

Diferencias en orientación de meta, motivación autodeterminada, inteligencia emocional y satisfacción con los resultados deportivos entre piragüistas expertos y novatos

Differences in goal orientation, self-determined motivation, emotional
intelligence and sport satisfaction between expert and novice canoeing paddlers

As diferenças nos níveis de orientação para a meta, motivação auto- determinada, inteligência emocional e satisfação com resultados desportivos entre atletas de canoagem peritos e novatos

Ekaitz Saies¹, Silvia Arribas-Galarrag¹, José Antonio Cecchini², Izaskun Luis-De-Cos¹ y Oihane Otaegi¹

*1 Grupo de Investigación IKERKI. Didáctica de la Expresión Corporal. Universidad del País Vasco (UPV-EHU). Plaza Oñati, 3, 20018 San Sebastián (España).
2 Facultad de Formación del Profesorado y Educación. Didáctica de la Expresión Corporal. Universidad de Oviedo. Aniceto Sela, s/n. 33005, Oviedo (España).*

Resumen: La finalidad del presente estudio es analizar las diferencias en la orientación de meta, la motivación autodeterminada, la inteligencia emocional y la satisfacción con los resultados deportivos entre piragüistas novatos y expertos. La muestra estuvo formada por 347 piragüistas varones de un total de 30 países, que se agruparon del siguiente modo en función de sus resultados en campeonatos estatales: Novatos, ninguna medalla (n = 73), Expertos 1, de 1 a 3 medallas (n = 62), y Expertos 2, más de 3 medallas (n = 79). Se realizó un MANCOVA que mostró diferencias estadísticamente significativas en todas las variables analizadas. Los deportistas expertos evidenciaron niveles más altos en ambas orientaciones de meta (ego, tarea), en la motivación autodeterminada (autónoma y controlada), en los niveles de inteligencia emocional (empatía, reconocimiento emocional y regulación y control emocional) y en las variables que explican la satisfacción del deportista cuando alcanza determinados logros personales (éxito normativo, experiencias de maestría y aprobación social). Estos datos son consistentes con estudios anteriores realizados con deportistas de élite de diversas disciplinas. **Palabras clave:** inteligencia emocional, orientación de meta, autodeterminación, piragüismo.

Abstract: The aim of the present study is to analyze the differences in goal orientation, self-determined motivation, emotional intelligence and sport satisfaction between expert and novice canoeing paddlers. 214 male paddlers from 20 different countries took part in the study and were chosen by the number of medals in their national championships [Novices, no medals (n = 73), Experts 1, from 1 to 3 medals (n = 62), and Experts 2, more than 3 medals (n = 79)] and the years of training experience [few years, from 1 to 4 (n = 53), Intermediate,

from 4 to 9 (n = 89), and many years, more than 9 (n = 72)]. A 3 x 3 MANOVA was conducted (number of medal x years of experience) that showed statistically significant differences. The expert athletes showed higher levels in both goal orientations (ego, task); more motivation, intrinsic as well as extrinsic motivation; higher emotional intelligence and more sport satisfaction. These findings are consistent with previous studies with elite athletes from various other sports. **Key words:** emotional intelligence, achievement goals, self-determination, canoeing.

Resumo: O objetivo do presente estudo é analisar as diferenças de orientação para a meta, motivação auto-determinada, a satisfação com resultados desportivos e inteligência emocional entre atletas de canoagem novatos e experientes. 214 atletas masculinos de 20 países diferentes participaram do estudo e foram escolhidos pelo número de medalhas em seus campeonatos nacionais [Noviços, sem medalhas (n = 73), os peritos 1, 1-3 medalhas (n = 62), e Especialistas 2, mais de 3 medalhas (n = 79)] e os anos de experiência de formação [Poucos anos, de 1 a 4 (n = 53), Intermediário, de 4 a 9 (n = 89), e muitos anos, mais de 9 (n = 72)]. A 3 x 3 MANOVA foi realizada (número de medalha de x anos de experiência), que mostraram diferenças estatisticamente significativas. Os atletas experientes apresentaram níveis mais elevados em ambas as orientações de meta (ego, tarefa); mais motivação intrínseca, bem como a motivação extrínseca; inteligência emocional superior e mais satisfação esporte. Estes resultados são consistentes com estudos anteriores com atletas de elite de vários outros esportes.

Palavras chave: inteligência emocional, metas de realização, auto-determinação, canoagem.

Introducción

El paradigma experto novato, estudia las posibles diferencias de pericia, en un determinado ámbito, en función de la tra-

yectoria personal. El modelo de práctica deliberada (DPM), basado en estudios correlacionales, sostiene que el logro del éxito, está altamente relacionado con la acumulación de práctica, de modo que para conseguir el nivel de experto en una disciplina, es necesario mantener dicha práctica de forma de-

Dirección para correspondencia [Correspondence address]: Silvia Arribas-Galarraga. E.U. de Magisterio de San Sebastián. Plaza Oñati 3, 20018 San Sebastián (España). E-mail: silvia.arribas@ehu.es

liberada y consistente, durante 10 años o acumular 10.000 horas de práctica (Ericsson, Krampe y Tesch-Römer, 1993; Ericsson, Nandagopal y Roring, 2009; Ericsson, Prietula y Cokely, 2007). Ackerman (2013) en su publicación reflexiona sobre la relevancia de aspectos como la habilidad y el talento. Un reciente estudio sobre el DPM (Lombardo y Deaner, 2014), concluye que en términos de éxito deportivo, tanto el entrenamiento como el talento son necesarios para considerar a un deportista experto. Siguiendo este línea, se podría definir como “novato” a quien tiene poca o ninguna experiencia y “experto”, a quien ha logrado un alto nivel de rendimiento.

Son muchos los esfuerzos que los equipos, las federaciones e incluso los países realizan para que sus deportistas obtengan los mejores resultados posibles. En el ámbito de la alta competición, los que denominaremos deportistas expertos, son los que obtienen los mejores resultados. El estudio de lo que diferencia a los deportistas excelentes de aquellos que, siendo de nivel similar, no obtienen los resultados esperados, es un tema de amplio espectro. En este trabajo nos centraremos en el estudio de variables psicológicas relacionadas con el deporte de alto nivel. Se han revisado diversos estudios que exploran la posible existencia de una ventaja por parte de los expertos en la gestión de sus recursos psicológicos. En relación al éxito deportivo, entre los aspectos más estudiados destacan la toma de decisiones (Domínguez, Moreno, González y Calvo, 2010), la autoconfianza, el control actitudinal y el índice de dureza mental (López-Gullón et al., 2011), el afrontamiento negativo y el control atencional (Nizam, Omar-Fauzee y Abu, 2009), la calidad de la reflexión y conocimiento procedimental (Domínguez et al., 2010), la inteligencia contextual (Ruiz, García, Palomo, Navia y Miñano, 2014) y otras variables psicológicas (Berengüí-Gil et al., 2012; López-Gullón et al., 2011, 2012).

Motivación de Logro-Percepción de éxito

De las diversas teorías sobre la motivación, la Teoría de Metas de Logro (Ames y Archer, 1988; Nicholls, 1984) es una de las más utilizadas en el ámbito deportivo. Esta teoría defiende que existen dos orientaciones de meta que son ortogonales: la orientación a la tarea, en la que el deportista construye el éxito en base a criterios autor referenciados, y la orientación al ego, en la que el éxito depende de resistir la comparación con los otros.

En el rendimiento deportivo, se ha observado que la orientación a la tarea es, en general, más adaptativa que la orientación al ego. No obstante, en atletas de élite, la orientación al ego también correlaciona, en algunos casos, con variables de valencia positiva (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999; Santos-Rosa et al., 2007). Así mismo, se ha observado que la orientación al ego, es más pronunciada en los niveles más altos del deporte competitivo (Cecchini, González y Montero, 2007, 2008; Kavussanu y Ntoumanis, 2003; White y Duda, 1994).

Satisfacción con el rendimiento deportivo

Las orientaciones de meta se han relacionado con la satisfacción experimentada por los deportistas en algunas situaciones que se derivan de los resultados obtenidos en el deporte (Cervelló et al., 1999; Treasure y Roberts, 1994). La orientación a la tarea ha sido frecuentemente asociada con experiencias de maestría y la orientación al ego con la aprobación social y el éxito normativo (e.g. Holgado, Navas y López-Núñez, 2010). Según estos estudios, los deportistas que se autoevalúan en base a criterios auto referenciados expresan la preferencia por resultados que informen acerca del progreso personal, mientras que aquellos que lo hacen en base a criterios externos muestran su preferencia por resultados que informan del reconocimiento social alcanzado y de las diferencias de capacidad con sus competidores.

La investigación ha mostrado que en general la experiencia de maestría es más adaptativa que el éxito normativo y la búsqueda de la aprobación social (e.g. Holgado et al., 2010). Pero así como la orientación al ego correlaciona, en determinados casos, con variables de valencia positiva, lo mismo podría ocurrir con aquellos que muestran su preferencia por resultados que informan del éxito normativo y el reconocimiento social. Santos-Rosa et al. (2007), en una investigación con tenistas expertos, argumentan que la implicación al ego en el deporte, no tiene por qué ser poco adaptativa si se acompaña también de altos niveles de implicación a la tarea. De hecho, diversos trabajos, en el ámbito del deporte de competición, han mostrado que los patrones motivacionales más adaptativos son aquellos que están relacionados con altos niveles de orientación a la tarea y moderados o altos niveles de orientación al ego (Roberts y Treasure, 2001).

En definitiva, los deportistas de élite, deberían mostrar niveles más elevados en ambas orientaciones de meta con respecto a los deportistas novatos, deberían, en consecuencia, mostrar también niveles más elevados tanto en las experiencias de maestría, como en el éxito normativo y la aprobación social.

Motivación autodeterminada

La teoría de la Autodeterminación analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o autodeterminadas (Deci y Ryan, 1985, 2000, 2002). Según esta teoría la motivación se estructura en un continuo que integra diferentes niveles que van desde la falta total de motivación (desmotivación) hasta la más autodeterminada, de modo que ordenadas de mayor a menor nivel de autodeterminación los autores proponen la motivación intrínseca, que puede ser de estimulación, de conocimiento o de logro y se considera positiva cuando se disfruta en la ejecución de la tarea; diferentes grados de motivación extrínseca, como la regulación identificada (cuando la

tarea no es interesante en sí misma pero el individuo la considera importante), la regulación introyectada (caracterizado por un sentimiento de coacción interna), y la regulación externa (identificada como medio para conseguir otra finalidad) y, en el otro extremo del continuo de la autodeterminación se encuentra la amotivación o desmotivación.

Resulta extraño encontrar un experto en el deporte, que llegue a serlo sin desearlo, sin motivación. Esta dimensión afectivo-emocional se convierte en la pieza clave para alcanzar la excelencia (Cecchini, Fernández-Rio, Méndez-Giménez, Cecchini y Martins, 2014). Los deportistas están motivados para practicar y rendir porque sienten confianza en que tendrán éxito en su práctica (Cox, 2009).

Se han analizado diversos estudios sobre autodeterminación en el ámbito del deporte-competición. En un estudio realizado con una muestra de deportistas expertas, gimnastas americanas, en contexto de entrenamiento y de competición en el que se estudió la motivación autodeterminada, se observaron altos niveles de motivación auto-determinada tanto en los auto-informes de los entrenamientos, como de la competición (Gagne, 2003). Un reciente trabajo realizado con jugadores de baloncesto federados, mostró una relación positiva entre la orientación al ego, la motivación extrínseca y la desmotivación; asimismo se observó que la regulación externa, predijo positivamente la orientación al ego y negativamente la orientación a la tarea (Gómez-López, Granero-Gallegos, Abrales, y Rodríguez-Suarez, 2013). Otro estudio indagó sobre las diferencias en la motivación autodeterminada y la orientación motivacional en función del nivel deportivo en deportistas de gimnasia rítmica, 40 expertas (equipos nacionales) y 58 deportistas de menor nivel. Se comprobó que las deportistas noveles presentaban mayores niveles de regulación introyectada, desmotivación y niveles más bajos de orientación al ego, mientras que las gimnastas expertas, mostraron altos niveles de orientación a la tarea, asociada en la literatura científica positivamente con altos niveles de motivación intrínseca, independientemente de los niveles de orientación al ego (Koumpoula, Tsopani, Flessas y Chairpoulou, 2011).

Pero la motivación extrínseca no siempre es negativa. Una de las ventajas de los deportistas expertos, frente a los novatos, podría ser la capacidad meta-cognitiva para utilizar los elementos positivos tanto de la motivación intrínseca como de la extrínseca. Según Pekrun (1992), la gestión de emociones positivas como la esperanza en el éxito objetivo en la competición, la anticipación del disfrute por los resultados esperados, el sentimiento de orgullo, el agrado de sentirse alabado por los terceros significativos, pueden ser motivos extrínsecos positivos para el deportista de élite. Parece que una de las claves para lograr el éxito deportivo y el rendimiento óptimo, puede encontrarse en lograr el equilibrio entre los elementos positivos de éstos dos tipos de motivación (intrínseca y extrínse-

ca) abordados desde la inteligencia emocional del deportista (Couto, 2011).

Inteligencia emocional

La inteligencia emocional se presenta como la variable central en la regulación de las emociones (Petrides, Pita y Kokkinaki, 2007). En el contexto deportivo, la inteligencia emocional constituye un conjunto de meta-habilidades presentes en el deportista, que le capacitan para extraer información de las situaciones de competición y entrenamiento, de cara a percibir, controlar y emplear dicha información para maximizar su rendimiento personal (Arruza, 2008; Arruza, González-Rodríguez, Palacios-Moreno, Arribas-Galarraga y Telletxea-Artzamendi, 2013).

Entre los estudios que han tratado la relación entre inteligencia emocional y rendimiento, destacamos el realizado por Hernández (2005), con jugadores de ajedrez, en el que se concluyó que los jugadores expertos se caracterizan por una mayor capacidad para afrontar la realidad, por ser suficientemente operativos, por ser ponderados con sus aspiraciones y por encontrar explicaciones constructivas ante los fracasos. Los escasos estudios que relacionan inteligencia emocional y deporte, sitúan al investigador ante un reto importante. La *Emotional Intelligence Scale* utilizada en su trabajo por Lane, Thelwell, Lowther y Devonport (2009) en una muestra de 54 jugadores de fútbol, hockey y rugby, indican la importancia de las relaciones que se establecen entre las estrategias de competición y las habilidades de inteligencia emocional (auto-conversación y evaluación de las emociones propias, evaluación de las emociones de los demás, regulación y establecimiento de objetivos, y utilización de la imaginación, la activación y la relajación) destacando las relaciones positivas y significativas halladas entre variables y estrategias utilizadas. Otra línea de investigación que resulta atractiva para la psicología del deporte, es la que relaciona las metas de logro y las emociones. Entre los estudios revisados cabe destacar el realizado por Gucciardi (2010) con futbolistas adolescentes australianos, quien exploró las relaciones existentes entre la fortaleza mental, las metas de logro y la motivación deportiva. Los resultados revelaron que los futbolistas con altos niveles de fortaleza mental, presentaban altos niveles de motivación intrínseca, regulación identificada y regulación externa, y estaban asociados a niveles moderados de regulación integrada, regulación introyectada y desmotivación.

Dewar, Kavussanu, y Ring (2013) analizaron la relación entre las metas de logro, el rendimiento percibido y el real y las emociones vividas antes y después de una competición, sugiriendo que la orientación al ego, podría influir en las emociones. Recientemente, se han iniciado investigaciones para determinar el papel de la inteligencia emocional en la mediación entre el clima motivacional, la orientación motivacional

y el bienestar psicológico (Arruza et al., 2013; Núñez, León, González y Martín-Albo, 2011).

Se puede decir que los estudios que relacionan la motivación autodeterminada y la inteligencia emocional en deportes individuales son escasos. Rimé (2009) en su *Emotion Elicits the Social Sharing of Emotion: Theory and Empirical Review*, afirma que la regulación emocional debe entenderse desde una concepción intra e interpersonal de modo que la relación que se establece con las otras personas tiene importantes repercusiones en el proceso de regulación de las emociones, destacando la importancia del contagio emocional, pues implica beneficios en el afecto positivo y además permite establecer mayores vínculos sociales. En esta línea un reciente estudio (Oriol-Granado, Gomila-Andreu y Filella-Guiu, 2014) en el que participaron 112 deportistas de diferentes modalidades de deportes colectivos, utilizaron el cuestionario de regulación emocional en su versión española (Cabello-González, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda y Extremera 2006) así como una entrevista semiestructurada para analizar, entre otros aspectos, la funcionalidad percibida por parte de los jugadores de las estrategias de autorregulación y heterorregulación del equipo y del entrenador en la gestión de las experiencias emocionales ante resultados adversos, concluyendo que alcanzar el nivel de intensidad emocional justo permitirá un nivel óptimo de rendimiento. La reevaluación cognitiva y el contagio emocional positivo grupal se muestran como las estrategias más funcionales para poder afrontar resultados adversos (Oriol-Granado et al., 2014). El denominado contagio emocional positivo se asemeja a la motivación extrínseca positiva.

Estudios relacionados con el piragüismo

Debido a las características de este deporte, la preparación física es de vital importancia. Pero en el deporte de competición y en el rendimiento deportivo, cualquiera que sea la disciplina, el entrenamiento de habilidades psicológicas como el manejo del estrés, la autoconfianza, el control de los estados de ánimo, o el ajuste emocional, entre otras, se tornan indispensables (García-Quinteiro, Rodríguez-Casal, Andrade y Arce, 2006; Gómez-López et al., 2013).

Existe una escasa evidencia científica de estudios realizados con piragüistas. Males y Kerr (1996), bajo el prisma de la teoría de la inversión en la que el deportista está ligado a su nivel de activación percibido, estudiaron a nueve piragüistas de élite, varones de diferentes países, que completaron cuestionarios antes de cada evento en una temporada que incluyó el Campeonato Mundial. La conclusión a la que llegaron es que los buenos resultados vienen precedidos por bajas discrepancias entre la percepción y los niveles de excitación. Diversos autores (Ruiz-Juan et al., 2010), estudiaron el grado de satisfacción intrínseca en una muestra de 209 jóvenes palis-

tas españoles (13-14 años). Los resultados mostraron una alta orientación a la tarea y moderada al ego. Esta orientación a la tarea se relacionó positivamente tanto con el disfrute con la práctica deportiva, como con la atribución de que dicho éxito depende del esfuerzo. Los dos trabajos más recientes son el de Cantón (2013), quien realizó un estudio narrativo sobre el *flow* en piragüistas, y el de Gómez-López et al. (2013), para conocer las fortalezas y debilidades del perfil psicológico competitivo de los piragüistas de aguas tranquilas. En este último, se estudió a 158 piragüistas que participaron en el campeonato de España de Invierno (2011), atendiendo entre otras variables, la motivación autodeterminada, resultando una clara orientación de los piragüistas tanto hacia la motivación intrínseca como a la motivación identificada (la más autodeterminada dentro de la motivación extrínseca) y una escasa regulación externa y desmotivación. En general no se apreciaron diferencias estadísticamente significativas, en función de los años practicando piragüismo.

Los estudios revisados, sugieren cierta implicación de las variables psicológicas en el rendimiento de los deportistas en general y de los deportistas expertos en particular. En base a estas aportaciones, la finalidad del presente estudio es analizar las diferencias en la orientación de meta, la motivación autodeterminada, la satisfacción con los resultados deportivos y la inteligencia emocional entre piragüistas novatos y expertos. En función de los hallazgos previamente expuestos, las hipótesis que formulamos son las siguientes: Los deportistas expertos presentan, a) niveles más altos de orientación de meta a la tarea y al ego (Cecchini et al., 2008; Kavussanu y Ntoumanis, 2003; Ruiz-Juan, et al., 2010; Santos-Rosa et al., 2007; White y Duda, 1994), b) niveles más elevados en las tres variables que miden la satisfacción con los resultados deportivos (Santos-Rosa et al., 2007), c) puntuaciones más elevadas tanto en la motivación autónoma como controlada (Pekrun, 1992), d) valoraciones más altas en las tres variables que miden la inteligencia emocional (Arruza et al., 2013; Crombie, Lombard y Noakes, 2009; Molero, Belchi-Reyes y Torres-Luque, 2012; Palumbo, Medrano, Lussenhoff, González, y Curarello, 2011).

Método

Participantes

La muestra estuvo formada por 347 piragüistas varones de un total de 30 países. Los participantes de habla hispana (235 piragüistas), fueron extraídos de más de 60 clubes registrados en la Real Federación Española de Piragüismo y de 10 federaciones de países latinoamericanos ($n = 64$). La muestra de habla inglesa (112 piragüistas), se obtuvo por contacto directo a través de e-mail.

Los participantes fueron clasificados en tres grupos en

función de sus resultados deportivos en campeonatos nacionales [Novatos: ninguna medalla (n = 105); Expertos1: de 1 a 3 medallas (n = 99); y Expertos-2: más de 3 medallas (n = 143)].

Variables e Instrumentos de medida

Para evaluar las disposiciones de meta de logro personales se ha utilizado el Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ), elaborado por Roberts y Balagué (1991). Está compuesto por una escala de 12 ítems: 6 de Implicación en la tarea y 6 de Implicación en el yo. Ejemplos de ítems que constituyen la subescala de tarea son: “demuestro una clara mejoría personal” y “trabajo duro”. Ejemplos de ítems que constituyen la subescala de ego son: “soy claramente superior a los demás” y “mi actuación supera a mis rivales”. La robustez del POSQ fue confirmada en idioma español por Cervelló et al. (1999). Los sujetos respondieron a la raíz «Siento éxito en el deporte cuando...». Los alfas de Cronbach informados fueron, para la escala original en inglés, de 0.87 para la orientación a la tarea y 0.84 para la escala de orientación al ego (Roberts, Treasure y Balague, 1998); en la versión española los valores fueron 0.84 para la subescala tarea y de 0.91 para la subescala ego.

Para medir la satisfacción de los deportistas se utilizó el Cuestionario de Satisfacción con los Resultados Deportivos (CSRSD) desarrollado por Treasure y Roberts (1994). consta de 11 ítems repartidos en tres subescalas: *Experiencias de Maestría*, que expresa la preferencia por resultados que informen acerca del progreso personal (e.g. “Aprendes nuevas técnicas”), Aprobación Social, que mide el deseo del deportista por ser reconocido socialmente (e.g. “Agradas a tus amigos”) y Éxito Normativo, que expresa la preferencia por los resultados que demuestran que tiene más capacidad que las personas con las que compite (e.g. “Lo haces mejor que los otros”). Esta escala fue validada en español por Cervelló et al. (1999), con alfas de Cronbach similares a las obtenidas por Treasure y Roberts (1994) en la versión original. Así se obtuvo un índice de 0.72 para la subescala Experiencias de Maestría (entre 0.69 y 0.81 en la versión original), de 0.87 para la subescala Aprobación Social (entre 0.74 y 0.85), y de 0.58 para la subescala Éxito Normativo (entre 0.62 y 0.65 en la versión original en inglés).

Para determinar la motivación hacia el deporte se utilizó la versión española de la Sport Motivation Scale (Pelletier, et al., 1995), elaborada por Núñez, Martín-Albo, Navarro y González (2006). Está formada por 28 ítems distribuidos en siete subescalas de cuatro ítems cada una que evalúan los tres tipos de motivación intrínseca: MI al conocimiento (e.g. “Por el placer que proporciona saber más sobre el deporte que practico”), MI al logro (e.g. “Porque siento una gran satisfacción personal cuando domino determinadas técnicas difíciles de entrenamiento”) y MI a las experiencias estimulantes (e.g.

“Por el placer que siento cuando vivo experiencias estimulantes”), los tres tipos de motivación extrínseca: regulación externa (e.g. “Porque me permite estar bien considerado por la gente que conozco), regulación introyectada (e.g. “Porque resulta absolutamente necesario practicar deporte si uno quiere estar en forma”) y regulación identificada (e.g. “Porque en mi opinión, es una de las mejores maneras de conocer gente”), y la desmotivación (ítems e.g. “Antes tenía buenas razones para hacer deporte, pero ahora me pregunto si debería seguir practicando”). Cada uno de los ítems son respuestas a la pregunta “¿Por qué practica su deporte?”. Los alfas de Cronbach han sido respectivamente para la versión española e inglesa los siguientes: MI al conocimiento (0.80 y 0.80), MI al logro (0.79 y 0.80) y MI a las experiencias estimulantes (0.75 y 0.77), regulación externa (0.79 y 0.75), regulación introyectada (0.72 y 0.75) regulación identificada (0.70 y 0.63) y desmotivación (0.74 y 0.75). Como la investigación ha demostrado que la motivación intrínseca y extrínseca no son mutuamente excluyentes, sino que más bien representan constructos ortogonales más o menos independientes (Covington y Müeller, 2001), hemos agrupado los tipos de motivación en dos: motivación autónoma y motivación controlada.

La inteligencia emocional se ha medido con el cuestionario de inteligencia emocional percibida en contextos deportivo/competitivos, elaborada por Arruza et al. (2013). Está formada por 39 ítems distribuidos en cinco subescalas que evalúan: la empatía (7 ítems, e.g. “Durante la competición comprendo fácilmente como se sienten mis compañeros y/o rivales”), el control y la regulación emocional (7 ítems, e.g. “Ante una competición me siento mentalmente relajado”), la gestión de las emociones negativas (6 ítems, e.g. “A menudo encuentro difícil entender las emociones de mis compañeros”), la reactividad arbitral (3 ítems, e.g. “Ante los errores de los jueces o árbitros estoy tranquilo”) y el reconocimiento emocional (8 ítems, e.g. “Soy consciente de cuando me empiezo a enfadar en competición”). Los alfas de Cronbach han sido respectivamente para la versión española e inglesa los siguientes: empatía (0.80 y 0.78), el control y la regulación emocional (0.84 y 0.81) la gestión de las emociones negativas (0.64 y 0.67), la reactividad arbitral (0.77 y 0.81) y el reconocimiento emocional (0.86 y 0.82). Puesto que esta escala no se ha utilizado anteriormente en estudios sobre piragüistas, atendiendo a las características propias de la disciplina, y siguiendo las indicaciones de los autores de la escala, en este estudio se utilizan únicamente los factores empatía, control y regulación emocional, y reconocimiento emocional.

Procedimiento

Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes. Se explicó que los cuestionarios eran anónimos y se les ofreció la opción de rechazar la participación o retirarse en

cualquier momento atendiendo al protocolo del Comité de Ética de la Universidad del País Vasco. Todos los cuestionarios fueron completados a través de internet en la plataforma Google Docs. Se colgaron todas las escalas en dos idiomas: inglés y español, siguiendo los estándares de calidad para la cumplimentación de cuestionarios online (Arruza et al., 2013). Durante las pruebas realizadas, la duración aproximada para la cumplimentación de los cuestionarios se estableció en unos 15 minutos.

Análisis de datos

Para conocer mejor las propiedades psicométricas de los instrumentos de medida se realizó un análisis factorial confirmatorio. Debido a que la muestra en inglés es escasa se decidió hacer un análisis en conjunto. Dado que el pre-análisis de los datos revelaron una curtosis multivariante sustancial en las cuatro escalas, los análisis se basaron en el estadístico Satorra-Bentler chi-cuadrado, en lugar del habitual $ML\chi^2$ ya que sirve como corrección para χ^2 cuando se violan los supuestos de distribución.

La evaluación de la bondad del ajuste a los datos de la muestra se determinó sobre la base de criterios múltiples, el índice de ajuste comparativo (Comparative Fit Index, *CFI), el error de aproximación cuadrático medio (Root Mean Square Error of Approximation, *RMSEA), y la raíz cuadrada media residual estandarizada (Standardized Root Mean Square Residual, SRMR). El *CFI representa la versión robusta del CFI y su cálculo se basa en el estadístico $S-B\chi^2$; que oscila entre el valor 0 y 1. Byrne (2008) sugiere que un valor de *CFI comprendido entre .92 y .94 es indicativo de buen ajuste. El *RMSEA es una versión robusta del RMSEA habitual y tiene en cuenta el error de aproximación en la población. Esta discrepancia, tal como se mide por el *RMSEA, se expresa por cada grado de libertad, por lo que es sensible a la complejidad del modelo; valores de menos de .05 indican buen ajuste, y valores tan altos como .08 representan errores razonables de aproximación en la población. Para completar el análisis, también se incluyó el intervalo de confianza del 90 % *RMSEA. Por último, la SRMR, con un valor inferior a .08 es indicativa de un buen ajuste (Byrne, 2008).

Resultados

Propiedades psicométricas de los cuestionarios

Los resultados obtenidos señalan buenos índices de ajuste para los cuatro cuestionarios: POSQ, $S-B\chi^2_{(53)} = 87.78, p < .001; \chi^2/d.f. = 1.66; *CFI = .96; *RMSEA (90\% CI) = .04 (0,026-0,059); SRMR = .05$; SMS, $S-B\chi^2_{(329)} = 560.72, p < .001; \chi^2/d.f. = 1.70; *CFI = .94; *RMSEA (90\% CI) = .05 (.039- .051); SRMR = .06$; IECD, $S-B\chi^2_{(206)} = 417.62, p < .001; \chi^2/d.f. = 2.02; *CFI = .93; *RMSEA (90\% CI) = .05 (.047- .062); SRMR = .06$; IECD, $S-B\chi^2_{(41)} = 85.20, p < .001; \chi^2/d.f. = 2.07; *CFI = .94; *RMSEA (90\% CI) = .05 (.049- .068); SRMR = .06$. Todas las cargas estandarizadas (λ_i) y los valores críticos de t superan ampliamente los niveles mínimos recomendados de .50 y 1.96 ($p < .05$).

Análisis multivariados

El MANCOVA mostró un efecto significativo multivariado para la variable resultados en competición (medallas conseguidas en campeonatos nacionales), Lambda de Wilks = .759, $F_{(20, 668)} = 4.93, p < .001, \eta^2 = .13$. Los siguientes análisis univariados mostraron diferencias significativas en todas las variables dependientes del factor resultados en competición: Tarea, $F_{(2, 346)} = 5.16, p < .01, \eta^2 = .03$; Ego, $F_{(2, 346)} = 25.14, p < .001, \eta^2 = .13$; Experiencia de maestría, $F_{(2, 346)} = 8.66, p < .001, \eta^2 = .05$; Aprobación social, $F_{(2, 346)} = 14.73, p < .001, \eta^2 = .08$; Éxito normativo, $F_{(2, 346)} = 22.02, p < .001, \eta^2 = .11$; Empatía, $F_{(2, 346)} = 14.27, p < .001, \eta^2 = .08$; Control y regulación emocional, $F_{(2, 346)} = 6.65, p < .01, \eta^2 = .04$; Reconocimiento emocional, $F_{(2, 346)} = 7.05, p < .01, \eta^2 = .04$; Motivación controlada, $F_{(2, 346)} = 16.95, p < .001, \eta^2 = .09$; Motivación autónoma, $F_{(2, 346)} = 12.46, p < .001, \eta^2 = .07$.

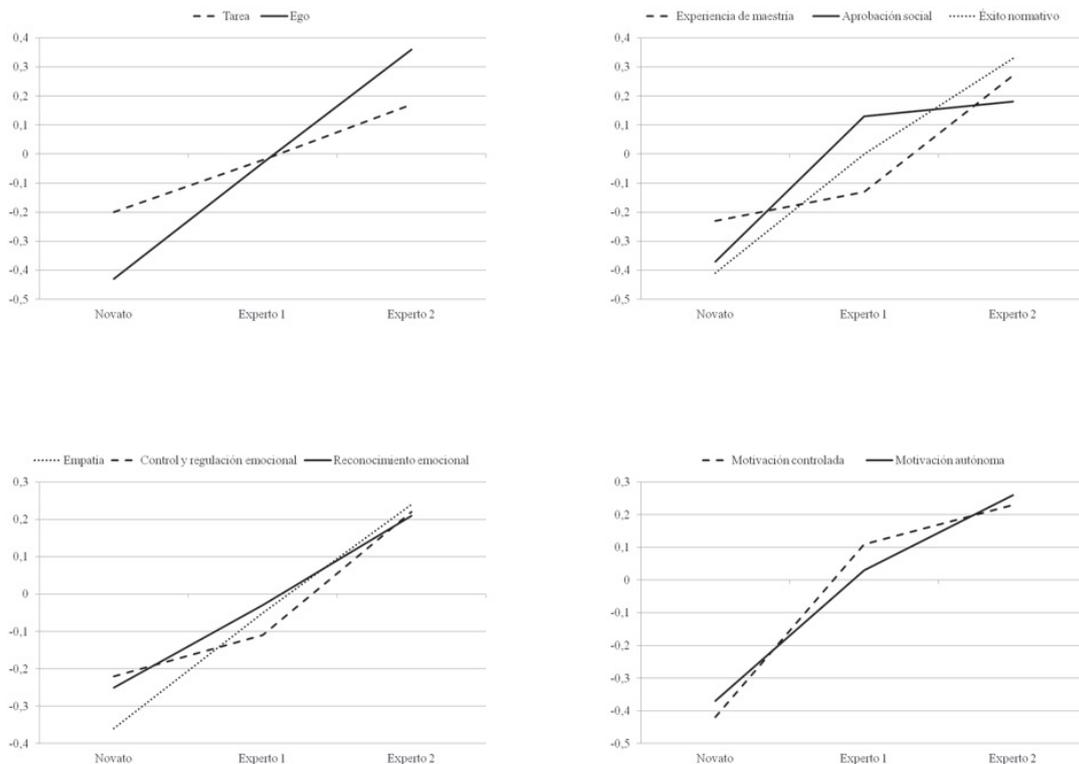
La prueba de Bonferroni reveló que en todas las variables el grupo de novatos puntuó significativamente más bajo que el grupo de expertos 2. El grupo de novatos también puntuó significativamente más bajo que el grupo de expertos 1, en siete de las variables analizadas. Entre el grupo de expertos 1 y 2, se observaron diferencias en cinco de las variables analizadas, en todas ellas puntuó más alto el grupo de Expertos 2 (Tabla 1 y Figura 1).

Tabla 1. Medias, desviaciones típicas y puntuaciones z, entre paréntesis, para todas las variables en función de los resultados deportivos.

| | α (α^1) | Novato | | Experto 1 | | Experto 2 | |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|------|--------------------------|------|-------------------------|------|
| | | M (z) | DT | M (z) | DT | M (z) | DT |
| 1. Tarea | .90 (.84) | 4.39 (-.20) ^a | .72 | 4.50 (-.02) ^a | .57 | 4.61 (.17) ^b | .42 |
| 2. Ego | .83 (.86) | 2.70 (-.43) ^a | 1.14 | 3.13 (-.03) ^b | 1.11 | 3.54 (.34) ^c | .87 |
| 3. Experiencia de Maestría | .80 (.71) | 4.28 (-.23) ^a | .78 | 4.34 (-.13) ^b | .59 | 4.58 (.27) ^b | .40 |
| 4. Aprobación Social | .73 (.69) | 3.10 (-.37) ^a | 1.22 | 3.66 (.13) ^b | .95 | 3.72 (.18) ^b | 1.09 |
| 5. Éxito Normativo | .81 (.73) | 3.79(-.41) ^a | .92 | 4.12 (.00) ^b | .73 | 4.35 (.30) ^c | .60 |
| 6. Empatía | .92 (.90) | 3.22 (-.36) ^a | .85 | 3.46 (-.05) ^a | .73 | 3.72 (.24) ^b | .65 |
| 7. Control y regulación emocional | .88 (.77) | 3.27 (-.22) ^a | .86 | 3.35 (-.11) ^a | .86 | 3.65 (.22) ^b | .73 |
| 8. Reconocim. emocional | .87 (.79) | 3.79 (-.25) ^a | .92 | 3.96 (-.03) ^b | .73 | 4.14 (.21) ^b | .63 |
| 9. Motivación controlada | - | 3.64 (-.42) ^a | 1.22 | 4.32 (.11) ^b | 1.18 | 4.46 (.23) ^b | 1.21 |
| 10. Motivación autónoma | - | 4.79(-.37) ^a | .95 | 5.18 (.03) ^b | .94 | 5.40(.26) ^b | .90 |

Nota: SMSmotivación autónoma = Σ ([M. intrínseca¹] + (R. identificada)/2). SMSmotivación controlada = Σ ([R. introyectada + R. externa]/2). ¹M. intrínseca = Σ ([MI al conocimiento + MI al logro + MI a las experiencias estimulantes] / 3). α = alfa de Cronbach en la versión española de los cuestionarios, entre paréntesis en la versión inglesa (α^1). Alfas de cronbach de los tipos de motivación: MI al conocimiento = .78 (.77); MI al logro = .79 (.80); MI a las experiencias estimulantes = .72 (.72); Regulación identificada = .77 (.76); Regulación introyectada = .75 (.72); regulación externa = .80 (.77).

Figura 1. Diferencias entre los tres grupos de deportistas analizados en orientación de meta, satisfacción con los resultados deportivos, inteligencia emocional y motivación autodeterminada.



Nota: las variables se han transformado en puntuaciones Z

Discusión

El objetivo del presente estudio es analizar las diferencias entre deportistas expertos y novatos en una población masculina de piragüistas de 30 nacionalidades distintas, en las siguientes variables: orientación de meta, satisfacción con los resultados deportivos, motivación autodeterminada e inteligencia emocional.

La primera hipótesis formulada establecía que los deportistas expertos deberían mostrar niveles más altos tanto en la orientación de meta a la tarea como al ego. Los resultados obtenidos permiten aceptar esta hipótesis. Estos datos son consistentes con estudios anteriores (Cecchini et al., 2008; Kavussanu y Ntoumanis, 2003; Santos-Rosa et al., 2007; White y Duda, 1994). Así pues, cuando la condición de los deportistas es profesional o pseudo-profesional, los resultados objetivos, los juicios positivos de los otros, la aprobación social, se tornan elementos relevantes (Reyes-Bossio, 2010). En el caso de los piragüistas, deporte olímpico no-profesional, uno de los motivos que pudieran explicar los índices de orientación al ego más elevados en los deportistas expertos podría ser motivado por el deseo de obtener becas y/o ayudas económicas asociadas a los resultados, pues dichas ayudas permiten al piragüista centrarse exclusivamente en la mejora deportiva. Esta circunstancia coincide con la reflexión de diversos autores que aluden a la comparación social a la que se somete a los deportistas expertos, como uno de los argumentos más sólidos a favor de la alta orientación al ego (Cecchini et al., 2008; Kavussanu y Ntoumanis, 2003; Santos-Rosa et al., 2007; White y Duda, 1994). Por otra parte, cuando una alta orientación al ego va acompañada de una alta orientación a la tarea la interacción entre ambas orientaciones puede ser positiva para el rendimiento del deportista (Reyes-Bossio, 2009).

La segunda hipótesis formulada, esperaba encontrar puntuaciones más elevadas en los piragüistas expertos en experiencia de maestría, éxito normativo y aprobación social. Los resultados obtenidos también permiten aceptar esta hipótesis. Estos resultados son consistentes con la primera hipótesis formulada. De hecho los deportistas expertos están más orientados al ego y a la tarea que el grupo de novatos. Asimismo, los expertos puntúan más alto en experiencias de maestría, que se relacionaría con la orientación de meta a la tarea, así como en el éxito normativo y la aprobación social, que se relacionarían con la orientación de meta al ego.

La tercera de las hipótesis formulada, establecía que las puntuaciones de los deportistas expertos deberían ser más elevadas tanto en los niveles de motivación controlada como autónoma. Los resultados obtenidos también permiten aceptar esta hipótesis. Si bien la teoría de la autodeterminación predice niveles altos de motivación autónoma en los comportamientos más adaptativos, la motivación controlada no siempre es negativa. En el caso de los deportistas de élite, la motivación controlada podría generar emociones positivas

como la esperanza, las expectativas de disfrute, la alegría por los resultados, el sentimiento de orgullo, el agrado por la alabanza de los entrenadores, etc. (Pekrun, 1992). A este respecto y en línea con el Modelo Jerárquico de Motivación Intrínseca y Extrínseca (Vallerand, 2007; Vallerand, Fortier y Guay, 1997), según el cual los factores sociales influyen directamente como mediadores motivacionales, se considera interesante el estudiar aspectos como la influencia de los iguales, de la familia o el clima motivacional del entorno deportivo, aspectos estos que podrían ampliar la información al respecto de este resultado. No obstante, en futuras investigaciones este es un aspecto que debería tenerse en cuenta. Según Deci y Ryan (1985, 1991), tres mediadores motivacionales influyen positivamente en la motivación autodeterminada: percepción de autonomía, competencia y relación., siendo de especial atención la percepción de autonomía. La percepción de autonomía se refiere a la necesidad de sentir que uno es el dueño de sus actos y sus elecciones. La percepción de competencia hace referencia al éxito en la interacción con el entorno, y la percepción de relación la necesidad de sentirse conectado con otros y pertenecer a un grupo social.

Cabe intuir, al igual que en otros estudios (Couto, 2011) que la inteligencia emocional o las emociones evaluativas de los deportistas, pueden llevar a asumir que la motivación extrínseca positiva junto con la motivación intrínseca positiva pueden sumar emociones más adaptativas para el rendimiento objetivo en la competición. Parece que una de las claves para lograr el éxito deportivo y el rendimiento óptimo, puede encontrarse en lograr el equilibrio entre los elementos positivos de estos dos tipos de motivación abordados desde la inteligencia emocional del deportista.

En este sentido y consistente con todo lo anterior, esperaríamos encontrar que los deportistas expertos fueran más capaces que los deportistas novatos al controlar y de regular sus emociones en momentos de alta tensión y a su vez, de reconocer sus emociones y actuar en su regulación en caso de ser necesario. En el presente estudio, los piragüistas expertos, mostraron mayores niveles de empatía que los novatos y son capaces de comprender e identificar mejor las emociones de sus compañeros y de sus rivales. Estos resultados podrían mostrar cierta similitud con los hallazgos obtenidos por Lane et al. (2009), quienes al estudiar las estrategias de competición y las habilidades de inteligencia emocional, encontraron relaciones positivas y significativas, o en estudios en los que se relacionan las altas puntuaciones en inteligencia emocional, con la mayor capacidad para rendir bajo condiciones de alto estrés, y optimizar las emociones obteniendo mayor rendimiento durante la competición (Arruza et al., 2013; Crombie et al., 2009; Molero et al., 2012; Palumbo et al., 2011).

Este estudio presenta alguna limitación. En primer lugar, la muestra es limitada a los varones, por lo que nuevos estudios deberían incluir mujeres piragüistas para poder comprobar la

invarianza de estos hallazgos. La escasez de estudios científicos especializados en el piragüismo limita la comparabilidad de este estudio. Así mismo, sería interesante conocer el clima motivacional en el que se desenvuelven estos deportistas, pues varias investigaciones se hacen eco de su importancia en el contexto deportivo. También creemos necesario replicar este estudio en otros deportes e incluir nuevas variables que puedan influir en el éxito objetivo en la competición deportiva.

Aplicaciones prácticas

En piragüismo, como en muchos otros deportes, los deportistas que compiten a altos niveles, llegan en un excelente estado de forma, cuentan con una técnica muy depurada y estudian cuidadosamente la estrategia a utilizar. La diferencia entre el triunfo o la derrota en dichos escenarios se reduce, desde una perspectiva cuantitativa, a décimas o incluso a centésimas de segundo. Pese a que aún no está muy extendido, cada vez más equipos técnicos asumen la necesidad del entrenamiento psicológico como parte de la rutina del deportista de élite. Sin

embargo, los estudios que abordan las variables que pudieran incidir en el rendimiento y/o el modo en que estas han de ser gestionadas para favorecer el máximo aprovechamiento de los recursos del deportista, son aún escasos. El presente trabajo estudia el comportamiento de diversas variables que establecen la diferencia entre el alto rendimiento y la excelencia deportiva aportando información sobre cómo los piragüistas expertos (más exitosos), muestran mayores niveles de empatía que los novatos y son capaces de comprender e identificar mejor las emociones de sus compañeros y de sus rivales. Entrenadores, deportistas e investigadores, desde la cautela con la que el tamaño de la muestra nos conduce a abordar los resultados aquí expuestos, pueden intuir que, lograr el equilibrio entre motivación extrínseca positiva junto con la motivación intrínseca positiva, abordados desde la inteligencia emocional del deportista, pudiera ser una de las claves para lograr el rendimiento óptimo y el éxito deportivo.

Ayudas: Ayuda a grupos de investigación Ref.GIU03/11. Ayuda a movilidad y divulgación de resultados. Resol. 2254/2013

Referencias

- Ackerman, P.L. (2013). Nonsense, common sense, and science of expert performance: Talent and individual differences. *Intelligence* 45, 6–17. doi: 10.1016/j.intell.2013.04.009.
- Ames, C. y Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80(3), 260-267.
- Arruza, J. A. (2008). El papel de las variedades psicosociales y emocionales en la excelencia deportiva. *Tándem: Didáctica de la Educación Física*, 7(28), 63-75.
- Arruza, J. A., González-Rodríguez, O., Palacios-Moreno, M., Arribas-Galarraga, S. y Telletxea-Artzamendi, S. (2013). Un modelo de medida de la inteligencia emocional percibida en contextos deportivo/competitivos. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 405-413.
- Bályi, I. y Williams, C. (2009). *Coaching the young developing performer*. Leeds: Coachwise.
- Berengüi-Gil, R., García-Pallarés, J., López-Gullón, J. M., Garcés-de-los-Fayo-Ruiz, E. J., Cuevas-Caravaca, E. y Martínez-Abellán, A. (2012). Habilidades psicológicas fundamentales en las luchas olímpicas. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*, 12(2), 19-22.
- Byrne, B. (2008). Testing for multigroup equivalence of a measuring instrument: A walk through the process. *Psicothema*, 20, 872-882.
- Cabello-Cónzalez, R., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D. y Extremera, N. (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 155-166.
- Cantón, A. O. (2013). *Construcción narrativa de la experiencia de flow en los relatos autobiográficos de tres ex-deportistas*. Servicio de publicaciones: Universidad de Almería, Almería.
- Cecchini, J. A., Fernández-Rio, J., Méndez-Giménez, A., Cecchini, C. y Martins, L. (2014). Epstein's TARGET framework and motivational climate in sport: effects of a field-based, long-term intervention program. *International Journal of Sports Science and Coaching*, vol. 9. (in press)
- Cecchini, J. A., González, C. y Montero, J. (2007). Participación en el deporte y fair play. *Psicothema*, 19(1), 57-64.
- Cecchini, J. A., González, C. y Montero, J. (2008). Participación en el deporte, orientación de metas y funcionamiento moral. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 497-509.
- Cervelló, E., Escartí, A. y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 7-19.
- Couto, S. (2011). *Desarrollo de la relación entre inteligencia emocional y los problemas de convivencia: estudio clínico y experimental*. Madrid: Visión libros.
- Covington, M. V. y Müeller, K. J. (2001). Intrinsic versus extrinsic motivation: An approach/avoidance reformulation. *Educational Psychology Review*, 13(2), 157-176.
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones*. Madrid: Panamericana.
- Crombie, D., Lombard, C. y Noakes, T. (2009). Emotional intelligence scores predict team sports performance in a national cricket competition. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4(2), 209-224.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1991). A motivation approach to self: Integration in personality. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation 1990* (vol. 38, pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- 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.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (Eds.), (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Dewar, A. J., Kavussanu, M. y Ring, C. (2013). The effects of achievement goals on emotions and performance in a competitive agility task. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2(4), 250-264.
- Domínguez, A. M., Moreno, M., González, L. G. y Calvo, T. G. (2010). Diferencias en la planificación de estrategias en voleibol entre jugadoras expertas y noveles. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 102, 31-37.

24. Ericsson, K. A., Krampe, R. T. y Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological review*, 100(3), 363-406. doi: 10.1037/0033-295X.100.3.363.
25. Ericsson, K. A., Nandagopal, K. y Roring, R. W. (2009). Toward a science of exceptional performance. Attaining superior performance through deliberate practice. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1172(1), 199-217. doi: 10.1196/annals.1393.001.
26. Ericsson, K.A., Prietula, M.J. y Cokely, E.T. (2007). The making of an expert. *Harvard Business Review*, 85(7-8), 114.
27. Gagne, M. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 372-390.
28. García-Quintero, E. M., Rodríguez-Casal, M., Andrade, E. M., y Arce, C. (2006). Adaptación del cuestionario MSC1 para la medida de la cohesión en futbolistas jóvenes españoles. *Psicothema*, 18(3), 668-672.
29. Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., Abalde, J. A. y Rodríguez-Suarez, N. (2013). Analysis of self-determined motivation in basketball players through goal orientations. *Collegium Antropologicum*, 37(3), 707-715.
30. Gucciardi, D. F. (2010). Mental toughness profiles and their relations with achievement goals and sport motivation in adolescent Australian footballers. *Journal of Sports Sciences*, 28(6), 615-625.
31. Hernández, P. (2005). ¿Puede la inteligencia emocional predecir el rendimiento?: Potencial predictor de los moldes mentales. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 45-62.
32. Holgado, F. P., Navas, L. y López-Núñez, M. (2010). Goal orientations in sport: a causal model. *European Journal of Education and Psychology*, 3(1), 19-32.
33. Kavussanu, M. y Ntoumanis, N. (2003). Participation in sport and moral functioning: Does ego orientation mediate their relationship? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 501-518.
34. Koumpoula, M., Tsopani, D., Flessas, K. y Chairiopolou, C. (2011). Goal orientations and sport motivation, differences between the athletes of competitive and non-competitive rhythmic gymnastics. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 51(3), 480-488.
35. Lane, A. M., Thelwell, R. C., Lowther, J. y Devonport, T. J. (2009). Emotional intelligence and psychological skills use among athletes. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(2), 195-201.
36. Lombardo, M.P. y Deane, R.O. (2014). You can't teach speed: sprinters falsify the deliberate practice model of expertise. *PeerJ* 2: e445; DOI 10.7717/peerj.445.
37. López-Gullón, J. M., García-Pallarés, J., Berengüi-Gil, R., Martínez, A., Morales, V., Torres-Bonete, M. y Díaz, A. (2011). Factores físicos y psicológicos predictores del éxito en lucha olímpica. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 573-588.
38. López-Gullón, J. M., Torres-Bonete, M. D., Berengüi-Gil, R., Díaz, A., Martínez-Moreno, A., Morales-Baños, V. y García-Pallarés, J. (2012). Rendimiento físico y psicológico en lucha olímpica: Predictores del éxito en lucha femenina. *Anales de psicología*, 28(1), 215-222.
39. Males, J. R. y Kerr, J. H. (1996). Stress, emotion, and performance in elite slalom canoeists. *Sport Psychologist*, 10(1), 17-36.
40. Molero, D., Belchi-Reyes, M. y Torres-Luque, G. (2012). Competencias socioemocionales en practicantes de deportes de montaña. *Journal of Sport and Health Research*, 4(2), 199-208.
41. Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328.
42. Nizam, M. A., Omar-Fauzee, M. S. y Abu Samah, B. (2009). The affect of higher score of mental toughness in the early stage of the league towards winning among Malaysian football players. *Research Journal of International Studies*, 12, 67-78.
43. Núñez, J. L., León, J., González, V. y Martín-Albo, J. (2011). Propuesta de un modelo explicativo del bienestar psicológico en el contexto deportivo. *Revista De Psicología Del Deporte*, 20(1), 223-242.
44. 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 1. *Perceptual and Motor Skills*, 102(3), 919-930.
45. Oriol-Granado, X., Gomila-Andreu, M. y Filella-Guiu, G. (2014). Regulación emocional de los resultados adversos en competición: estrategias funcionales en deportes colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 63-72.
46. Palumbo, P., Medrano, L., Lussenhoff, F., González, J. y Curarello, A. (2011). Emociones positivas y negativas en futbolistas de alto rendimiento. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 3(2), 64-73.
47. Pekrun, R. (1992). The impact of emotions on learning and achievement: Towards a theory of cognitive/motivational mediators. *Applied Psychology: An International Review*, 41(4), 359-376.
48. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, 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, 35-35.
49. Petrides, K. V., Pita, R. y Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, 98(2), 273-289.
50. Reyes-Bossio, M. (2009). Clima motivacional y orientación de meta en futbolistas peruanos de primera división. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1), 5-20.
51. Reyes-Bossio, M. (2010). Propiedades psicométricas del cuestionario de orientación de meta en futbolistas profesionales. *Revista de Psicología*, 12(1), 102-120.
52. Rimé, B. (2009). Emotion elicits the social sharing of emotion: *Theory and empirical review. Emotion Review*, 1, 60-85.
53. Roberts, G. C. y Balagué, G. (1991). *The development and validation of the Perception of Success Questionnaire*. Paper Presented at the FEPSAC Congress, Cologne, Germany.
54. Roberts, G. y Treasure, D. (2001). *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
55. Roberts, G. C., Treasure, D. C. y Balagué, G. (1998). Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, 16(4), 337-347.
56. Ruiz, L. M., García, V., Palomo, M., Navia, J.A. y Miñano, J. (2014). Inteligencia contextual y pericia en el fútbol. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 54, 307-317.
57. Ruiz-Juan, F., Gómez-López, M., Pappous, A., Cárceles, F. y Allende, G. (2010). Dispositional goal orientation, beliefs about the causes of success and intrinsic satisfaction in young elite paddlers. *Journal of Human Kinetics*, 26, 123-136.
58. Santos-Rosa, F.J., García, T., Jiménez, R., Moya, M. y Cervelló, E. M. (2007). Predicción de la satisfacción con el rendimiento deportivo en jugadores de tenis: Efecto de las claves situacionales. *Motricidad: Revista de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 18, 41-60.
59. Treasure, D. C. y Roberts, G. C. (1994). Cognitive and affective concomitants of task and ego goal orientations during the middle school years. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 15-28.
60. Vallerand, R.J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp.263-319). Champaign, IL: Human Kinetics.
61. Vallerand, R.J., Fortier, M. S. y Guay, F. (1997). Self-determination and persistence in a real-life setting: Toward a motivational model of high school dropout. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1161-1176.
62. White, S.A. y Duda, J.L. (1994). The relationship of gender, level of sport involvement, and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport Psychology* 25, 4-18.