-Tilga, H., Hein, V., Raudsepp, L., y Koka, A. (2020). How does perceived autonomy-supportive and controlling behaviour in physical education relate to adolescents' leisure-time physical activity participation? *Kinesiology*, 52(2), 265–272. <https://doi.org/10.26582/k.52.2.13>
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., Cangas-Díaz, A. J., Fernández-Batanero, J. M., Mañas, M. A., Arias, V. B., y López-Liria, R. (2019). The influence of the trainer on the motivation and resilience of sportspeople: A study from the perspective of self-determination theory. *PLoS ONE*, 14(8), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221461>
- Trigueros, R., Álvarez, J. F., Aguilar-Parra, J. M., Alcaráz, M., y Rosado, A. (2017). Validación y adaptación española de la escala de resiliencia en el contexto deportivo (ERCD). *Psychology, Society and Education*, 9(2), 311–324. <https://doi.org/10.25115/psye.v9i2.864>
- Vallerand, R. J., y Brière, N. M. (1997). Development and Validation of the Multidimensional Sportpersonship Orientations Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 197–206. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.19.2.197>

- Vallerand, R. J., Mageau, G. A., Ratelle, C., Léonard, M., Blanchard, C., Koestner, R., Gagné, M., y Marsolais, J. (2003). Les Passions de l'Âme: On Obsessive and Harmonious Passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756–767.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.4.756>
- Vansteenkiste, M., Soenens, B., Van Petegem, S., y Duriez, B. (2014). Longitudinal associations between adolescent perceived degree and style of parental prohibition and internalization and defiance. *Developmental Psychology*, 50(1), 229–236.  
<https://doi.org/10.1037/a0032972>
- Vieira, S. V., Beuttemuller, L. J., da Costa, L. C. A., Silva Piovani, V. G., y Both, J. (2020). Necesidades psicológicas básicas y motivación en jóvenes jugadores de baloncesto brasileños TT - Basic psychological needs and motivation in young brazilian basketball players Necessidades psicológicas básicas e motivação em jovens jogadores de basqueteb. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 20(1), 25–36.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.6018/cpd.355121>
- Viladrich, C., Torregrosa, M., y Cruz, J. (2011). Calidad psicométrica de la adaptación española del cuestionario de regulación conductual en el deporte. *Psicothema*, 23(4), 786–794.  
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72722232040.pdf>
- Vlachopoulos, S. P., y Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 10(3), 179–201.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327841mpee1003\\_4](https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327841mpee1003_4)
- Weiss, M. R., y Smith, A. L. (1999). Quality of Youth Sport Friendships: Measurement Development and Validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.21.2.145>
- Wekesser, M. M., Harris, B. S., Langdon, J., y Wilson, C. H. (2021). Coaches' impact on youth athletes' intentions to continue sport participation: The mediational influence of the



- coach–athlete relationship. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 16(3), 490–499. <https://doi.org/10.1177/1747954121991817>
- Williams, G. C., Cox, E. M., Kouides, R., y Deci, E. L. (1999). Presenting the facts about smoking to adolescents: Effects of an autonomy-supportive style. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 153(9), 959–964. <https://doi.org/10.1001/archpedi.153.9.959>
- Williams, G. C., y Deci, E. L. (1996). Internalization of Biopsychosocial Values by Medical Students : A Test of Self-Determination Theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(4), 767–779. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.4.767>
- Wuerth, S., Lee, M. J., y Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 21–33. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00047-X](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00047-X)
- Zimmermann, J., Tilga, H., Bachner, J., y Demetriou, Y. (2020). The german multi-dimensional perceived autonomy support scale for physical education: Adaption and validation in a sample of lower track secondary school students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7353), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197353>

### **Abreviaturas**

EF: Educación Física

AF: Actividad Física

TL: Tiempo Libre

CF: Condición Física

ME: Media de Edad

MT = Media de Tiempo

EE.UU: Estados Unidos

MMA : Artes Marciales Mixtas

Sub 21 : Torneo para categorías menores a los 21 años de edad.

Sub 20: Torneo para categorías menores a los 20 años de edad.

Sub 18: Torneo para categorías menores a los 18 años de edad.

NCAA: National Collegiate Athletic Association

(n =) : Numero de deportistas.

MI : Motivación intrínseca.

SDT: Self-determination theory : Teoría de la autodeterminación.

TCP: Teoría del comportamiento planeado.

CET: Teoría de la evaluación cognitiva.

OIT : Teoría de la orientación orgánica

COT: Teoría de las orientaciones de causalidad

AMA: Agencia Mundial Antidopaje

### **Símbolos**

\*: Viñeta usada exclusivamente para los instrumentos en el parágrafo de Tabla de resultados.