

Influencia del estilo interpersonal del entrenador sobre la motivación en deportistas de salvamento y socorrismo

Influence trainer's interpersonal style on motivation in athletes lifeguard

Influência do estilo interpessoal do treinador em motivação em atletas salva-vidas

Cano, F.¹, Montero, C.², Cervelló, E. y Moreno-Murcia, J.A.*

*Universidad de Murcia
Universidad Miguel Hernández de Elche*

Resumen: Sustentado en el marco teórico que ofrece el modelo jerárquico de la motivación intrínseca y extrínseca (Vallerand, 1997), este trabajo ha analizado la existencia de perfiles controladores de entrenadores según la percepción de sus deportistas, así como los efectos que dichos estilos pueden ocasionar en el tiempo. Participaron 448 atletas de salvamento y socorrismo que completaron dos veces los cuestionarios referentes al clima de los iguales, soporte de autonomía, estilo controlador del entrenador, necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y autoconfianza precompetitiva con un espacio tiempo entre ambas tomas de seis meses. El análisis clúster mostró la existencia de dos perfiles de entrenador, uno más controlador que otro. La prueba T-Student señaló diferencias entre grupos de modo que aquellos cuyo entrenador era menos controlador ofrecieron, en la primera toma, mayores puntuaciones en opinión del deportista, comportamiento autónomo, autonomía, competencia y relación con los demás, y menores en clima ego. Estas diferencias se acrecentaron en la toma dos, donde además se encontraron diferencias en motivación intrínseca y autoconfianza precompetitiva a favor de los que entrenaron con técnicos menos controladores. Los resultados reflejan la importancia de que los entrenadores se acerquen a estilos poco controladores a la vista de los efectos adaptativos que parece conllevar con el paso del tiempo en los deportistas que dirige.

Palabras clave: Clima iguales, apoyo a la autonomía, estilo controlador, autodeterminación, autoconfianza.

Abstract: Supported by the theoretical framework provided by the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation (Vallerand, 1997), this paper has analyzed the existence of controllers profiles coaches in terms of what drivers who were perceived as perceived by their athletes as well the effects that these styles can cause over time. 448 athletes participated Lifeguard swimmers who completed questionnaires twice referring to the same climate, autonomy support, driver coaching style, basic psychological needs, intrinsic motivation and self-confidence with precompetitive space-time between the two shots six months. The cluster analysis showed the existence of two profiles coach, one more than another driver. The Student t- test in-

dicated differences between groups so that those whose coach was less driver offered on the first shot, higher scores on the athlete opinion, autonomous behavior, autonomy, competence and relatedness with others, and lower in ego climate. These differences were increased in take two, which also significant differences in intrinsic motivation and self-confidence for precompetitive who trained technicians with less drivers were found. The results reflect the importance of coaching styles come to some drivers view of the adaptive effects that seem to lead to the passage of time in coaching athletes.

Keywords: Climate of equals, support autonomy, driver style, self-determination, confidence.

Resumo: Compatível com o quadro teórico fornecido pelo modelo hierárquico de motivação intrínseca e extrínseca (Vallerand, 1997), o presente trabalho analisou a existência de controladores de perfis técnicos em termos do que os motoristas que foram percebidos como percebido por seus atletas, bem os efeitos que estes estilos podem causar ao longo do tempo. 448 atletas participaram nadadores salva-vidas que completaram questionários duas vezes referindo-se ao mesmo clima, o apoio a autonomia, estilo de treinamento motorista, necessidades psicológicas básicas, motivação intrínseca e auto-confiança com pré-competitiva espaço-tempo entre os dois tiros seis meses. A análise de agrupamento mostrou a existência de treinador dois perfis, um a mais do que o outro motorista. O teste t de Student indicou diferenças entre os grupos, de modo que aqueles cujo treinador era menos motorista oferecido no primeiro tiro, maior pontuação na opinião atleta, comportamento autônomo, autonomia, competência e relacionamento com os outros, e menor no clima ego. Essas diferenças foram aumentadas em tomar dois, que foram encontradas também diferenças significativas na motivação intrínseca e auto-confiança para pré-competitivo que treinou técnicos com menos motoristas. Os resultados refletem a importância de estilos de treinamento vêm para alguns motoristas vista dos efeitos adaptativos que parecem levar à passagem do tempo em treinar atletas.

Palavras-chave: O mesmo clima, o apoio autonomia, estilo controlador, autodeterminación, a auto-confiança.

Numerosas investigaciones realizadas en el contexto deportivo han puesto de manifiesto la influencia que supone la

Dirección para correspondencia [Correspondence address]: Juan Antonio Moreno Murcia, Universidad Miguel Hernández de Elche, Centro de Investigación del Deporte. Avenida de la Universidad, s/n. 03202 Elche (Alicante). E-mail: j.moreno@umh.es

conducta del entrenador en las motivaciones de los deportistas (Balaguer, González, Castillo, Merce, y Duda, 2012), así como la importancia que adquiere sobre el rendimiento la autoconfianza que éstos presentan antes de participar en una competición (Hatzigeorgiadis, Zourbanos, Mpoupaki, y Theodorakis, 2009). Los estilos de entrenador con apoyo

a la autonomía en relación con la motivación autodeterminada han sido estudiados (Álvarez, Balaguer, Castillo, y Duda, 2009; Guillet, Vallerand, Amoura, y Baldes, 2010), en cambio, son escasos los trabajos que hayan analizado los estilos controladores. Por ello, parece interesante estudiar las influencias que pueden suponer estilos más o menos controladores en las motivaciones y autoconfianza de los deportistas, así como la evolución de dichos efectos a lo largo del tiempo.

Según la Teoría de la Autodeterminación (TAD; Deci y Ryan, 1985, 2000; Ryan y Deci, 2002, 2007) existen factores sociales tales como entrenadores, familia o amigos, que influyen en lo competentes, autónomos y bien relacionados (necesidades psicológicas básicas) que se encuentren los deportistas en los diferentes contextos sociales, lo cual favorecerá que éstos tengan un tipo u otro de motivación (más o menos autodeterminada). La teoría indica que motivaciones más autodeterminadas conducen a consecuencias más adaptativas (véase Ryan y Deci, 2002). Dentro del continuo de motivación, Deci y Ryan (1985) indican que la motivación intrínseca supone el compromiso de un participante con la actividad por el placer y el disfrute que le produce, siendo la práctica un fin en sí misma. Algunos estudios (Chantal, Guay, Dobrevá-Martinova, y Vallerand, 1996; Fortier, Vallerand, Brière, y Provecher, 1995; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007) la presentan como la más valorada por los deportistas. Dentro de los factores sociales más analizados desde la TAD en el deporte, están los estilos de entrenador y los climas percibidos por los deportistas (Biddle, Wang, Chatzisarantis y Spray, 2003; Ntoumanis y Biddle, 1999; Wang y Biddle, 2001). En línea con los postulados de la TAD estilos con mayor apoyo a la autonomía condujeron a una mayor satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y a su vez a motivaciones más autodeterminadas (Adie, Duda, y Ntoumanis, 2008; Guillet et al., 2010). Por otro lado, dado que la autoconfianza está relacionada con la creencia de los deportistas de estar preparados para la situación a la que se enfrentan (López-Torres, Torregrosa, y Roca, 2007; Tsopani, Dallas y Skordilis, 2011) ha sido entendida en el presente estudio como una consecuencia adaptativa dentro del marco que ofrece la TAD. En un estudio reciente realizado con chicas jóvenes de gimnasia rítmica (Tsopani et al., 2011) la autoconfianza predijo positivamente al rendimiento durante una competición. Hatzigeorgiadis et al. (2009) indican los efectos positivos que la autoconfianza presenta en el rendimiento de los deportistas, por su efecto mediador sobre la ansiedad, al igual que López Torres et al. (2007) en un estudio con nadadores de élite españoles, empleando entrevistas y una metodología retrospectiva. En cambio, a pesar de lo relevante que puede ser este constructo dentro del contexto deportivo, son escasos los estudios que aborden la autoconfianza precompetitiva desde la TAD. Los resultados de un estudio reciente (Montero, Moreno-Murcia, González-Cutre, y Cervelló, 2013) muestran que las nece-

sidades de competencia y relación predijeron positivamente la motivación autodeterminada la cual predijo a su vez la dirección de la autoconfianza precompetitiva en judocas. Conocedores de la influencia que supone el entrenador para los deportistas, se plantea comprobar la existencia de diferentes perfiles de entrenador en función de los controladores que se perciban por un grupo de deportistas de salvamento y socorrismo y como esta percepción del estilo controlador puede afectar en el tiempo en la percepción del clima de los iguales, entrenamiento a favor de la autonomía, necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y autoconfianza precompetitiva.

Método

Participantes

La muestra de este estudio estuvo compuesta por un total de 448 deportistas federados españoles, 200 chicos y 248 chicas, de edades comprendidas entre los 12 y los 37 años ($M = 15.24$, $DT = 3.06$), pertenecientes a 47 clubes de salvamento y socorrismo a nivel nacional. Estos deportistas practican como deporte principal el salvamento y socorrismo, deporte en que se cumplimentan técnicas de posibles rescates reales, con técnicas que solo buscan la velocidad como fin último. Para mayor enriquecimiento de esta modalidad deportiva, no solo se realizan entrenamientos en piscina sino que también se realizan en mar y playa.

Instrumentos

Clima motivacional de los iguales. Para ello se utilizó el *Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire* (PeerM-cysQ) de Ntoumanis y Vazou (2005), validada al contexto español por Moreno-Murcia, Conte, Martínez Galindo, Alonso, González-Cutre, y Cervelló (2011), que analiza el clima motivacional percibido en los iguales. El cuestionario está compuesto de 21 ítems, y agrupados en dos factores primarios: clima tarea (doce ítems, e.g. "Se ayudan unos a otros a que se mejore") y clima ego (nueve ítems, e.g. "Intentan hacerlo mejor que los compañeros/as del grupo"). Dicho cuestionario utiliza una escala tipo Likert del 1 (*Totalmente en desacuerdo*) al 7 (*Totalmente de acuerdo*) y fue precedida de la sentencia "En tu grupo de entrenamiento la mayoría de los compañeros/as...". La consistencia interna del clima tarea fue de .93 y del clima ego de .70, en la toma inicial y de .93 para el clima tarea y .70 para el clima ego, en la toma final.

Apoyo a la autonomía. Se utilizó la traducción al castellano (*Cuestionario del Entrenamiento a Favor de la Autonomía, ASCQ*) del *Autonomy-Supportive Coaching Questionnaire* de Conroy y Coatsworth (2007) validada al contexto español por Conde, Sáenz-López, Carmona, González-Cutre, Mar-

tínez-Galindo, y Moreno (2010). Este cuestionario estaba compuesto por un total de nueve ítems agrupados en dos dimensiones: cinco ítems que medían el interés en la opinión del deportista (e.g. “Mi entrenador me permite elegir sobre lo que hacemos en el entrenamiento”) y cuatro ítems que evaluaban la valoración del comportamiento autónomo (e.g. “Mi entrenador me valora por las cosas que elijo hacer en el entrenamiento”). El cuestionario estaba encabezado por la frase “En mis entrenamientos...”, respondiéndose mediante una escala de respuesta tipo Likert de 1 (*Totalmente en desacuerdo*) a 7 (*Totalmente de acuerdo*). En la dimensión de opinión del deportista referente a la toma inicial, la consistencia interna fue de .86, mientras que en la toma final fue de .80. Respecto a la dimensión del comportamiento autónomo la consistencia inicial fue de .80 en la toma inicial y de .86 en la toma final.

Estilo controlador. Para ello se utilizó la *Controlling Coach Behaviors Scale* (CCBS), de Bartholomew, Ntoumanis, y Thøgersen-Ntoumani (2010) validada al contexto español por Castillo et al. (2010, 2014), que analiza la forma que tiene el entrenador de controlar a los deportistas en el entrenamiento y como lo ven estos. Para ello el cuestionario está compuesto de 15 ítems agrupados en cuatro factores: uso de recompensas (cuatro ítems, e.g. “Mi entrenador/a me motiva prometiéndome una recompensa si lo hago bien”), considerar la condición negativa (cuatro ítems, e.g. “Mi entrenador/a se enfada conmigo si no me esfuerzo en ver las cosas como el/ella”), uso de la intimidación (cuatro ítems, e.g. “Mi entrenador/a me grita delante de los demás para que haga las tareas o ejercicios”) y excesivo control personal (tres ítems e.g. “Mi entrenador/a trata de controlar lo que hago en mi tiempo libre”). Dicho cuestionario utiliza una escala tipo Likert, que va desde 1 (*Totalmente de acuerdo*) a 7 (*Totalmente en desacuerdo*). La consistencia interna de los factores en la toma inicial y final fue de .75 para el uso de recompensas, .75 para la condición negativa, .80 para la intimidación y .85 para el excesivo control.

Necesidades psicológicas básicas. Se utilizó la *Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio* (BPNES), validada al contexto español por Moreno, González-Cutre, Chillón, y Parra (2008), de la *Basic Psychological Needs in Exercise Scale* (Vlachopoulos y Michailidou, 2006). Dicha escala estaba compuesta por un total de 12 ítems distribuidos en tres factores de cuatro ítems cada uno: competencia (e.g. “He tenido una gran progresión con respecto al resultado conseguido”), autonomía (e.g. “El programa de entrenamiento que sigo se ajusta a mis intereses”) y relación con los demás (e.g. “Me siento muy cómodo/a cuando hago ejercicio con los/as demás deportistas”) encabezados por el enunciado “En mis entrenamientos...”, y evaluados a través de una escala Likert que iba de 1 (*Totalmente en desacuerdo*) a 5 (*Totalmente de acuerdo*). La consistencia interna obtenida fue de .65 y .64 para la competencia, .72 y .73 para la autonomía y de .79 y .80 para la relación con los demás, para la toma inicial y

final respectivamente. La subescala de competencia mostró un valor alfa inferior al recomendado (Nunnally, 1978). Sin embargo, al estar compuesta por pocos ítems la validez interna observada podía ser marginalmente aceptada (Hair, Anderson, Tatham, y Black, 1998)

Motivación intrínseca. Se emplearon los factores de motivación intrínseca de la *Sport Motivation Scale* de Brière, Vallerand, Blais y Pelletier (1995) y Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Brière, y Blais, (1995) validada al contexto español por Núñez, Martín-Albo, Navarro, y González (2006). Utilizamos los doce ítems que hacen referencia a la motivación intrínseca, distribuidos en tres factores de cuatro ítems cada uno; motivación intrínseca hacia el conocimiento (e.g. “Por el placer de saber más sobre el deporte que practico”), motivación intrínseca hacia la estimulación (e.g. “Por el placer de vivir experiencias estimulantes”) y motivación intrínseca hacia la ejecución (e.g. “Porque me siento muy satisfecho-a cuando consigo realizar adecuadamente las técnicas de entrenamiento difíciles”), encabezados por el enunciado “Participo y me esfuerzo en la práctica de mi deporte...”, que se responden con una escala tipo Likert que va de 1 (*Totalmente en desacuerdo*) a 5 (*Totalmente de acuerdo*). La consistencia interna obtenida fue de .82 y .83 para la motivación intrínseca hacia el conocimiento, .77 y .78 para la motivación intrínseca hacia la estimulación, .80 y .81 para la motivación intrínseca hacia la ejecución y de .91 y .90 para motivación intrínseca total en la toma inicial y final respectivamente.

Autoconfianza precompetitiva. Para medir la autoconfianza precompetitiva se utilizó la dimensión *autoconfianza* de la *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) de Martens, Burton, Vealey, Bump, y Smith (1990), validada al contexto español por Jaenes (1999). Está compuesta por cinco ítems (e.g. “Estoy seguro de que puedo hacer frente al desafío”) precedidos de la frase “¿Cómo te sientes antes de la competición?”. Cada ítem se responde en una escala Likert de 4 puntos donde 1 corresponde a *Nada* y 4 a *Mucho*. La consistencia interna en la toma inicial fue de .89, y en la toma final de .75.

Procedimiento

La recogida de datos se desarrolló en dos momentos diferenciados (toma inicial y toma final) espaciados por un periodo de seis meses. La toma inicial constó de tres fases bien diferenciadas. En la primera fase nos pusimos en contacto con la dirección deportiva de la Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo, para solicitar su consentimiento y apoyo en el proceso de recogida de datos. Una vez obtenido el apoyo de la federación, se pasó a la segunda fase consistente en pedir el consentimiento a los delegados, entrenadores y padres de los deportistas para pasarles los cuestionarios, explicándoles la

finalidad de los mismos. La última fase fue la de reunir a cada grupo de deportistas en las instalaciones de sus respectivos clubes, explicarles la dinámica de los cuestionarios, repartirlos y comenzar a cumplimentarlos. Todas y cada una de las explicaciones y reuniones con los delegados/responsables y los deportistas, fueron realizadas por el investigador principal del estudio. La media de tiempo para completar los cuestionarios fue de unos 25 minutos, variando este tiempo según la edad de los deportistas. Para realizar la toma final de datos, transcurridos seis meses de la toma inicial, al tener ya todos los trámites realizados, sólo volvimos a pasar los cuestionarios.

Análisis de datos

Se realizaron análisis descriptivos y de correlación de todas las variables. Para calcular la consistencia interna de los instrumentos se utilizó el alfa de Crombach. Posteriormente se realizó un análisis cluster con la finalidad de encontrar distintos perfiles utilizando el estilo controlador por parte del entrenador tanto en la toma inicial como en la toma final. Para comprobar las posibles diferencias de los perfiles obtenidos respecto a las dos tomas se llevó a cabo una prueba t-Student para muestras independientes. Para el tratamiento de los datos se utilizó el paquete estadístico SPSS v.21.

Resultados

Análisis de correlación

Las dimensiones del estilo controlador correlacionaron positivamente entre sí y negativamente con el resto de variables exceptuando con el clima ego que fue positiva. El uso de las recompensas correlacionó negativamente con la relación con los demás; la condición negativa correlacionó negativamente con la opinión del deportista, autonomía, competencia y relación con los demás; la intimidación correlacionó negativamente con comportamiento autónomo, autonomía y competencia; control externo correlacionó negativamente con el comportamiento autónomo, autonomía, competencia y relación con los demás. El clima tarea correlacionó negativamente con el clima ego y positivamente con el resto de variables. El clima ego correlaciona positivamente con comportamiento autónomo, autonomía y motivación intrínseca. La opinión del deportista y el comportamiento autónomo correlacionaron positivamente con todas las variables excepto con la opinión del deportista con la relación con los demás. Autonomía, competencia, relación con los demás, motivación intrínseca y autoconfianza correlacionan positivamente con el resto de variables no indicadas anteriormente.

Tabla 1. Análisis de Correlación Entre Todas las Variables

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Uso de recompensa	-	.65**	.60**	.60**	-.01	.30**	.00	.04	-.02	-.03	-.12*	.02	-.02
2. Condición negativa		-	.80**	.67**	-.06	.37**	-.09*	-.04	-.11*	-.11*	-.12**	-.02	.03
3. Intimidación			-	.75**	.02	.34**	-.07	-.13**	-.13**	-.17**	-.09	-.03	-.02
4. Control excesivo				-	-.05	.27**	-.01	-.10*	-.10*	-.13**	-.16**	-.07	.02
5. Clima tarea					-	-.25**	.28**	.31**	.40**	.29**	.51**	.40**	.26**
6. Clima ego						-	.05	.14**	.10*	.07	.02	.21**	.06
7. Opinión deportista							-	.74**	.50**	.29**	.05	.23**	.24**
8. Comportamiento autónomo								-	.50**	.37**	.09*	.29**	.36**
9. Autonomía									-	.53**	.21**	.46**	.45**
10. Competencia										-	.26**	.54**	.37**
11. Relación con los demás											-	.40**	.16**
12. Motivación intrínseca												-	.30**
13. Autoconfianza													-

Nota: * $p < .05$; ** $p < .001$

Análisis de cluster

Para la realización del análisis de cluster, se siguieron las fases propuestas por Hair et al. (1998). En primer lugar, se observó la existencia de casos perdidos en algunas de las variables estudiadas, siendo excluidos de la muestra de estudio. En segundo lugar, se estandarizaron todas las variables usando

las puntuaciones Z , no encontrando ninguna puntuación por encima de 3, lo que implicó la inexistencia de clasificaciones outliers o casos perdidos en la totalidad de la muestra. En el siguiente paso, la distribución univariada de todas las variables agrupadas fue examinada para su normalidad.

Para determinar los grupos existentes en la toma inicial, se realizó un análisis de conglomerados jerárquicos utilizando

el método Ward. El dendograma obtenido sugirió la existencia de dos grupos. Concluimos, por tanto, que existían dos perfiles controladores distintos en la toma inicial (Figura 1): Un perfil (cluster 1), que aglutina aquellos deportistas cuyos entrenadores presentan un sistema de trabajo menos

controlador, con puntuaciones más bajas en uso de recompensas, condición negativa, intimidación y control excesivo; y un perfil con puntuaciones altas en todas estas variables, correspondiente a los deportistas cuyos entrenadores poseen un perfil controlador (cluster 2).

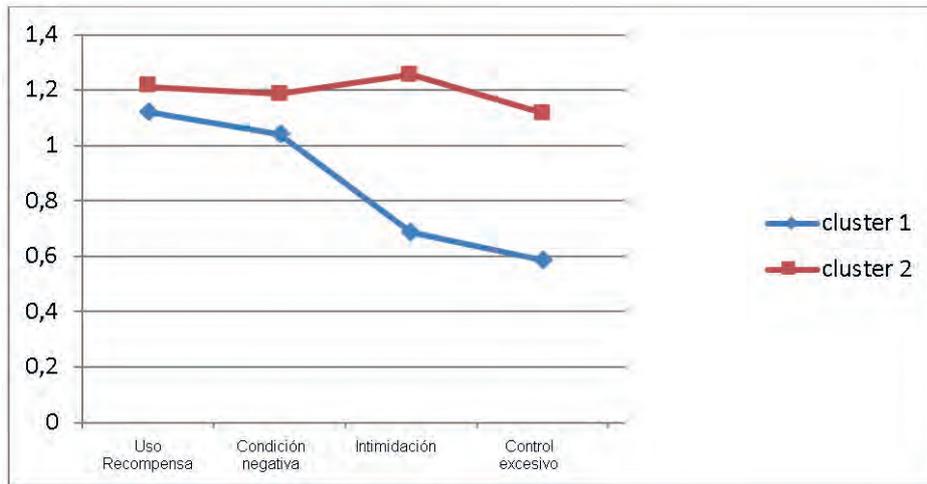


Figura 1. Cluster de Toma Inicial.

Del mismo modo y siguiendo los mismos pasos anteriores se determinó la agrupación de los deportistas con k medias, atendiendo a los resultados de la toma final (Figura 2). Se obtuvieron dos perfiles, apreciándose en el cluster 1, unos deportistas que percibieron un estilo menos controlador, con

puntuaciones más bajas en uso de recompensas, condición negativa, intimidación y control excesivo; y un perfil con puntuaciones altas en todas estas variables, que corresponde a unos deportistas que percibieron un estilo más controlador (cluster 2), con puntuaciones altas en todas las variables.

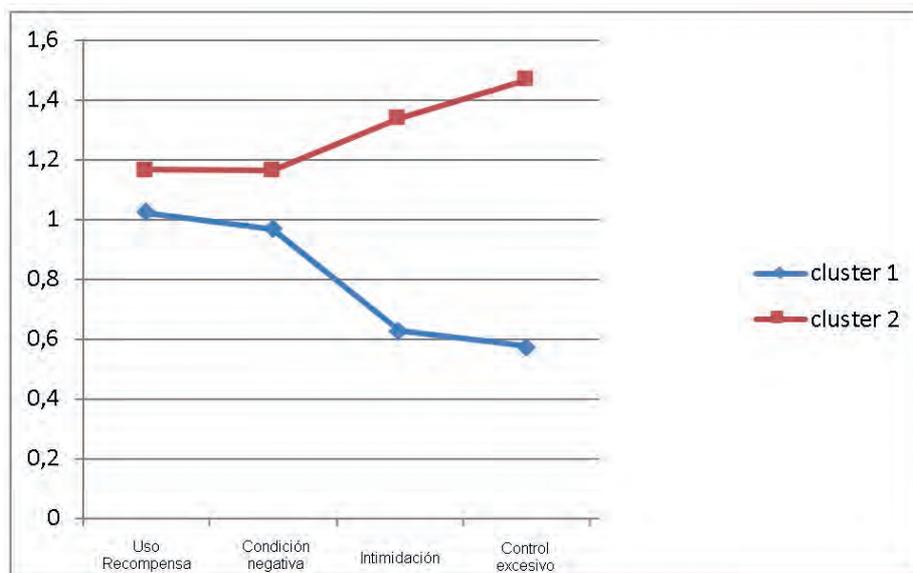


Figura 2. Cluster de Toma Final

Diferencias temporales

Como se presenta en la Tabla 2, se obtuvieron diferencias (Wilks' $\Lambda = .73$, $F(15,432) = 10.46$, $p > .05$) en la toma inicial a favor del perfil denominado menos controlador en el comportamiento autónomo ($F(15,432) = 17.86$, $p < .05$), opinión del deportista ($F(15,432) = 7.64$, $p < .05$), autonomía ($F(15,432) = 10.42$, $p < .05$), competencia ($F(15,432) = 27.40$, $p < .05$), relación con los demás ($F(15,432) = 12.98$, $p < .05$). Mientras que las diferencias resultaron favorables al perfil denominado controlador en clima ego ($F(15,432)$

= 31.19, $p < .05$). En la toma final las diferencias (Wilks' $\Lambda = .70$, $F(15,432) = 10.46$, $p > .05$) fueron a favor del perfil menos controlador, concretamente en opinión del deportista ($F(15,432) = 8.80$, $p < .05$), comportamiento autónomo ($F(15,432) = 18.35$, $p < .05$), autonomía ($F(15,432) = 13.45$, $p < .05$), competencia ($F(15,432) = 20.44$, $p < .05$), relación con los demás ($F(15,432) = 17.42$, $p < .05$), motivación intrínseca ($F(15,432) = 15.87$, $p < .05$) y autoconfianza ($F(15,432) = 4.52$, $p < .05$). Mientras que a favor del perfil controlador resultó la variable clima ego ($F(15,432) = 46.39$, $p < .05$).

Tabla 2. Estadísticos Descriptivos para las Medidas de las Variables Dependientes.

Variables		Toma inicial (<i>n</i> = 448)		Toma final (<i>n</i> = 448)	
		<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>
Clima tarea	Perfil menos controlador	5.10	1.37	5.10	1.39
	Perfil controlador	4.89	1.08	4.97	1.10
Clima ego	Perfil menos controlador	3.83	.93	3.79	.93
	Perfil controlador	4.43**	1.01	4.48**	1.00
Opinión del deportista	Perfil menos controlador	3.75*	1.47	3.78*	1.45
	Perfil controlador	3.29	1.58	3.31	1.66
Comportamiento autónomo	Perfil menos controlador	4.72**	1.40	4.77**	1.33
	Perfil controlador	4.04	1.55	4.11	1.72
Autonomía	Perfil menos controlador	3.60*	.76	3.62**	.73
	Perfil controlador	3.32	.83	3.31	.89
Competencia	Perfil menos controlador	4.14**	.56	4.15**	.56
	Perfil controlador	3.79	.74	3.86	.72
Relación con los demás	Perfil menos controlador	4.47**	.63	4.48*	.63
	Perfil controlador	4.21	.71	4.27	.70
Motivación intrínseca	Perfil menos controlador	4.07	.83	4.25*	.84
	Perfil controlador	3.95	.75	3.99	.76
Autoconfianza precompetitiva	Perfil menos controlador	3.44	.61	3.46*	.58
	Perfil controlador	3.35	.65	3.32	.73

Nota: * $p < .05$; ** $p < .001$

Discusión y conclusiones

El presente estudio se diseñó para analizar la existencia de diferentes perfiles de entrenadores de salvamento y socorrista, en función de los controladores que los percibían sus deportistas, con el fin de comprobar, bajo el marco teórico que ofrece la TAD (Deci y Ryan, 1985, 2000; Ryan y Deci, 2002, 2007) y el Modelo Jerárquico de Vallerand (1997), las diferentes influencias que pudieran suponer dichos estilos sobre los deportistas (Collin, Ryan, y Simon, 2014). Para ello se confirmó, a través de un análisis de cluster, la existencia de un estilo de entrenador controlador y otro menos controlador,

caracterizado este último por bajas puntuaciones en el uso de recompensas, condición negativa, intimidación y control personal. Los deportistas que percibieron a sus entrenadores bajo un perfil poco controlador presentaron diferencias con respecto al grupo que entrenaba bajo el mando de entrenadores controladores, de modo que los primeros sintieron que en los entrenamientos contaban más sus opiniones, y se valoraba más positivamente su comportamiento autónomo. Éstos, además se percibieron más competentes, autónomos y mejor relacionados que los que entrenaban con un técnico más controlador. Resultados parecidos se obtuvieron en un estudio realizado con deportistas de diferentes disciplinas (Balaguer,

Castillo, y Duda, 2008) en el que el apoyo a la autonomía percibido predijo la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, que a su vez predijeron la motivación autodeterminada y la autoestima. Además, en nuestro estudio, los nadadores que percibieron como controladores a sus entrenadores, mostraron mayor clima ego percibido por parte de los iguales. Estos resultados parecen indicar que cuando los entrenadores usan más las recompensas, se enfadan con los deportistas si no hacen lo que él espera, los intimida y pretende controlar lo que hacen fuera de los entrenamientos, está contribuyendo a que entre los compañeros se fomente un clima en el que se entiende como éxito ser mejor que los demás, por encima de las mejoras autoreferenciales. Recordemos que generalmente los climas ego han obtenido relaciones con motivaciones menos autodeterminadas en estudios previos realizados en deporte (Guzmán, Carratalá, García-Ferriol, y Carratalá, 2006).

Tras un periodo de seis meses, los deportistas continuaron percibiendo a sus entrenadores bajo el mismo perfil que lo hicieron la primera vez que se les midió, con lo que los efectos analizados en el resto de variables podrían deberse precisamente a los efectos que producen en los deportistas esos estilos más o menos controladores en cada caso. Estos resultados están en línea con los postulados de la TAD y confirman los efectos positivos de un perfil poco controlador de entrenador sobre uno más controlador, teniendo en cuenta las relaciones halladas en estudios previos entre la motivación autodeterminada y consecuencias adaptativas tales como adherencia (Pelletier, Fortier, Vallerand, y Brière, 2001), respuestas afectivas (Treasure, Standage, Lemyre, y Ntoumanis, 2004) o bienestar (Gagne, Ryan, y Bargmann, 2003; Torregrosa, Belando, y Moreno-Murcia, 2014), entre otras. También se pone de manifiesto que los entrenadores con perfil menos controlador parecen contribuir en mayor medida a que los deportistas aumenten sus niveles de autoconfianza antes de competir que aquellos percibidos como controladores, con lo que eso conlleva por la relación positiva entre autoconfianza precompetitiva y rendimiento (Tsopani et al., 2011).

A la vista de los resultados, creemos que se aporta información relevante acerca del peso del estilo de entrenador controlador, y cómo se acentúa en el tiempo el efecto que éste tiene sobre la motivación de los deportistas. Además, desde el Modelo Jerárquico de Vallerand (1997), nuestro trabajo aborda variables a nivel contextual (factores sociales, necesidades psicológicas básicas y motivación) y situacional (autoconfianza precompetitiva entendida como una consecuencia motivacional) con lo que contribuye a seguir comprendiendo las relaciones existentes entre los diferentes niveles de generalidad. No obstante, se recomienda seguir investigando en esta línea con deportistas y entrenadores de diferentes disciplinas y en periodos de tiempo más prolongados, analizando las posibles diferencias por género, así como analizar un mayor número de consecuencias motivacionales que puedan ser relevantes

en el contexto deportivo de competición, como podría ser el propio rendimiento. Recordemos que Guillet et al. (2010) ya encontró que un estilo con apoyo a la autonomía predijo la motivación autodeterminada contextual de judocas de competición franceses, la cual predijo la motivación autodeterminada a nivel situacional (antes de competir), y ésta a su vez al rendimiento objetivo medido como resultado.

En conclusión los resultados del estudio ofrecen un apoyo a la TAD en el contexto del deporte de competición, y corroboran la importancia de que los entrenadores se alejen de los estilos controladores.

Aplicaciones prácticas

Variados son los estudios que ofrecen propuestas de intervención sobre la motivación y autonomía en programas de ejercicio físico y entrenamiento a distintos colectivos desarrollados en el medio terrestre y acuático. Apoyándonos en algunas de estas propuestas, y en los resultados obtenidos en este trabajo de investigación, como objetivo general pretendemos ofrecer una serie de estrategias de intervención pedagógicas que puedan servir de herramientas para conseguir una mayor motivación y disfrute en las horas de entrenamiento y en las sesiones competitivas, con la finalidad de obtener una mayor satisfacción con la práctica deportiva.

- Incluir en la planificación del deportista momentos de toma de decisión directa del mismo, que influya en su ejecución. Por ejemplo, en una sesión con aletas, proponerle que durante un tiempo de realización concreto y con la condición de usar las aletas, realice el nado, los desplazamientos y se organice ese tiempo como él considere.

- Alejarse de sistemas de trabajo del tipo controlador. El entrenador debe tener claro el papel que desempeña en el desarrollo personal y físico del deportista, e ir influyendo en él medida que nos demande mayor implicación en ella, no avasallar en sus planteamientos vitales. Por ejemplo, hacerle ver al grupo la importancia de una buena alimentación y tiempos de descanso, en el rendimiento competitivo, y posteriormente establecer unas pautas de actuación pero sin llegar a tener un control sobre ellas.

- Incluir de forma clara y contundente el reflejar las sensaciones obtenidas en la ejecución de las acciones encomendadas, inmediatamente después de su realización, para ponerlas en relación con la forma de trabajar previa. Por ejemplo, de nada sirve plantear una sesión de entrenamiento a gran intensidad, sin saber cuáles son las sensaciones que el deportista experimenta, durante y después de este tipo de trabajos (fatiga, sensaciones placenteras de esfuerzo, superación, frustración, etc.). Y para ello, de forma metódica y planificada, se podría obtener información del deportista en cada una de las sesiones previas de trabajo, preguntando de forma directa sus sensaciones, motivacio-

nes y cansancios. De esta forma, se obtiene información valiosa sobre el deportista y ellos se acostumbran a expresar sus sensaciones verbalmente, enriqueciendo, no solo su experiencia de entreno personal, sino también la grupal, al ponerlo en común con los compañeros. Una planilla de seguimiento personalizada puede ser una buena herramienta de trabajo en este caso.

- Mejorar la sensación grupal y de equipo. En un deporte

como el salvamento y socorrismo, donde el trabajo, en su mayoría se realiza sin posibilidad de comunicación en su ejecución (dentro del agua), sería interesante planificar momentos de puesta en común. Por ejemplo, hacer una sesión “en seco” donde el único objetivo sea charlar sobre el próximo objetivo común del equipo, y como afrontar el mismo, dando la posibilidad a cada uno que exprese sus pensamientos de cómo puede él aportar en el éxito del conjunto.

Referencias

- Adie, J. W., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation & Emotion*, 32, 189-199.
- Álvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2009). Coach Autonomy Support and Quality of Sport Engagement in Young Soccer Players. *Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 138-148
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 123-139.
- Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Juan Mercé, J., Duda, J. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well- and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1619-1629.
- 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 & Exercise Psychology*, 32, 193-216.
- Biddle, S. J. H., Wang, C. K. J., Chatzisarantis, N. L. D., y Spray, C. M. (2003). Motivation for physical activity in young people: Entity and incremental beliefs about athletic ability. *Journal of Sports Sciences*, 21(12), 973-989.
- Brière, N., Vallerand, R., Blais, N., y Pelletier, L. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: l'Échelle de motivation dans les sports (ÉMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26, 465-489.
- Castillo, I., Fabra, P., Marcos, D., González, L., Bartholomew, K. J., Fuentes, A., y Balaguer, I. (2010). El estilo controlador del técnico deportivo: análisis de las propiedades psicométricas. En J. Cruz, (Ed.), *Adaptation and validation of questionnaires in Sport Psychology*. Symposium conducted at VII Iberoamerican Congress of Psychology, Oviedo, Asturias.
- Castillo, I., Tomás, I., Ntoumanis, N., Bartholomew, K. J., Duda, J. L., y Balaguer, I. (2014). Psychometric properties of the Spanish version of the Controlling Coach Behaviors Scale in the sport context. *Psicothema*, 26(3), 409-414.
- Chantal, Y., Guay, F., Dobrevá-Martínova, T., y Vallerand, R. J. (1996). Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 173-182.
- Collin, J. L., Ryan G., y Simon J. R. (2014). Exploring the value of a coach intervention process within women's youth soccer: a case study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(3), 245-257.
- Conde, C., Sáenz-López, Carmona, J., González-Cutre, D., Martínez Galindo, C., y Moreno, J. A. (2010). Validación del Cuestionario de Percepción de Soporte de la Autonomía en el Proceso de Entrenamiento (ASCQ) en jóvenes deportistas españoles. *Estudios de Psicología*, 31(2), 145-157.
- Conroy, D., y Coatsworth, J. (2007). Assessing autonomy-supportive coaching strategies in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 671-684.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Brière, N. M., y Provencher, P. J. (1995). Competitive and recreational sport structures and gender: A test of their relationship with sport motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 24-39.
- 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, 372-390.
- Guillet, N., Vallerand, R.J., Amoura, S. y Baldes, B. (2010). Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the Hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 155-161.
- Guzmán, J. F., Carratalá, E., García-Ferriol, A., y Carratalá, V. (2006). Propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva. *European Journal of Human Movement*, 16, 85-98.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., y Black, W. C. (1998). *Multivariate Data Analysis*. Upper Saddle River, New Jersey: Prentice-Hall.
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos N., Mpoumpaki, S., y Theodorakis, Y. (2009). Mechanisms underlying the self-talk – performance relationship: The effects of self-talk on self-confidence and anxiety. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 186-192.
- Jaenes, J. C. (1999). Adaptación española del test CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory-2): Un estudio en corredores españoles de maratón. En G. Nieto-García y J. Ginés de los Fayos (Eds.), *Psicología de la actividad física y el deporte: Investigación y aplicación* (pp. 97). Murcia: Sociedad Murciana de la Actividad Física y del Deporte.
- López-Torres, M., Torregrosa, M., y Roca, J. (2007). Características del «Flow», ansiedad y estado emocional en relación con el rendimiento de deportistas de elite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7(1), 25-44.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A., y Smith, D. (1990). The Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). En R. Martens, R. S. Vealey, y D. Burton (Eds.), *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 77-98). Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Montero, C., Moreno, J. A., González-Cutre, D., y Cervelló, E. (2013). Motivación, dirección de la autoconfianza y flow en judokas de alto nivel. *European Journal of Human Movement*, 31, 1-16.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 35-51.
- Moreno, J. A., Conte, L., Martínez Galindo, C., Alonso, N., González-Cutre, D., y Cervelló, E. (2011). Propiedades psicométricas del Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire (PeerM-

- CYSQ) con una muestra de deportistas españoles. Psychometric properties of the Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire (PeerMCYSQ) with a sample of Spanish athletes. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 101-118.
27. Moreno, J. A., González-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.
 28. Ntoumanis, N., y Biddle, S. (1999) A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sports Sciences* 17, 643-665.
 29. Ntoumanis, N., y Vazou, S. (2005). Peer motivational climate in youth sport: Measurement development and validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27, 432-455.
 30. Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill.
 31. Núñez, J. L., Martín-Albo, J. Navarro, J. G., y González, V. M. (2006). Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 102, 919-930.
 32. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J. y Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
 33. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., 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, 35-53.
 34. Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
 35. Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2002). *An overview of self-determination theory*. In E. L. Deci, y R. M. Ryan (Eds), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). Rochester, NY: university of Rochester Press.
 36. Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2007). Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M. S. Hagger, y N. L. D. Chatzisarantis (Eds), *Self-determination theory in exercise and sport* (pp. 1-19). Champaign, IL: Human kinetics.
 37. Torregrosa, D., Belando, N., y Moreno-Murcia, J. A. (2014). Predicción de la satisfacción con la vida en practicantes de ejercicio físico saludable. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, 117-122.
 38. Treasure, D. C., Standage, M., Lemyre, P. N., y Ntoumanis, N. (2004). *A longitudinal examination of motivation orientation and basic needs satisfaction in a sample of elite level swimming*. Paper presented at the Second International Conference on Self-Determination Theory, Ottawa, Ontario.
 39. Tsopani, D., Dallas, G., y Skordilis, E. K. (2011). Competitive state anxiety and performance in young female rhythmic gymnasts. *Perceptual and Motor Skills*, 112, 549-560.
 40. Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 271-360). New York: Academic Press.
 41. Vlachopoulos, S. P., y Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness: the Basic Psychological Needs in Exercise Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 10, 179-201.
 42. Wang, C. K. J., y Biddle, S. J. H. (2001) Young people's motivational profiles in physical activity: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 1-22.

