

Ramírez-Muñoz, A., Capdevila-Seder, A. y Moreta, E. (2026). Liderazgo femenino en el atletismo: perfiles motivacionales, necesidades psicológicas y promoción del bienestar. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 26(3), 170-187

Liderazgo femenino en el atletismo: perfiles motivacionales, necesidades psicológicas y promoción del bienestar

Women's leadership in athletics: motivational profiles, psychological needs, and promotion of well-being

Liderança feminina no atletismo: perfis motivacionais, necessidades psicológicas e promoção do bem-estar

Ramírez-Muñoz, Amaia¹; Capdevila-Seder, Ana²; Moreta, Eva³

¹Universidad Internacional de La Rioja, España; ²Universidad Jaume I de Castellón, España;

³Universidad Pontificia de Salamanca, España

RESUMEN

Este estudio analizó, desde la perspectiva de la Teoría de la Autodeterminación, la relación entre la calidad de la motivación, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y las conductas percibidas de las entrenadoras de atletismo en la promoción del bienestar de las personas deportistas. Participaron 106 entrenadoras españolas, exatletas de alto nivel ($M = 42.44$; $DT = 10.87$), quienes completaron la Escala de Motivación para Entrenadores, la Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas para Entrenadores y la Escala de Percepción de Promoción del Bienestar para Entrenadores. Los resultados indicaron una relación positiva y estadísticamente significativa entre la motivación autodeterminada y el nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Además, la satisfacción de estas necesidades se asoció con conductas de apoyo al bienestar, en particular en lo que respecta a la competencia y al apoyo a la competencia ($p = .55$, $p < .001$). Asimismo, se identificaron tres perfiles motivacionales: autodeterminado, mixto y bajo en autodeterminación. El perfil autodeterminado presentó niveles más altos de satisfacción de necesidades y de conductas de apoyo al bienestar, sin diferencias en la conducta de castigo. Las diferencias entre perfiles en necesidades psicológicas básicas y conductas de apoyo al bienestar mostraron tamaños del efecto grandes ($\eta^2p = .192-.567$). Los resultados subrayan la relevancia de promover contextos laborales que favorezcan la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación autodeterminada en las entrenadoras, como vía para potenciar climas de entrenamiento saludables orientados al bienestar.

Palabras clave: teoría de la autodeterminación, necesidades psicológicas básicas, apoyo a la autonomía, perfiles motivacionales, liderazgo deportivo femenino.

ABSTRACT

This study analyzed, from the perspective of Self-Determination Theory, the relationship between the quality of motivation, the satisfaction of basic psychological needs, and perceived behaviors that promote the well-being of athletes through athletics coaches. A total of 106 Spanish coaches, former high-level athletes ($M = 42.44$; $SD = 10.87$), participated; they completed the Motivation Scale for Coaches, the Satisfaction of Psychological Needs

Scale for Coaches, and the Perception of Well-being Promotion Scale for Coaches. The results indicated a positive and statistically significant relationship between autonomous motivation and the level of satisfaction of basic psychological needs. Furthermore, the satisfaction of these needs was linked to behaviors that support well-being, particularly competence and support for competence ($p = .55$, $p < .001$). Three motivational profiles were also identified: autonomous, mixed, and low autonomous. The autonomous profile showed higher levels of need satisfaction and behaviors supporting well-being, with no differences in punitive behaviors. Differences between profiles in basic psychological needs and well-being-supportive behaviors showed large effect sizes ($\eta^2p = .192-.567$). The findings emphasize the importance of fostering work environments that promote the satisfaction of basic psychological needs and autonomous motivation in coaches, as a means to enhance healthy training climates focused on well-being.

Keywords: self-determination theory, basic psychological needs, autonomy-supportive coaching, motivational profiles, women's leadership in sport.

RESUMO

Este estudo analisou, sob a perspectiva da Teoria da Autodeterminação, a relação entre a qualidade da motivação, a satisfação das necessidades psicológicas básicas e os comportamentos percebidos na promoção do bem-estar das atletas por parte de treinadoras de atletismo. Participaram 106 treinadoras espanholas, ex-atletas de alto nível ($M = 42.44$; $DT = 10.87$), que preencheram a Escala de Motivação para Treinadoras, a Escala de Satisfação das Necessidades Psicológicas para Treinadoras e a Escala de Percepção de Promoção do Bem-Estar para Treinadoras. Os resultados indicaram uma relação positiva e estatisticamente significativa entre a motivação autodeterminada e o nível de satisfação das necessidades psicológicas básicas. Além disso, a satisfação dessas necessidades esteve associada a comportamentos de apoio ao bem-estar, nomeadamente no que diz respeito à competência e ao apoio à competência ($p = .55$, $p < .001$). Foram também identificados três perfis motivacionais: autodeterminado, misto e de baixo nível de autodeterminação. O perfil autodeterminado apresentou níveis mais elevados de satisfação das necessidades e de comportamentos de apoio ao bem-estar, sem diferenças nos comportamentos de punição. As diferenças entre perfis nas necessidades psicológicas básicas e nos comportamentos de apoio ao bem-estar mostraram tamanhos de efeito elevados ($\eta^2p = .192-.567$). Os resultados reforçam a importância de promover contextos laborais que favoreçam a satisfação das necessidades psicológicas básicas e uma motivação autodeterminada nas treinadoras, como forma de potenciar ambientes de treino saudáveis orientados para o bem-estar.

Palavras chave: teoria da autodeterminação, necessidades psicológicas básicas, apoio à autonomia, perfis motivacionais, liderança feminina no desporto.

INTRODUCCIÓN

Aunque en las últimas décadas se han creado planes de acción para lograr una igualdad real entre mujeres y hombres en el deporte, los avances siguen siendo limitados. La literatura actual muestra que el deporte, como institución social, reproduce dinámicas estructurales de desigualdad de género que se manifiestan en la participación, el reconocimiento simbólico y las condiciones económicas de las mujeres (Flores et al., 2021; Walton et al., 2024). La brecha de género sigue siendo un problema transversal en el sistema deportivo que afecta a aspectos como la participación (Flores et al., 2021), los puestos de liderazgo (Kuntz y Moorfield, 2024) y la producción científica (Walton et al., 2024).

En el contexto español, los datos disponibles indican que la representación de las mujeres en puestos técnicos deportivos sigue siendo muy inferior a la de los hombres (Consejo Superior de Deportes [CSD], 2023; Hinojosa-Alcalde et al., 2018). En el atletismo, una disciplina con una participación relativamente equilibrada entre mujeres

Liderazgo femenino en el atletismo

y hombres como deportistas, dicha igualdad no se refleja en los roles técnicos, donde la presencia de entrenadoras disminuye progresivamente a medida que aumentan el nivel de especialización y la responsabilidad.

Según Norman (2010), esta infrarrepresentación evidencia la existencia de barreras estructurales persistentes para las mujeres en el ámbito del entrenamiento deportivo, tanto para acceder a él como para su desarrollo profesional. Estas desigualdades, según LaVoi y Dutove (2012), provienen tanto de factores estructurales —distribución de oportunidades, recursos y poder— como de factores socioculturales —estereotipos de género, conciliación de vida personal y profesional, falta de referentes femeninos—. Estos aspectos, además de afectar la identidad y legitimidad de las entrenadoras, limitan su trayectoria personal (Burton y LaVoi, 2016) y perpetúan dinámicas de desigualdad en el contexto deportivo y de competición (Knoppers y Anthonissen, 2008).

Además de estos factores contextuales, es crucial considerar los procesos psicológicos que inciden directamente en la práctica profesional de las entrenadoras (Alecú y Onea, 2025; Ardura-González y Moral-Jiménez, 2025). En este sentido, la Teoría de la Autodeterminación (TA; Deci y Ryan, 2000) ofrece un marco teórico sólido para comprender la calidad de la motivación y las relaciones interpersonales en el liderazgo deportivo. Según esta teoría, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación fomenta una motivación más autodeterminada, un mayor bienestar psicológico, una mayor persistencia y mejores interacciones sociales (Valero-Valenzuela et al., 2021). Por otro lado, su frustración se vincula a una motivación controlada, a la desmotivación y a niveles elevados de malestar y de agotamiento emocional (Miranda-Rochín et al., 2024; Rosli et al., 2022).

En relación con esta teoría, Guzmán et al. (2013), en un estudio en el que compararon los perfiles de hombres y mujeres, encontraron que estas últimas se percibían con mayor autocontrol, más aportadoras de apoyo social y promotoras de la percepción de competencia de sus deportistas en comparación con los entrenadores hombres. En esta línea, Kerr y Marshall (2007) concluyeron que las mujeres entrenadoras muestran habilidades de comunicación más desarrolladas, una mayor empatía y una mayor disposición a colaborar que sus homólogos varones; además, emplean más recursos comunicativos para fortalecer las relaciones en el equipo, brindan apoyo social y psicológico, escuchan atentamente y valoran la amistad y la justicia (Norman y French, 2013).

En el ámbito del entrenamiento, la evidencia empírica sobre el estilo de funcionamiento de las entrenadoras muestra que cuando las entrenadoras sienten motivación autónoma y perciben que sus necesidades psicológicas básicas están satisfechas, tienden a adoptar estilos interpersonales más positivos y de apoyo a la autonomía (Delrue et al., 2019; Miranda-Rochín et al., 2024; Soto et al., 2024). Estos estilos se caracterizan por fomentar la autonomía, ofrecer retroalimentación positiva, participar en la toma de decisiones y crear ambientes de aprendizaje seguros y estimulantes (Ntoumanis et al., 2021). Tales conductas están consistentemente vinculadas con mayores niveles de bienestar, compromiso y rendimiento en las deportistas (Pulido et al., 2022; Vives-Ribó y Rabassa, 2020), lo que resalta la importancia de analizar no solo la motivación de las entrenadoras, sino también el impacto de sus conductas en el bienestar psicológico de las deportistas.

Por otra parte, la literatura académica ha respaldado de manera consistente tanto el uso de enfoques centrados en la persona como el análisis de perfiles motivacionales para comprender cómo coexisten diferentes regulaciones motivacionales y su vínculo con variables psicológicas importantes en el deporte (Alkasasbeh y Akroush, 2025; Garcés de los Fayos et al., 2001; Guzmán et al., 2013; Murillo et al., 2025; Sarol, 2024; Sicilia et al., 2014). En esta línea, se ha demostrado que los perfiles con niveles elevados de motivación autodeterminada se relacionan con indicadores más positivos de satisfacción, bienestar y funcionamiento psicológico, lo que valida la utilidad metodológica de estos análisis en estudios basados en la TA.

Pese a la importancia de estos procesos, existe poca investigación que ponga el foco de atención en el rol de las personas entrenadoras (Guzmán et al., 2013) y más concretamente, la investigación centrada específicamente en mujeres entrenadoras —y, en particular, en entrenadoras de atletismo— sigue siendo escasa (Walton et al., 2024),

lo que dificulta la comprensión de los factores psicológicos que afectan a su desarrollo profesional como entrenadoras y limita el diseño de estrategias de apoyo ajustadas a sus necesidades reales.

Desde una perspectiva de género, analizar el papel de la entrenadora resulta especialmente relevante, dado que los contextos deportivos no son espacios neutrales, sino escenarios atravesados por relaciones de poder históricamente masculinizadas que influyen en la motivación, el bienestar y las oportunidades de desarrollo de las mujeres (Burton y LaVoi, 2016; Norman, 2021; Sáez et al., 2021). Asimismo, la literatura en psicología del deporte ha demostrado que la relación entre la persona entrenadora y la persona deportista constituye un factor clave en la experiencia deportiva, con efectos directos sobre la motivación, el bienestar y el rendimiento de las atletas (Adie et al., 2011; Jowett, 2017; Lourenço et al., 2024; Rebollo et al., 2026; Soto et al., 2024). Desde esta perspectiva, analizar estos procesos cuando la figura de referencia es una mujer entrenadora resulta especialmente relevante, ya que permite avanzar en la comprensión de climas de entrenamiento más saludables, equitativos e inclusivos.

Pero además de los factores mencionados, el tipo de modalidad deportiva –individual frente a colectiva– también ha sido relacionado con las dinámicas motivacionales y la satisfacción de las necesidades psicológicas (Van Yperen, 2025). En las disciplinas individuales, la menor dilución de la responsabilidad por el resultado podría traducirse en una mayor percepción de control y responsabilidad por parte de las personas entrenadoras, lo que constituye un contexto particularmente pertinente para el análisis del liderazgo en disciplinas como el atletismo.

En este marco, integrar en un mismo estudio la calidad motivacional, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y las conductas percibidas de promoción del bienestar permite ofrecer una visión más completa del ejercicio profesional de las entrenadoras de atletismo desde una perspectiva psicológica contemporánea y sensible al género. Por ello, el objetivo general de este estudio fue analizar el papel de la motivación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de las entrenadoras de atletismo en la promoción del bienestar de las deportistas, desde una perspectiva de liderazgo femenino.

De manera específica, se planteó: (a) describir los niveles de las distintas formas de motivación y de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en entrenadoras de atletismo; (b) analizar la relación entre las formas de motivación más autodeterminadas y la satisfacción de dichas necesidades; (c) examinar la asociación entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y las conductas percibidas de promoción del bienestar de las deportistas; y (d) identificar perfiles motivacionales diferenciados y analizar sus diferencias en la satisfacción de necesidades psicológicas y en la promoción del bienestar.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio cuantitativo, de diseño no experimental, transversal y correlacional, cuyo objetivo fue analizar la relación entre las regulaciones motivacionales, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la percepción de conductas que promueven el bienestar de las deportistas en entrenadoras de atletismo españolas. Este tipo de diseño se enmarca dentro de los estudios empíricos con metodología asociativa, concretamente de carácter correlacional, al no implicar manipulación de variables ni asignación aleatoria de las participantes (Ato et al., 2013). Asimismo, se adoptó un enfoque centrado en la persona para identificar posibles perfiles motivacionales diferenciados.

Participantes

La muestra inicial estuvo compuesta por 113 entrenadoras españolas de atletismo. Siete participantes fueron excluidas de los análisis por no encontrarse en situación activa al momento de la recogida de datos. Por tanto, la muestra final analizada estuvo compuesta por 106 entrenadoras en activo. La selección de la muestra se realizó mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, atendiendo a criterios de accesibilidad y de pertenencia al colectivo objeto de estudio. La edad media de las participantes fue de 42.44 años ($DT = 10.87$). Todas las entrenadoras habían sido previamente atletas, muchas de ellas de alto nivel, y un 57.5 % continuaba practicando

Liderazgo femenino en el atletismo

atletismo en el momento del estudio. Las participantes residían en distintas comunidades autónomas del territorio español, siendo Andalucía, Madrid, la Comunidad Valenciana y Cataluña las regiones con mayor representación, mientras que el resto se distribuía en menor proporción entre las demás comunidades.

Instrumentos

Las conductas de las entrenadoras relacionadas con la promoción del bienestar psicológico de las deportistas se evaluaron mediante la versión española de la Escala de Percepción de Promoción del Bienestar para Entrenadores (EPPBE) (Guzmán y García-Ferriol, 2011). El instrumento está compuesto por 24 ítems, distribuidos en las siguientes seis dimensiones: autocontrol, castigo, apoyo social del entrenador, apoyo a la competencia, apoyo a la autonomía y apoyo a la afiliación. Las respuestas se registran en una escala de tipo Likert de 7 puntos, que va del 1 (no corresponde en absoluto) al 7 (corresponde exactamente).

Las puntuaciones de cada dimensión se obtuvieron como la media aritmética de los ítems correspondientes. La subescala de castigo se mantuvo como una dimensión de valencia negativa, sin inversión de los ítems, y se interpretó como un estilo de interacción más controlador. En coherencia con la validación original del instrumento, no se calculó una puntuación global, dado que la escala fue diseñada para el análisis diferenciado de sus dimensiones. En el presente estudio, las distintas subescalas de la EPPBE mostraron índices de consistencia interna adecuados, como se presenta en el apartado de resultados descriptivos, en consonancia con los valores reportados en estudios previos que han utilizado este instrumento.

Por otra parte, para analizar la variable satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se utilizó la versión revisada de la Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas para Entrenadores (ESANPE) (Guzmán y Ramón-Llin, 2012). Esta escala evalúa la percepción de las personas entrenadoras sobre el grado de satisfacción de sus necesidades psicológicas en el contexto deportivo a través de cuatro dimensiones: competencia, autonomía, afiliación y utilidad. El instrumento utiliza una escala de respuesta tipo Likert de siete puntos. De acuerdo con la validación del modelo factorial revisado, no se incluyeron los ítems 3, 6 y 7, ya que presentaban problemas psicométricos. Las puntuaciones de cada dimensión se calcularon mediante la media de los ítems correspondientes. No se obtuvo una puntuación global de satisfacción de necesidades, dado que la escala no ha sido validada como unidimensional y la literatura recomienda analizar de forma independiente cada necesidad psicológica. En la presente muestra, las dimensiones de la ESANPE presentaron niveles de consistencia interna adecuados, cuyos valores se detallan en los resultados descriptivos, replicando la fiabilidad observada en la validación original y en investigaciones previas con personas entrenadoras.

Finalmente, la motivación de las entrenadoras se evaluó mediante la Escala de Motivación para Entrenadores (EME), desarrollada en el marco de la TA; concretamente, el instrumento utilizado en esta investigación corresponde a la validación española de Guzmán y García-Ferriol (2011). Este instrumento permite evaluar diferentes regulaciones motivacionales a lo largo del continuo de autodeterminación, incluyendo la motivación intrínseca (estimulación, conocimiento y logro), la motivación extrínseca (regulación externa, identificada, introyectada e integrada) y la desmotivación. Las respuestas se registraron en una escala tipo Likert de siete puntos. Siguiendo las recomendaciones derivadas de la validación original del instrumento, se excluyó el ítem 1 de la subescala de motivación intrínseca por estimulación debido a su baja carga factorial. Las puntuaciones se calcularon como la media de los ítems de cada subescala, sin generar índices globales de motivación. En este estudio, las subescalas de la EME mostraron índices de consistencia interna satisfactorios, tal como se detalla en el apartado de análisis descriptivo, lo que respalda la fiabilidad del instrumento para evaluar la motivación de las entrenadoras de atletismo en la muestra analizada.

Procedimiento

El estudio se llevó a cabo de conformidad con la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2000; Bošnjak, 2001; Tyebkhan, 2003), que establece los principios éticos fundamentales para la investigación con seres humanos. Asimismo, este trabajo se llevó a cabo cumpliendo con las Normas de Ética en la Investigación en Ciencias del Deporte y del Ejercicio (Harriss et al., 2019).

La participación fue totalmente voluntaria y antes de iniciar el cuestionario, todas las participantes recibieron información detallada sobre los objetivos del estudio, el carácter anónimo y confidencial de los datos, la posibilidad de abandonar la participación en cualquier momento y el uso exclusivamente científico de la información recogida. Todas las participantes otorgaron su consentimiento informado antes de completar el cuestionario.

El tratamiento de los datos se realizó conforme a la Ley Orgánica 3/2018, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, y al Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo (GDPR). Una vez finalizada la recogida de datos, las respuestas se descargaron y se almacenaron en una base de datos protegida. Dado que el estudio fue no experimental, se basó en cuestionarios anónimos, no implicó intervención sobre las participantes y presentó un riesgo mínimo, no se solicitó evaluación por un comité de ética institucional.

Análisis estadístico

Los análisis estadísticos se realizaron con el programa IBM SPSS Statistics (versión 29.0.1.1). En primer lugar, se procedió al cálculo de estadísticos descriptivos (media y desviación estándar) de todas las variables incluidas en la investigación, así como a la determinación de los índices de consistencia interna de las subescalas de los instrumentos empleados, mediante el coeficiente alfa de Cronbach.

Previamente a los análisis inferenciales, se examinó la distribución de las variables mediante los índices de asimetría y curtosis, y la prueba de Kolmogorov-Smirnov (Tabla 1). Los resultados mostraron desviaciones significativas de la normalidad en la mayoría de las variables ($p < .05$), con la excepción de la subescala de castigo. Además, varias variables presentaron valores elevados de asimetría y curtosis. En consecuencia, se optó por procedimientos estadísticos no paramétricos en los análisis correlacionales, empleando el coeficiente de correlación de Spearman para contrastar las hipótesis correspondientes.

Posteriormente, se realizaron análisis de correlación de Spearman para examinar las relaciones entre las regulaciones motivacionales más autodeterminadas de las entrenadoras (motivación intrínseca y regulaciones integradas e identificadas), la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia, afiliación y utilidad) y las conductas percibidas de promoción del bienestar de las deportistas.

Finalmente, para contrastar la hipótesis H3, se realizó un análisis de clúster con un enfoque centrado en la persona. En primer lugar, se realizó un análisis jerárquico exploratorio (método de Ward, con distancia euclídea al cuadrado) para determinar el número óptimo de perfiles motivacionales. Posteriormente, se aplicó un análisis de k-medias para refinar la solución seleccionada. Las diferencias entre perfiles en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y en las conductas de promoción del bienestar se analizaron mediante un análisis de varianza de un factor (ANOVA), con el perfil motivacional como variable independiente. La homogeneidad de varianzas se examinó mediante la prueba de Levene. Dado que este supuesto no se cumplió en varias variables, se realizaron comparaciones post hoc mediante el procedimiento de Games–Howell cuando fue necesario. Se estableció un nivel de significación estadística de $p < .05$ para todos los análisis especificados.

RESULTADOS

Análisis de fiabilidad y descriptivos de las variables estudiadas

La Tabla 1 presenta los estadísticos descriptivos y los índices de consistencia interna de las subescalas, así como los indicadores de normalidad de las variables.

La consistencia interna de los instrumentos utilizados fue adecuada en general. No obstante, la subescala de autonomía presentó un coeficiente de fiabilidad ligeramente inferior a los valores habitualmente recomendados ($\alpha = .64$). A pesar de ello, este valor puede considerarse aceptable en el contexto de escalas con un número reducido de ítems y en estudios de carácter exploratorio (Hair et al., 2010; Nunnally y Bernstein, 1994). En consecuencia, se decidió mantener esta dimensión en los análisis, si bien sus resultados deben interpretarse con la debida cautela.

Liderazgo femenino en el atletismo

Asimismo, se examinó la distribución de las variables mediante los índices de asimetría y curtosis, así como mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Debido a que la mayoría de las variables mostraron desviaciones significativas de la normalidad ($p < .05$), -con la excepción de la subescala de castigo-, se utilizaron procedimientos no paramétricos. Además, varias variables presentaron valores elevados de asimetría y curtosis. En consecuencia, se optó por procedimientos estadísticos no paramétricos. En concreto, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para contrastar las hipótesis correspondientes.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos, fiabilidad e indicadores de normalidad de las variables estudiadas

Escala	Subescala	Nº de ítems	<i>M</i>	<i>DT</i>	α	Asimetría	Curtosis	<i>K-S (p)</i>
EME	MI Estimulación	3	5.93	1.32	.816	-1.57	2.31	< .001
	MI Conocimiento	4	5.65	1.48	.878	-1.43	1.78	< .001
	MI Logro	4	5.80	1.31	.876	-1.26	1.04	< .001
	Regulación integrada	4	4.76	1.65	.834	-0.41	-0.78	.002
	Regulación identificada	4	4.63	1.72	.878	-0.41	-0.72	.031
	Regulación introyectada	4	4.15	1.90	.885	-0.09	-1.21	.005
	Regulación externa	4	3.08	1.63	.852	0.49	-0.85	< .001
	Desmotivación	4	2.01	1.06	.608	1.26	1.43	< .001
ESANPE	Competencia	5	5.96	1.05	.921	-1.79	3.68	< .001
	Autonomía	3	5.81	1.27	.644	-1.22	0.85	< .001
	Afiliación	4	5.89	1.17	.838	-1.54	2.54	< .001
	Utilidad	5	5.44	1.49	.908	-1.06	0.43	< .001
EPPBE	Autocontrol	4	5.83	1.12	.877	-1.63	3.23	< .001
	Castigo	4	3.86	1.56	.795	-0.02	-0.80	.200
	Apoyo social	4	6.53	0.91	.936	-3.36	12.25	< .001
	Apoyo a la competencia	4	6.62	0.91	.962	-3.56	13.19	< .001
	Apoyo a la autonomía	4	6.43	0.96	.893	-2.86	9.19	< .001
	Apoyo a la afiliación	4	6.59	0.90	.941	-3.49	12.78	< .001

Nota. *M* = media; *DT* = desviación típica; α = coeficiente alfa de Cronbach. *K-S* = prueba de Kolmogorov-Smirnov; EME = Escala de Motivación para Entrenadores; ESANPE = Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas para Entrenadores; EPPBE = Escala de Percepción de Promoción del Bienestar para Entrenadores.

Respecto a la motivación de las entrenadoras, las puntuaciones medias más altas se registraron en la dimensión de motivación intrínseca, siendo la motivación por estimulación la más destacada ($M = 5.93$; $DT = 1.32$), seguida de la motivación por logro ($M = 5.80$; $DT = 1.31$) y por conocimiento ($M = 5.65$; $DT = 1.48$). Las regulaciones extrínsecas más autodeterminadas también presentaron valores moderados, mientras que la desmotivación mostró la media más baja ($M = 2.01$; $DT = 1.06$), lo que refleja un perfil motivacional alineado con el continuo de autodeterminación.

En cuanto al nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, las entrenadoras obtuvieron niveles elevados en todas las dimensiones evaluadas. La necesidad de competencia presentó el valor medio más alto ($M = 5.96$; $DT = 1.05$), seguida de la afiliación ($M = 5.89$; $DT = 1.17$) y de la autonomía ($M = 5.81$; $DT = 1.27$), mientras que la utilidad, aunque mantuvo valores elevados, mostró la media más baja ($M = 5.44$; $DT = 1.49$). Las dimensiones de competencia y utilidad presentaron índices de fiabilidad elevados ($\alpha = .92$ y $\alpha = .91$, respectivamente), mientras que la de autonomía mostró una consistencia interna moderada ($\alpha = .64$).

En cuanto a las conductas percibidas de promoción del bienestar, las subescalas de apoyo presentaron puntuaciones medias altas, destacando el apoyo a la competencia ($M = 6.62$; $DT = 0.91$), el apoyo a la afiliación ($M = 6.59$; $DT = 0.90$), el apoyo social ($M = 6.53$; $DT = 0.91$) y el apoyo a la autonomía ($M = 6.43$; $DT = 0.96$), todas ellas con coeficientes alfa elevados (α entre .89 y .96). Por el contrario, la subescala de castigo mostró valores inferiores ($M = 3.86$; $DT = 1.56$; $\alpha = .80$), lo que indica una menor presencia de conductas de interacción de carácter controlador.

Resultados Relacionales

El análisis de correlaciones se llevó a cabo para examinar, en primer lugar, la asociación entre la motivación y las necesidades psicológicas básicas, y, en segundo lugar, entre estas y la promoción del bienestar por parte de las entrenadoras.

- *Relación entre la motivación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de las entrenadoras.*

Como se observa en la Tabla 2, las distintas formas de motivación intrínseca se asociaron de manera positiva y significativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de las entrenadoras. En concreto, la motivación intrínseca por el conocimiento mostró asociaciones moderadas con todas las necesidades, destacando su relación con la utilidad ($\rho = .58$, $p < .001$) y la autonomía ($\rho = .52$, $p < .001$). De forma similar, la motivación intrínseca por el logro y por la estimulación presentaron asociaciones positivas con la autonomía, la afiliación y la utilidad, con coeficientes entre moderados y moderados altos ($\rho = .34 - .54$, $p < .001$).

Asimismo, las regulaciones extrínsecas más autodeterminadas se asociaron positivamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. La regulación integrada presentó la relación más elevada con la necesidad de utilidad ($\rho = .76$, $p < .001$), así como asociaciones moderadas con la autonomía ($\rho = .53$, $p < .001$) y la afiliación ($\rho = .44$, $p < .001$). Por su parte, la regulación identificada se asoció significativamente con todas las necesidades, en particular con la utilidad ($\rho = .63$, $p < .001$) y la autonomía ($\rho = .49$, $p < .001$). En contraste, la desmotivación mostró asociaciones negativas y de baja magnitud con algunas necesidades psicológicas básicas, siendo significativas las relaciones con la autonomía ($\rho = -.21$, $p < .05$) y la utilidad ($\rho = -.24$, $p < .05$). En conjunto, este patrón de resultados respalda la Hipótesis 1 y es coherente con los postulados de la TA.

Tabla 2

Correlaciones entre las formas de regulación motivacional y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas

Variable	Autonomía	Competencia	Afiliación	Utilidad
MI Estimulación	.46**	.34**	.38**	.49**
MI Conocimiento	.52**	.41**	.45**	.58**
MI Logro	.48**	.35**	.40**	.54**
Regulación integrada	.53**	.35**	.44**	.76**
Regulación identificada	.49**	.25*	.37**	.63**
Desmotivación	-.21*	-.12	-.09	-.24*

Nota. Coeficientes de correlación de Spearman (ρ). $N = 106$. $p < .05$ (*), $p < .01$ (**).

- *Relación entre necesidades psicológicas básicas y promoción del bienestar*

Tal y como se muestra en la Tabla 3, se encontró una relación positiva y estadísticamente significativa entre la satisfacción de las necesidades psicológicas y las conductas percibidas de promoción del bienestar de las

Liderazgo femenino en el atletismo

deportistas. La necesidad de competencia presentó asociaciones moderadas con todas las conductas de apoyo, destacando su relación con el apoyo a la competencia ($\rho = .55, p < .001$) y el apoyo social ($\rho = .48, p < .001$). De manera similar, la afiliación mostró asociaciones consistentes con el apoyo social ($\rho = .52, p < .001$) y el apoyo a la afiliación ($\rho = .50, p < .001$). La autonomía también se asoció de forma significativa con las conductas de apoyo, especialmente con el apoyo a la autonomía ($\rho = .45, p < .001$) y el apoyo social ($\rho = .41, p < .001$). La necesidad de utilidad presentó asociaciones positivas de magnitud baja a moderada con las conductas de apoyo, con coeficientes de correlación comprendidos entre $\rho = .31$ y $\rho = .36$ (todas $p < .01$). Por el contrario, la subescala de castigo no mostró asociaciones significativas con ninguna de las necesidades psicológicas básicas (todos los valores de $p > .05$), lo que sugiere la ausencia de relación entre la satisfacción de necesidades y el uso de conductas de carácter controlador.

Tabla 3

Relación entre las necesidades psicológicas básicas y la promoción del bienestar

Necesidades	Autocontrol	Apoyo social	Apoyo competencia	Apoyo autonomía	Apoyo afiliación	Castigo
Autonomía	.28**	.41**	.39**	.45**	.37**	-.08
Competencia	.32**	.48**	.55**	.42**	.46**	-.10
Afiliación	.30**	.52**	.47**	.44**	.50**	-.05
Utilidad	.26*	.34**	.36**	.31**	.33**	-.06

Nota. Coeficientes de correlación de Spearman (ρ). $N = 106$. $p < .05$ (*), $p < .01$ (**).

Perfiles motivacionales y diferencias en necesidades psicológicas y promoción del bienestar

Con el objetivo de identificar perfiles motivacionales diferenciados entre las entrenadoras de atletismo, se realizó un análisis de clúster con un enfoque centrado en la persona. A partir de un análisis jerárquico exploratorio (método de Ward, distancia euclídea al cuadrado) y su posterior refinamiento mediante k -medias, se seleccionó una solución de tres perfiles motivacionales por presentar una adecuada coherencia teórica y una distribución interpretable de los casos. La solución final permitió identificar tres patrones motivacionales claramente diferenciados (Tabla 4).

Los resultados indican que el perfil autodeterminado ($n = 57$) se caracterizó por puntuaciones estandarizadas positivas en todas las formas de motivación autodeterminada, con valores z comprendidos entre 0.59 y 0.74, destacando la regulación integrada ($z = 0.74$) y la motivación intrínseca por el conocimiento ($z = 0.72$). En contraste, el perfil bajo autodeterminado ($n = 15$) presentó puntuaciones claramente inferiores a la media muestral en todas las dimensiones (valores z entre -1.02 y -1.26), lo que refleja un patrón motivacional marcadamente desfavorable. Por su parte, el perfil mixto ($n = 34$) mostró valores próximos a la media, con puntuaciones estandarizadas ligeramente negativas (z entre -0.06 y -0.12), lo que configura un perfil intermedio.

Tabla 4

Medias estandarizadas (z) de las subescalas de motivación en función del perfil motivacional

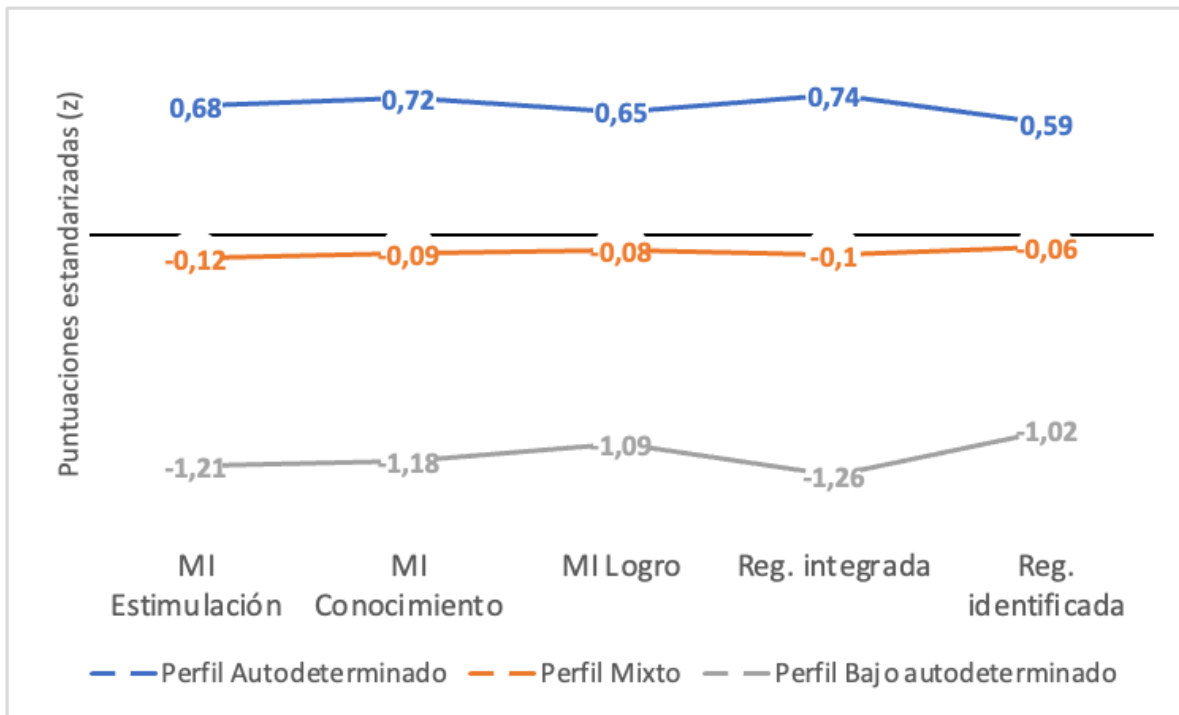
Subescala de motivación	P. Autodeterminado ($n = 57$)	P. bajo autodeterminado ($n = 15$)	P. Mixto ($n = 34$)
MI Estimulación	0.68	-1.21	-0.12
MI Conocimiento	0.72	-1.18	-0.09
MI Logro	0.65	-1.09	-0.08
Regulación integrada	0.74	-1.26	-0.10
Regulación identificada	0.59	-1.02	-0.06

Nota. Las puntuaciones corresponden a medias tipificadas (z). Los perfiles se obtuvieron mediante análisis jerárquico de conglomerados (método de Ward, distancia euclídea al cuadrado) y un posterior refinamiento mediante k -medias.

En la Figura 1 se presenta la interpretación gráfica de los perfiles identificados. En ella se observan las puntuaciones estandarizadas de las distintas formas de motivación según el perfil motivacional.

Figura 1

Perfiles motivacionales de las entrenadoras en función de las puntuaciones estandarizadas (z)



Una vez identificados los perfiles, se realizó un análisis de varianza (ANOVA) de un factor, con el perfil motivacional como variable independiente, para examinar las diferencias en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y en las conductas percibidas de promoción del bienestar.

Como se muestra en la Tabla 5, se observaron diferencias estadísticamente significativas entre perfiles en todas las necesidades psicológicas básicas: autonomía, $F(2, 103) = 33.45, p < .001, \eta^2p = .394$; competencia, $F(2, 103) = 26.77, p < .001, \eta^2p = .342$; afiliación, $F(2, 103) = 29.64, p < .001, \eta^2p = .365$; y utilidad, $F(2, 103) = 67.56, p < .001, \eta^2p = .567$. Los tamaños del efecto fueron grandes en todas las dimensiones, especialmente en la dimensión de necesidad de utilidad.

También se observaron diferencias significativas entre perfiles de autocontrol, $F(2, 103) = 5.69, p = .005, \eta^2p = .100$. De forma similar, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre perfiles en todas las conductas de apoyo al bienestar: apoyo social, $F(2, 103) = 18.29, p < .001, \eta^2p = .262$; apoyo a la competencia, $F(2, 103) = 12.87, p < .001, \eta^2p = .200$; apoyo a la autonomía, $F(2, 103) = 12.21, p < .001, \eta^2p = .192$; y apoyo a la afiliación, $F(2, 103) = 15.29, p < .001, \eta^2p = .229$.

En las conductas de apoyo al bienestar, los tamaños del efecto fueron grandes. En contraste, no se observaron diferencias significativas en la conducta de castigo, $F(2, 103) = 0.66, p = .522, \eta^2p = .013$.

Liderazgo femenino en el atletismo

Tabla 5

Diferencias entre perfiles motivacionales en necesidades psicológicas y en la promoción del bienestar

Variable dependiente	<i>F</i> (2, 103)	<i>p</i>	η^2p
Autonomía	33.45	< .001	.394
Competencia	26.77	< .001	.342
Afiliación	29.64	< .001	.365
Utilidad	67.56	< .001	.567
Autocontrol	5.69	.005	.100
Apoyo social	18.29	< .001	.262
Apoyo a la competencia	12.87	< .001	.200
Apoyo a la autonomía	12.21	< .001	.192
Apoyo a la afiliación	15.29	< .001	.229
Castigo	0.66	.522	.013

Nota. ANOVA de un factor con el perfil motivacional (tres niveles) como variable independiente. η^2p = eta al cuadrado parcial.

Los análisis post hoc realizados mediante el procedimiento Games–Howell (Tabla 6) indicaron que el perfil autodeterminado presentó puntuaciones significativamente más altas que el perfil bajo autodeterminado en competencia ($p = .001$), afiliación ($p < .001$), autonomía ($p < .001$), utilidad ($p < .001$), apoyo social ($p = .040$) y apoyo a la afiliación ($p = .049$). Además, el perfil mixto presentó puntuaciones significativamente más altas que el perfil bajo autodeterminado en competencia ($p = .006$), afiliación ($p = .001$), autonomía ($p < .001$), utilidad ($p < .001$) y apoyo social ($p = .024$). El perfil autodeterminado también presentó puntuaciones significativamente superiores a las del perfil mixto en utilidad ($p < .001$). No se observaron diferencias post hoc significativas entre perfiles en autocontrol, castigo, apoyo a la competencia ni apoyo a la autonomía.

Tabla 6

Comparaciones post hoc (Games–Howell) entre perfiles motivacionales

Variable	Comparación	<i>p</i>
Competencia	Autodeterminado > Bajo autodeterminado	.001
Competencia	Mixto > Bajo autodeterminado	.006
Afiliación	Autodeterminado > Bajo autodeterminado	< .001
Afiliación	Mixto > Bajo autodeterminado	.001
Autonomía	Autodeterminado > Bajo autodeterminado	< .001
Autonomía	Mixto > Bajo autodeterminado	< .001
Utilidad	Autodeterminado > Bajo autodeterminado	< .001
Utilidad	Autodeterminado > Mixto	< .001
Utilidad	Mixto > Bajo autodeterminado	< .001
Apoyo social	Autodeterminado > Bajo autodeterminado	.040
Apoyo social	Mixto > Bajo autodeterminado	.024
Apoyo a la afiliación	Autodeterminado > Bajo autodeterminado	.049

Nota. Se muestran únicamente las comparaciones significativas. Las comparaciones se realizaron mediante el procedimiento de Games–Howell.

En conjunto, estos resultados muestran que los perfiles motivacionales más autodeterminados se asocian con mayores niveles de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y con una mayor promoción del bienestar de las deportistas.

DISCUSIÓN

El propósito de este estudio fue examinar cómo se relacionan la calidad de la motivación, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y las conductas percibidas que promueven el bienestar de las personas deportistas, desde la perspectiva de la TA y un enfoque de liderazgo femenino. En general, los resultados apoyan las hipótesis y aportan evidencia empírica valiosa en un grupo poco representado en la investigación en psicología del deporte.

Por una parte, los resultados mostraron que las formas más autodeterminadas de motivación se asociaron de manera positiva y significativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de las entrenadoras, mostrando un patrón coherente con los postulados de la TA, que asume una importancia relevante en el desarrollo de una motivación de calidad y un funcionamiento psicológico óptimo en contextos laborales y deportivos, como es el caso (Ryan y Deci, 2000; 2017). Además, estos resultados están en línea con los hallazgos de Guzmán y García-Ferriol (2011), quienes identificaron asociaciones similares entre motivación autónoma, bienestar y compromiso profesional. De manera similar, Pelletier et al. (2013) confirmaron que la satisfacción de las necesidades básicas en personas entrenadoras predice mayores niveles de bienestar psicológico y estilos de entrenamiento orientados a la autonomía.

Desde una perspectiva de género, es muy relevante la asociación encontrada entre la regulación integrada y la percepción de utilidad, dado que la literatura centrada en el funcionamiento de las mujeres entrenadoras ha documentado que estas suelen experimentar bajos niveles de reconocimiento y legitimidad profesionales en contextos deportivos históricamente masculinizados. Parece que existen barreras culturales y estructurales que limitan el reconocimiento y la valorización del papel de las mujeres en el contexto del entrenamiento deportivo y de la competición (Norman y Simpson, 2023). En este sentido, la percepción de utilidad podría desempeñar un papel clave para sostener la motivación autodeterminada y el bienestar psicológico en el ejercicio del liderazgo deportivo femenino.

Estos resultados también pueden interpretarse a la luz del denominado *fenómeno de la impostora*, descrito en la literatura reciente como una experiencia relativamente frecuente en mujeres que desempeñan roles profesionales de alta exigencia, caracterizada por dudas persistentes sobre la propia competencia y por la atribución externa del éxito (Bravata et al., 2020). Por lo tanto, parece posible pensar que la centralidad observada de la necesidad de utilidad y de la regulación integrada puede favorecer dinámicas de legitimación profesional y la construcción de una identidad de entrenadora sólida en contextos deportivos atravesados por desigualdades de género.

En relación con el tercer objetivo, los resultados mostraron que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se asoció positivamente con las conductas percibidas de promoción del bienestar de las deportistas. La necesidad de competencia mostró que las asociaciones fueron más consistentes en las distintas conductas de apoyo, especialmente en el apoyo a la competencia y en el apoyo social. Tal como ya se ha mencionado en investigaciones previas (Adie et al., 2012; Jowett, 2017), sentirse eficaz y competente como entrenadora se asocia con la adopción de estilos interpersonales más positivos al entrenar, con una aproximación más positiva y un mayor uso de refuerzos y conductas de apoyo. En consecuencia, este estilo interpersonal favorece la relación entre la persona entrenadora y la persona deportista, lo que propicia un sentimiento de confianza y facilita el bienestar y el desarrollo psicológico de la persona deportista.

Asimismo, la afiliación (entendida como la necesidad fundamental de sentirse conectada, aceptada y valorada por otras personas significativas, así como de experimentar vínculos interpersonales cálidos, recíprocos y de apoyo) mostró asociaciones significativas con el apoyo social y con el apoyo a la afiliación, lo que refuerza la importancia de las relaciones interpersonales de calidad en la creación de climas de entrenamiento saludables. Estos hallazgos

Liderazgo femenino en el atletismo

son coherentes con estudios previos, en los que la satisfacción de la necesidad de relación en las personas entrenadoras se ha vinculado de manera consistente con una mayor sensibilidad interpersonal y con estilos de liderazgo más empáticos y de apoyo (Inguglia et al., 2023; Ryan y Deci, 2017).

Un resultado que llama la atención, sin embargo, es la ausencia de relaciones estadísticamente significativas entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la conducta de castigo. Este hallazgo sugiere que el uso de conductas de carácter controlador podría no depender directamente del nivel de bienestar psicológico de las entrenadoras, sino estar influido por normas culturales del contexto deportivo, o modelos de socialización previamente internalizados y aprendizaje observacional, tal como plantea la teoría del aprendizaje social (Bandura, 1987, pp. 50-60). En entornos deportivos, diversos estudios han demostrado que los estilos de liderazgo controladores pueden convertirse en prácticas arraigadas en la cultura deportiva, aun cuando no están directamente relacionados con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (Bartholomew et al., 2011; Mageau y Vallerand, 2003). Además, estos estilos pueden manifestarse en conductas abusivas o de acoso entre personas entrenadoras y deportistas (Stirling et al., 2011). Desde esta perspectiva, los hallazgos destacan la importancia de realizar intervenciones que aborden no solo aspectos individuales, sino también las dinámicas estructurales del entorno deportivo.

En relación con el cuarto objetivo, el análisis de perfiles motivacionales permitió identificar tres perfiles diferenciados (autodeterminado, mixto y bajo autodeterminado), lo que respalda la utilidad del enfoque centrado en la persona para comprender la coexistencia de distintas regulaciones motivacionales. Tal y como se hipotetizaba, el perfil autodeterminado presentó niveles significativamente superiores de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y de conductas de apoyo al bienestar, mientras que el perfil bajo autodeterminado mostró los valores más desfavorables. Estos resultados confirman las hipótesis planteadas y refuerzan la necesidad de considerar cómo las características del contexto deportivo pueden favorecer o restringir el desarrollo de formas más autodeterminadas de motivación, especialmente en colectivos que históricamente han experimentado menos oportunidades de participación y reconocimiento en el deporte como es el caso de las entrenadoras de atletismo, objeto de estudio en esta investigación.

A pesar de las aportaciones del presente estudio, es necesario considerar algunas limitaciones. En primer lugar, el diseño transversal y correlacional limita el tipo de inferencias que pueden establecerse sobre las variables analizadas. Sería recomendable, por tanto, que los futuros estudios empleasen diseños longitudinales o experimentales que permitieran examinar la direccionalidad de las relaciones entre la motivación, la satisfacción de necesidades psicológicas y las conductas de promoción del bienestar.

En segundo lugar, la muestra estuvo compuesta exclusivamente por entrenadoras de atletismo españolas seleccionadas mediante un muestreo no probabilístico, lo que limita la generalización de los resultados a otros contextos deportivos, niveles competitivos o realidades socioculturales. Es necesario mencionar también que el reducido tamaño del perfil bajo autodeterminado ($n = 15$) y el incumplimiento del supuesto de homogeneidad de varianzas en varias variables aconsejan interpretar con cautela las comparaciones entre perfiles; aunque se utilizó el procedimiento post hoc de Games-Howell para atender a esta situación, el tamaño desigual de los grupos puede limitar la estabilidad de las estimaciones y la generalización de los resultados.

Otra limitación relevante es el uso exclusivo de medidas de autoinforme, que puede introducir sesgos derivados de la deseabilidad social o de la percepción subjetiva de las propias conductas. La inclusión de evaluaciones de deportistas, de medidas observacionales o de metodologías mixtas permitiría obtener una visión más completa de los procesos analizados.

Finalmente, aunque el estudio incorpora una perspectiva de género, no se incluyeron variables contextuales específicas relacionadas con la discriminación percibida o real, por lo que sería interesante realizar estudios que integren análisis comparativos desde una perspectiva centrada en la persona.

CONCLUSIONES

Los resultados del presente estudio permiten concluir que la calidad de la motivación de las entrenadoras de atletismo desempeña un papel central en la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas y en la promoción de conductas orientadas al bienestar de las deportistas. En línea con los objetivos planteados, se observó que las formas de motivación más autodeterminadas se asocian con niveles más altos de autonomía, competencia, afiliación y utilidad, lo que respalda los postulados de la Teoría de la Autodeterminación en el contexto del liderazgo deportivo femenino.

Asimismo, la satisfacción de dichas necesidades se relacionó positivamente con conductas de apoyo al bienestar, especialmente con aquellas orientadas a la competencia, la afiliación y el apoyo social, poniendo de relieve la importancia del bienestar psicológico de las entrenadoras como antecedente de la calidad del clima de entrenamiento. El análisis de perfiles motivacionales confirmó que las entrenadoras con perfiles más autodeterminados presentan los niveles más elevados de satisfacción de necesidades y de conductas de apoyo al bienestar.

En conjunto, este estudio contribuye a ampliar la evidencia empírica sobre el liderazgo femenino en el deporte y subraya la necesidad de promover contextos laborales que favorezcan la motivación autodeterminada y el bienestar psicológico de las entrenadoras como vía para generar climas de entrenamiento más saludables, equitativos y orientados al desarrollo integral de las deportistas.

APLICACIONES PRÁCTICAS

A nivel práctico, todo lo expuesto anteriormente permite reflexionar sobre la posibilidad de utilizar los resultados de esta investigación como base para el diseño de programas de igualdad en los clubes y organizaciones deportivas, así como incorporar esta perspectiva en la formación, el apoyo y la intervención dirigidos a colectivos de entrenadoras de atletismo, federaciones y entidades responsables de la gestión deportiva.

En segundo lugar, tomando como referencia la relación observada entre la afiliación y las conductas de apoyo social, con el fin de transferir este conocimiento a la práctica, sería conveniente fomentar de manera sistemática, en las organizaciones deportivas, redes de apoyo profesional para entrenadoras. La creación de espacios formales de intercambio, mentoría y acompañamiento puede contribuir a reducir el aislamiento profesional y a fortalecer climas de entrenamiento más saludables y colaborativos, a la vez que se generan modelos de referencia y aprendizaje que pueden inspirar a mujeres jóvenes a buscar la vía profesional como entrenadoras deportivas.

En tercer lugar, la ausencia de asociación estadísticamente significativa entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la conducta de castigo también tiene implicaciones para la práctica aplicada, ya que pone de relieve la necesidad de intervenir desde una perspectiva estructural y organizativa, revisando modelos tradicionales de liderazgo y prácticas normalizadas de entrenamiento a través de auditorías de calidad de la eficacia de los entrenamientos que promuevan una cultura deportiva coherente con el bienestar psicológico y la igualdad de género.

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo ha sido realizado con el apoyo del Consejo Superior de Deportes, financiando el proyecto “#Beattitude. Mujer entrenadora, motivaciones e inquietudes”, en la convocatoria de ayudas a las Federaciones para el Programa

Liderazgo femenino en el atletismo

Mujer y Deporte (Promoción y difusión de la mujer en el deporte) y a la Real Federación Española de Atletismo, entidad solicitante del proyecto y facilitadora del contacto de las entrenadoras de atletismo.

REFERENCIAS

1. Adie, J. W., Duda, J. L., Ntoumanis, N. (2011). Perceived coach-autonomy support, basic need satisfaction and the well- and ill-being of elite youth soccer players: A longitudinal investigation. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 51–59. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.07.008>
2. Alecu, S., Onea, G. A. (2025). Readiness for competition across sports and genders: A study on psychological skills intervention. *Frontiers in Psychology*, 16, 1701631. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1701631>
3. Alkasasbeh, W. J., Akroush, S. H. (2025). Sports motivation: A narrative review of psychological approaches to enhance athletic performance. *Frontiers in Psychology*, 16, 1645274. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1645274>
4. Ardura-González, G., Moral-Jiménez, M. D. L. V. (2025). Ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en futbolistas profesionales: Relación con categoría y supervisión psicológica. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 10(1), e3. <https://doi.org/10.5093/rpadef2025a3>
5. Ato, M., López-García, J. J., Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
6. Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción. Fundamentos sociales*. Martínez Roca.
7. Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., Bosch, J. A., Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Self-determination theory and diminished functioning: The role of interpersonal control and psychological need thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(11), 1459–1473. <https://doi.org/10.1177/0146167211413125>
8. Bošnjak, S. (2001). The Declaration of Helsinki—The cornerstone of research ethics. *Archive of Oncology*, 9(3), 179–184.
9. Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., Nelson, R. S., Cokley, K. O., Hagg, H. K. (2020). Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: A systematic review. *Journal of General Internal Medicine*, 35(4), 1252–1275. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
10. Burton, L. J., LaVoi, N. M. (2016). An ecological/multisystem approach to understanding and examining women coaches. In *Women in sports coaching* (pp. 49–62). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315734651>
11. Consejo Superior de Deportes [CSD]. (2023). *Anuario de estadísticas deportivas 2023*. División de Estadística y Estudios, Secretaría General Técnica Ministerio de Cultura y Deporte. <https://adecaff.cat/wp-content/uploads/2023/05/anuario-de-estadisticas-deportivas-2023.pdf>
12. Deci, E. L., Ryan, R. M. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
13. Delrue, J., Reynders, B., Broek, G. V., Aelterman, N., De Backer, M., Decroos, S., De Muynck, G.-J., Fontaine, J., Franssen, K., Van Puyenbroeck, S., Haerens, L., Vansteenkiste, M. (2019). Adopting a helicopter-perspective towards motivating and demotivating coaching: A circumplex approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 110–126. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.008>
14. Flores, Z., Chávez, B. F., Mier, R., Obregón, K. A. (2021). Violencia de género en el deporte (Gender violence in sport). *Retos*, 43, 808–817. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.85842>
15. Garcés de los Fayos, E. J., Jara, P., Gómez, J. (2001). Evolución histórica y perspectivas de futuro de la psicología del deporte en Murcia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 1(1), 9–16.

16. Guzmán, J. F., Ramón-Llin, J. (2012). Análisis psicométrico de la Escala de Satisfacción de Necesidades para Entrenadores (ESANPE). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 7(21), 153-161. <https://doi.org/10.12800/ccd.v7i21.79>
17. Guzmán, J. F., García-Ferriol, Á. (2011). Escala de Percepción de Promoción del Bienestar para Entrenadores (EPPBE). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(26), 394-407. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02605>
18. Guzmán, J. F., Macagno, L. E., Imfeld, F. (2013). La motivación de los entrenadores deportivos. Un estudio desde la teoría de la autodeterminación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(1), 37-50.
19. Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective*. Pearson Education.
20. Harriss, D. J., MacSween, A., Atkinson, G. (2019). Ethical standards in sport and exercise science research: 2020 update. *International Journal of Sports Medicine*, 40(13), 813-817. <https://doi.org/10.1055/a-1015-3123>
21. Hinojosa-Alcalde, I., Andrés, A., Serra, P., Vilanova, A., Soler, S., Norman, L. (2018). Understanding the gendered coaching workforce in Spanish sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(4), 485-495. <https://doi.org/10.1177/1747954117747744>
22. Inguglia, C., Ingoglia, S., Leale, I., Iannello, N. M., Gennaro, A., Manzano-Sánchez, D., Gómez-López, M., Battaglia, G. (2023). Psychological antecedents of Italian sport coaches' coaching behaviors: The role of basic psychological needs, motivation and subjective vitality. *Healthcare*, 11(20), 2797. <https://doi.org/10.3390/healthcare11202797>
23. Jowett, S. (2017). Coaching effectiveness: The coach-athlete relationship at its heart. *Current Opinion in Psychology*, 16, 154-158. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.006>
24. Kerr, G., Marshall, D. (2007). Shifting the culture: Implications for female coaches. *Canadian Journal for Women in Coaching*, 7(4), 1-4.
25. Knoppers, A., Anthonissen, A. (2008). Gendered managerial discourses in sport organizations: Multiplicity and complexity. *Sex Roles*, 58(1-2), 93-103. <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9324-z>
26. Kuntz, J. C., Moorfield, J. (2024). Exploring athletes' gendered views of coaches and their impact of coach competency ratings. *Psychology of Sport and Exercise*, 74, 102664. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102664>
27. LaVoi, N. M., Dutove, J. K. (2012). Barriers and supports for female coaches: An ecological model. *Sports Coaching Review*, 1(1), 17-37. <https://doi.org/10.1080/21640629.2012.695891>
28. Lourenço, J., Almagro, B. J., Sáenz-López, P. (2024). El impacto de las decisiones del entrenador en la motivación y en el rendimiento percibido de jóvenes deportistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(2), 162-179. <https://doi.org/10.6018/cpd.582821>
29. Mageau, G. A., Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
30. Miranda-Rochín, D., López-Walle, J., Cantú-Berrueto, A., Ramis, Y. (2024). Estado actual de la investigación sobre valores en el contexto deportivo: Revisión sistemática. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 9(1), e5. <https://doi.org/10.5093/rpadef2024a5>
31. Murillo, M., Sevil Serrano, J., Abós Catalán, Á., García González, L. (2025). Estilo motivacional del entrenador: Percepción de jugadores y entrenadores según el género y la categoría de edad. *E-balonmano com Journal Sports Science*, 21(2), 241-252. <https://doi.org/10.17398/1885-7019.21.241>
32. Norman, L. (2010). Feeling second best: Elite women coaches' experiences. *Sociology of Sport Journal*, 27(1), 89-104. <https://doi.org/10.1123/ssj.27.1.89>

Liderazgo femenino en el atletismo

33. Norman, L. (2021). *Improving gender equity in sports coaching* (1.a ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003028642>
34. Norman, L., French, J. (2013). Understanding how high performance women athletes experience the coach-athlete relationship. *International Journal of Coaching Science*, 7(1), 3–24.
35. Norman, L., Simpson, R. (2023). Gendered microaggressions towards the “only” women coaches in high-performance sport. *Sports Coaching Review*, 12(3), 302–322. <https://doi.org/10.1080/21640629.2021.2021031>
36. Ntoumanis, N., Ng, J. Y. Y., Prestwich, A., Quested, E., Hancox, J. E., Thøgersen-Ntoumani, C., Deci, E. L., Ryan, R. M., Lonsdale, C., Williams, G. C. (2021). A meta-analysis of self-determination theory-informed intervention studies in the health domain: Effects on motivation, health behavior, physical, and psychological health. *Health Psychology Review*, 15(2), 214–244. <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1718529>
37. Nunnally, J., Bernstein, I. (1994). *Psychometric theory* (3a ed.). McGraw-Hill.
38. Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329–341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
39. Pulido, J. J., López-Gajardo, M. A., Ponce-Bondón, J. C., Díaz-García, J., Leo, F. M. (2022). ¿Influye la experiencia del entrenador en sus procesos motivacionales y su estilo interpersonal de apoyo hacia las necesidades psicológicas básicas de los deportistas?. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 436(4). [https://doi.org/10.55166/reefd.vi436\(4\).1057](https://doi.org/10.55166/reefd.vi436(4).1057)
40. Rebollo, M. R., Almagro, B. J., Rebollo, J. A. (2026). Efectos de una intervención motivacional en jugadoras de baloncesto adolescentes. *E-balonmano com, Journal of Sports Science*, 21(4), 583-596. <https://doi.org/10.17398/1885-7019.21.583>
41. Rosli, M. S., Saleh, N. S., Md. Ali, A., Abu Bakar, S. (2022). Self-determination theory and online learning in university: Advancements, future direction and research gaps. *Sustainability*, 14(21), 14655. <https://doi.org/10.3390/su142114655>
42. Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
43. Ryan, R. M., Deci, E. L. (Eds.). (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
44. Sáez, I., Solabarrieta, J., Rubio, I. (2021). Motivation for physical activity in university students and its relation with gender, amount of activities, and sport satisfaction. *Sustainability*, 13(6), 3183. <https://doi.org/10.3390/su13063183>
45. Sarol, H. (2024). Empowering motivation: The journey of wheelchair basketball athletes to overcome constraints. *Frontiers in Psychology*, 15, 1330971. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330971>
46. Sicilia, Á., González-Cutre, D., Artés, E. M., Orta, A., Casimiro, A. J., Ferriz, R. (2014). Motivos de los ciudadanos para realizar ejercicio físico: Un estudio desde la teoría de la autodeterminación. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46(2), 83–91. [https://doi.org/10.1016/S0120-0534\(14\)70011-1](https://doi.org/10.1016/S0120-0534(14)70011-1)
47. Soto, D., Reynoso, L. F., Lagunes, J. O., Fernández, E. Y. (2024). Being a competent coach and authentic leader influences the fulfillment of the athlete’s basic psychological needs. *E-balonmano com Journal Sports Science*, 20(2), 135–142. <https://doi.org/10.17398/1885-7019.20.135>
48. Stirling, A. E., Bridges, E. J., Cruz, E. L., Mountjoy, M. L. (2011). Canadian Academy of Sport and Exercise Medicine position paper: Abuse, harassment, and bullying in sport. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 21(5), 385-391. <https://doi.org/10.1097/JSM.0b013e31820f9248>

49. Tyebkhan, G. (2003). Declaration of Helsinki: The ethical cornerstone of human clinical research. *Indian Journal of Dermatology, Venereology, and Leprology*, 69(3), 245–247.
50. Valero-Valenzuela, A., Huéscar, E., Núñez, J., Conte, L., León, J., Moreno-Murcia, J. A. (2021). Prediction of adolescent physical self-concept through autonomous motivation and basic psychological needs in Spanish physical education students. *Sustainability*, 13(21), 11759. <https://doi.org/10.3390/su132111759>
51. Van Yperen, N. W. (2025). Athletes' basic psychological need satisfaction and autonomous motivation: differences between individual vs. team sports. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1592356. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1592356>
52. Vives-Ribó, J., Rabassa, N. (2020). Intervención sobre la comunicación del entrenador para aumentar la confianza de los deportistas. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 5(1), e6. <https://doi.org/10.5093/rpadef2020a1>
53. Walton, C. C., Gwyther, K., Gao, C. X., Purcell, R., Rice, S. M. (2024). Evidence of gender imbalance across samples in sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 1337–1355. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2150981>
54. World Medical Association. (2000). Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 284(23), 3043–3045. <https://doi.org/10.1001/jama.284.23.3043>