



PERFIL MOTIVACIONAL DE JUGADORAS CADETES Y JUVENILES DE VOLEIBOL

TFG presentado por:

Ana María Portillo Luna

Tutor:

Dr. D. Francis Ries

Departamento de Educación Física y Deporte

Universidad de Sevilla

Sevilla, Julio de 2021

ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN.	5
2.	JUSTIFICACIÓN.	6
3.	PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.	6
4.	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.	7
4.1	Objetivo general.	7
4.2	Objetivos específicos.	7
5.	MARCO TEÓRICO.	7
5.1	Motivación.	7
5.2	Motivación deportiva.	8
5.2.1	<i>Motivación deportiva en voleibol.</i>	10
5.3	Teoría de la Autodeterminación.	13
5.3.1	<i>Motivación intrínseca.</i>	15
5.3.2	<i>Motivación extrínseca.</i>	15
5.3.3	<i>Amotivación o desmotivación.</i>	16
5.4	Orientaciones de Metas.	16
5.4.1	<i>Orientación disposicional a la tarea.</i>	16
5.4.2	<i>Orientación disposicional al ego.</i>	17
6.	METODOLOGÍA.	18
6.1	Participantes.	18
6.2	Diseño de la investigación.	18
6.3	Variables de estudio.	19
6.4	Cuestionarios.	19
6.4.1	<i>Perception Of Success Questionnaire (POSQ).</i>	19
6.4.2	<i>Sport Motivation Scale (SMS).</i>	20
6.5	Procedimiento.	20
7.	ANÁLISIS DE DATOS.	21
8.	RESULTADOS.	21
9.	DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.	30
10.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	33
11.	ANEXOS.	40

RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue establecer un perfil psicológico, en cuanto al ámbito de la motivación se refiere, además de un análisis descriptivo de los resultados obtenidos por este conjunto de jugadoras de voleibol femenino de categoría cadete y juvenil, con edades comprendidas entre los 14 y 18 años, pertenecientes a distintos clubes (Villaverde del Río, Bunyola y Las Flores). Excepto Bunyola que pertenece a las Islas Baleares, los otros dos clubes corresponden a la provincia de Sevilla. Este trabajo se basa fundamentalmente en la Teoría de la Autodeterminación y las Orientaciones de Metas. La muestra quedó conformada por 65 jugadoras de categoría cadete y juvenil pertenecientes a los tres clubes antes mencionados, a las que se aplicó el cuestionario de la versión traducida al castellano del Perception Of Success Questionnaire (POSQ), y la versión traducida al español de la Sport Motivation Scale (SMS). Los resultados obtenidos han permitido obtener una información objetiva acerca del comportamiento y la motivación que les lleva a practicar este deporte a las jugadoras de voleibol en estas categorías en concreto. Entre los resultados se observó que estas jugadoras presentan un alto nivel de motivación, y una orientación a la tarea mucho mayor que al ego.

Palabras clave: Categoría cadete y juvenil, perfil psicológico, motivación, voleibol femenino.

ABSTRACT

The aim of this study was to establish a psychological profile, in terms of motivation, as well as a descriptive analysis of the results obtained by this group of female volleyball players in the cadet and youth categories, aged between 14 and 18, belonging to different clubs (Villaverde del Río, Bunyola and Las Flores). Except for Bunyola, which belongs to the Balearic Islands, the other two clubs belong to the province of Seville. This work is fundamentally based on the Self-Determination Theory and Goal Orientations. The sample consisted of 65 players of cadet and youth category belonging to the three clubs mentioned above, to whom the questionnaire of the Spanish version of the Perception Of Success Questionnaire (POSQ) and the Spanish version of the Sport Motivation Scale (SMS) were applied. The results obtained have allowed us to obtain objective information about the behaviour and motivation that lead the volleyball players in these specific categories to practice this sport. Among the results, it was observed that these players have a high level of motivation, and a higher task orientation than ego orientation.

Key words: cadet and youth category, psychological profile, motivation, women's volleyball.

1. INTRODUCCIÓN.

El voleibol es hoy en día uno de los deportes más practicados en todo el mundo, y aunque no se tiene muy claro dónde se inició su práctica, se dice que empezó gracias a William George Morgan, entrenador deportivo de la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA), en Holyoke (Estados Unidos) en el año 1895. Este deporte fue ideado al principio como una alternativa más sosegada al baloncesto. El voleibol en la actualidad es un deporte que se juega en interior, en una pista en forma de rectángulo que mide 18 metros de largo por 9 metros de ancho, en mitad de este rectángulo se encuentra una malla, a la cual llamamos red, que mide 1 metro de ancho y 9,5 metros de largo. El juego se lleva a cabo con dos equipos formados por seis personas cada uno, ubicándose cada equipo en un lado del campo, y teniendo como objetivo principal pasar la pelota por encima de la red, tratando de realizar tres toques y evitando que toque el suelo (Wikipedia, La enciclopedia libre, 2021).

Al igual que en la mayoría de los deportes, en el voleibol se trata de conseguir el mayor rendimiento, y para poder lograrlo es necesario llevar a cabo un buen entrenamiento deportivo. Uno de los elementos que influye en gran medida en el rendimiento del deportista es la motivación, ya que se trata de un elemento primordial para lograr el compromiso y la adherencia al deporte (León et al. 2017). Además, es responsable de definir el comportamiento y mantener la dirección y firmeza del mismo hasta alcanzar el objetivo planteado (Paic et al. 2017).

El deporte de competición tiene como objetivo primordial la expresión o mejora de la condición física o psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales y la consecución de resultados en una competición oficial. De esta forma, las personas muestran interés por aprender gestos técnicos, tácticas y ciertas estrategias para de esta forma competir en condiciones óptimas.

El voleibol es un deporte colectivo de estrategia en el que hay gran incertidumbre y donde la toma de decisiones tiene que ser la apropiada en cada momento o situación para conseguir resultados positivos en cada competición. Las particularidades que envuelven la práctica de voleibol, como es el caso de las continuas transiciones entre ataque y defensa o el rápido ritmo que se da en el juego, otorgan a los investigadores una oportunidad clave y única para analizar variables como la toma de decisiones y la motivación.

Podemos encontrar ciertos autores que las han relacionado y destacan la influencia de las orientaciones motivacionales sobre el proceso de toma de decisiones (Zeelenberg et al. 2007).

2. JUSTIFICACIÓN.

La motivación deportiva, la evolución del voleibol femenino en la sociedad, el papel que el entrenador o el docente realiza a través de las actividades físico-deportivas para que las jugadoras adopten una actitud u otra, y el motivo o causa por las que las mismas practican ese deporte, son temas que muchas veces he pensado y me he cuestionado, pudiendo llegar a interesarme esta temática hasta el punto de investigar y profundizar sobre ello, siendo estos motivos los causantes de que me decantase a realizar un Trabajo Fin de Grado (TFG) con dicha temática.

El trabajo de investigación denominado Perfil Motivacional de Jugadoras Cadetes y Juveniles de voleibol está basado fundamentalmente en la Teoría de la Autodeterminación, pudiéndose dividir a su vez en tres fases de motivación, las cuales son intrínseca, extrínseca y desmotivación.

En este trabajo queremos indagar, conocer y profundizar más sobre el conocimiento del aspecto psicológico que influye en las jugadoras de voleibol femenino (cadetes y juveniles), centrándonos, concretamente, en la motivación, con el objetivo de poder establecer también un perfil motivacional en jugadoras en fase de aprendizaje y desarrollo.

3. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.

Dado el interés que nos lleva a conocer qué es lo que incita a las jugadoras de voleibol femenino de categorías cadete y juvenil a practicar este deporte, nos realizamos esta pregunta, la cual es la clave por la que se realiza este trabajo de investigación y sobre la que versa el mismo.

¿Cuál es el perfil motivacional de las jugadoras de categoría cadete y juvenil de voleibol femenino?

4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.

En este TFG, nos hemos propuesto los siguientes objetivos:

4.1 Objetivo general.

-Determinar el perfil motivacional de jugadoras de categoría cadete y juvenil en el voleibol femenino.

4.2 Objetivos específicos.

-Describir qué tipo de motivación es predominante en las jugadoras de voleibol de entre 14 y 18 años de la categoría cadete y juvenil.

-Conocer la percepción de éxito que tienen estas jugadoras de voleibol.

5. MARCO TEÓRICO.

5.1 Motivación.

La palabra motivación proviene de la raíz latina que significa “mover”, “poner en movimiento”, por lo que se considera un estado permanente o transitorio predispone a la acción (Paglilla y Zavanella, 2006).

Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada (2007), sitúan a la motivación como una de las variables (junto a otras como la atención, el estrés, la ansiedad, la autoconfianza, los estados de ánimo, el autocontrol y la autorregulación, la cohesión, las habilidades interpersonales o el ajuste emocional) que pueden ayudar a que los deportistas optimicen su rendimiento, aumentando de esta manera las posibilidades de conseguir mejores resultados deportivos y disminuir la incidencia de variables que puedan afectar a su continuidad en el deporte de competición a largo plazo, como la aparición de lesiones.

Según el diccionario de la Real Academia Española de la Lengua, el término *motivación* hace referencia a la “acción y efecto de motivar”, apareciendo el término *motivar* como “dar causa o motivo para algo. Dar o explicar la razón o motivo que se ha tenido para hacer algo. Influir en el ánimo de alguien para que proceda de un determinado modo”. Por su parte, también Iso-Ahola y St. Clair (2000) afirman que la motivación es un

elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al deporte, debido a que es el motor del comportamiento humano (Dosil, 2004) indispensable para poder iniciar y desarrollar una actividad. Debido a que la motivación se refiere al *por qué* de la conducta (Weiner, 1992), las razones por las que se realiza una actividad son, normalmente, percibidas como indicadores de la motivación de la persona hacia una actividad dada (Vallerand y Losier, 1999, citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 23-24).

Para Roberts (2001), la motivación hace referencia a aquellos factores de la personalidad, variables sociales y/o cogniciones que entran en juego cuando una persona realiza una tarea para la cual es evaluada, entra en competición con otros o intenta lograr cierto nivel de habilidad o destreza. Siguiendo esta misma línea, Escartí y Cervelló (1994) apuntan que la motivación viene influida por una serie de aspectos biológicos, emocionales, sociales y cognitivos, formando un conjunto que actúa directamente sobre el sujeto, además de interactuar entre ellos, influyendo en la persistencia, en la intensidad y en la frecuencia de la conducta, aumentándola, manteniéndola o disminuyéndola, en función de la relación que se establecen entre ellos (figura 1), (citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 25).

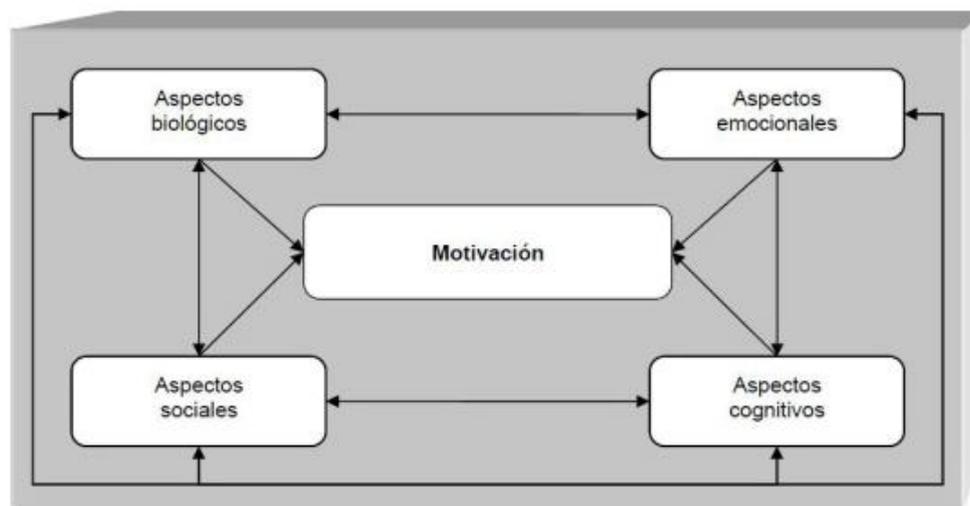


Figura 1. Variables relacionadas con la motivación (Escartí y Cervelló, 1994).

5.2 Motivación deportiva.

La motivación deportiva es la predisposición de un sujeto que muestra hacia la práctica de la actividad física (Kenyon, 1968) en el ámbito de la actividad deportiva, la

motivación ha sido siempre uno de los procesos psicológicos que más se han estudiado por parte de investigadores que explican y justifican la iniciación, orientación, mantenimiento y el abandono en su rendimiento (Navarro, 2015).

La motivación deportiva, va determinando en cierta forma la elección de una u otra actividad deportiva (Balaguer, 1994) que es un factor que determina su futuro de continuidad en el desarrollo de actividad física y deportiva (Sarrazin et al., 2002).

La motivación en el deporte es una variable que ha estado presente en muchas investigaciones. Esta importancia se debe a que sus componentes intrapersonales e interpersonales tienen importantes implicaciones en las prácticas de entrenamiento de deportistas (Irwin y Feltz, 2016). Además, la motivación deportiva es un elemento primordial para lograr el compromiso y la adherencia al deporte, ya que es el más importante e inmediato determinante del comportamiento humano (Iso-Ahola y St.Clair, 2000).

La psicología del deporte actualmente configura uno de los ámbitos de la aplicación que más se encuentran implicados en la motivación deportiva (Mayor et al. 1996) para lograr el máximo rendimiento deportivo se utiliza el entrenamiento físico, táctico, técnico, estratégico, y por supuesto emocional y psicológico que es muy difícil cosechar logros deportivos, académicos y/o profesionales para la actividad física y el deporte.

Cantón et al., (1990) argumentan que para que un sujeto empiece y mantenga una actividad deportiva, ésta debe tener para la persona cierto atractivo o el poder de satisfacer algunas de las necesidades de cada uno.

Es de gran importancia, señalar las características que van a influir en cierta medida en la motivación de los sujetos para participar en actividades físico-deportivas. Estas características se corresponden con la creencia sobre su habilidad (Bandura, 1997), la creencia sobre el grado de control de su aprendizaje (Skinner, 1995), la motivación intrínseca y extrínseca (Ryan y Stiller, 1991), el interés por materias y asignaturas (Schiefele, 1996) y el grado en el que valoran las distintas tareas (Eccles, 1984, citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 26).

Entre las teorías que explican la motivación, podemos encontrar: la Teoría de la Necesidad de Logro (Murray, 1938), la Teoría de la Ansiedad de Prueba (Sarasón et al. 1960) y la Teoría de Expectativa de Reforzamiento (Crandall, 1969), entre otras.

Además de éstas, existen otras dos teorías enmarcadas dentro del modelo socio-cognitivo y que, a día de hoy, son las más utilizadas para explicar los procesos del fenómeno de la motivación en contextos de logro. Se trata de la Teoría de las Metas de Logro y la Teoría de la Autodeterminación, siendo esta última en la que más nos vamos a centrar en este trabajo.

5.2.1 Motivación deportiva en voleibol.

La motivación en el deporte, en este caso en el voleibol, es una variable que ha estado presente en numerosas investigaciones como se puede observar en el trabajo de revisión de Clancy et al. (2016). Esta importancia se debe a que sus componentes intrapersonales e interpersonales tienen importantes implicaciones en las prácticas de entrenamiento de deportistas (Irwin y Feltz, 2016). Además, la motivación deportiva es un elemento primordial para conseguir el compromiso y la adherencia al voleibol en este caso, ya que es el más importante determinante del comportamiento humano según Iso-Ahola y St. Clair, (2000).

El estudio de los perfiles motivacionales está permitiendo determinar en cierto modo los diferentes patrones motivacionales que existen en una muestra de estudio concreta, atendiendo a diferentes variables motivacionales, con el objeto de poder proporcionar información más detallada a los adultos significativos (entrenadores, en nuestro caso), sobre las características particulares de su grupo en concreto y, con esto, poder fomentar una motivación más positiva y conseguir una mayor adherencia a la práctica. Para poder conseguir esto, Vallerand (2001) puso de manifiesto la necesidad de investigar los factores sociales que determinan esos perfiles. En este sentido también, uno de los factores sociales que se ha utilizado en muchos estudios ha sido el clima motivacional, el cual fue definido por Ames (1992) como un conjunto de señales implícitas, y/o explícitas, que son percibidas en el entorno, a través de las cuales se definen las claves de éxito y fracaso. Este clima se crea por los padres, entrenadores, compañeros, amigos, y medios de comunicación también, pudiendo ser de dos tipos, un clima motivacional que implique tarea o clima de maestría, y un clima motivacional que implique ego o clima competitivo, diferenciándose entre sí en función del criterio de éxito establecido.

En el estudio realizado por Almagro et al. (2015), donde la muestra estuvo compuesta por un total de 608 deportistas, con edades comprendidas entre los 12 y 17 años, y

donde todos ellos practicaban algún deporte de competición en ligas provinciales, concretamente de modalidades como: fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano, atletismo, gimnasia rítmica, natación, piragüismo, judo y tenis, tuvieron como objetivo estudiar los diferentes tipos de motivación establecidos por la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985, 2000) a través de un análisis de perfiles. También como objetivo secundario, analizaron las diferencias en los subfactores del clima motivacional percibido y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los dos perfiles motivacionales encontrados entre los deportistas. Los resultados encontrados revelaron dos perfiles motivacionales en la muestra de deportistas adolescentes encuestados, un perfil altamente motivado, con puntuaciones altas tanto en formas de motivación autodeterminada (motivación intrínseca y regulación identificada) como en motivación no autodeterminada (regulación introyectada y externa), salvando la desmotivación; y un perfil moderadamente motivado, con puntuaciones moderadas en formas de motivación autodeterminada y no autodeterminada.

En el ámbito del deporte, y más en concreto en el voleibol, el estudio de la motivación permite conocer por qué las jugadoras seleccionan esta actividad en concreto, la cantidad de energía o empeño con la que se realiza, o los factores que determinan que se continúe en ella o que se abandone. La motivación no deriva exclusivamente de factores de las jugadoras como la personalidad, las necesidades, los intereses o los objetivos, ni sólo de factores situacionales como el estilo del entrenador/a o el historial de victorias conseguidas, sino desde la interacción de esos dos conjuntos de factores. Por lo tanto, relevantes autores del campo de la Psicología del Deporte, coinciden en que la motivación es la variable más determinante e importante en el rendimiento deportivo (Roberts, 1992 y Duda, 1992).

Según López-Walle et al. (2011) expresan que las investigaciones han demostrado que los/las deportistas lucen patrones motivacionales más adaptativos cuando notan que sus entrenadores/as establecen un clima de implicación en la tarea. De forma general, la investigación que se realiza en el contexto propio de la educación física y el deporte, ha declarado que la percepción de un clima motivacional de implicación en la tarea suele asociarse con respuestas motivacionales adaptativas como la motivación autodeterminada (Cox y Williams, 2008; Standage, Duda y Ntoumanis, 2003a, 2003b). Por otro lado, se ha averiguado que la percepción de un clima de implicación en el ego da lugar a consecuencias motivacionales poco adaptativas, ya que esta percepción se

relaciona con conductas reguladas de forma externa (Petherick y Weigand, 2002, citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 53).

Los deportistas orientados hacia la tarea suelen tener la creencia de que el éxito en el deporte proviene del esfuerzo, motivación y cooperación en el desarrollo de la actividad deportiva; por otro lado, los orientados hacia el ego, se relacionan con la posesión de una habilidad o competencia superior respecto al resto de deportistas (Guivernau y Duda, 1994; Nicholls, 1992).

Numerosos estudios han relacionado las orientaciones motivacionales hacia la tarea con ciertas variables como una mayor persistencia, voluntad y compromiso en la actividad físico-deportiva (Almagro et al. 2009; Lukwu y Luján, 2011; Prieto, 2016; Torregrosa et al., 2008), esfuerzo y motivación (Cecchini et al., 2005; Hellin, 2007; Lopez, 2008; Reyes, 2009;), diversión (Castillo, Balaguer y Duda, 2002; Cervelló, Escartí y Balagué, 1999; Andrew, 2011; Chu y Wang, 2012), menor ansiedad (Cecchini et al. 2004) y no abandono de la práctica deportiva (García-Calvo, 2006; Usán, 2010; Vasters y Pilon, 2011).

Cervelló et al., (2002) estudiaron la relación que había entre la orientación motivacional disposicional, el clima motivacional percibido en competición y el estado de implicación en competición de jugadoras de voleibol de alto nivel, con una muestra de 84 jugadoras de voleibol. Los resultados manifestaron que tanto la disposición personal (orientación al ego) como el clima social percibido (percepción de criterios de éxito orientados al ego de las compañeras de equipo en competición), se muestran como buenos vaticinadores del estado de implicación al ego durante la competición en sí, (citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 54-55).

Sánchez y Valenzuela (2013) con una muestra de 51 sujetos provenientes de escuelas y clubes de la región de Murcia, analizaron la motivación que experimentaban diversos grupos de atletas, y cómo ésta, influía en sus niveles de satisfacción con el deporte. Los resultados mostraron una mayor satisfacción y menor aburrimiento en los sujetos con alta orientación a la tarea y motivación intrínseca-autodeterminada, así como una mayor motivación hacia el logro (ego y tarea). Para ello, utilizaron distintos cuestionarios como el BREQ-2 para la autodeterminación, TEOSQ para la orientación motivacional y SSI para el nivel de satisfacción, todos ellos adaptados al contexto atlético.

Martínez-Moreno (2017) con una muestra de 495 jugadores, de edades comprendidas entre los 12 y 16 años, se propuso conocer el perfil motivacional de jugadores de balonmano de categoría élite. Para ello, se realizaron análisis estadísticos descriptivos de la muestra, frecuencias absolutas y relativas para las variables cualitativas y para las cuantitativas valores mínimo, máximo, media, desviación típica, etc. Los resultados muestran que los jugadores de balonmano de categoría élite de dicho estudio, tienen principalmente motivación intrínseca, consiguiendo puntuaciones altas en motivación general, motivación consecución y motivación estimulación. Además, también valores altos en regulación introyectada y valores muy bajos en desmotivación.

Siguiendo esta misma línea, Moreno et al. (2014) identificaron el perfil cognitivo y emocional que caracterizaba a los jugadores del Campeonato de España de voleibol de selecciones autonómicas de categorías infantil y cadete. La muestra estuvo compuesta por 503 participantes con edades entre los 12 y los 16 años. La toma de decisiones y el rendimiento en juego de los deportistas se consiguió con la observación sistemática de las acciones de juego. Los resultados obtenidos mostraron altos valores de motivación intrínseca, relaciones sociales, competencia, autoconfianza, percepción de habilidad incremental y bajos valores de autonomía y percepción del rendimiento.

5.3 Teoría de la Autodeterminación.

La Teoría de la Autodeterminación, es la principal teoría motivacional en el ámbito deportivo, y muestra la relación entre los antecedentes motivacionales (por ejemplo percepción de habilidad), el proceso motivacional (motivación y necesidades psicológicas básicas) y un conjunto de consecuencias entre las que se encuentra el rendimiento (Deci y Ryan, 2000).

Esta teoría establece que la motivación es un continuo, caracterizada por diferentes niveles de autodeterminación, de tal forma que de más menos autodeterminada encontramos la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la amotivación o desmotivación. La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el placer y el disfrute que le produce y por tanto, la actividad es un fin en sí misma (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985). Dentro de la motivación extrínseca podemos

encontrar la regulación integrada, la regulación identificada, la introyección y la regulación externa (ordenadas de mayor a menor autodeterminación).

Los trabajos que han analizado esta teoría en el ámbito físico-deportivo hacen ver que la motivación más autodeterminada (motivación intrínseca) se relaciona con las consecuencias más positivas, tanto a nivel cognitivo, como conductual y afectivo (Vallerand y Rousseau, 2001). Además, también muestra que los seres humanos tienen una serie de necesidades psicológicas básicas que son innatas, universales y esenciales para la salud y el bienestar, independientes del género, sexo o cultura que se tenga (Montero, 2010). Estas tres necesidades psicológicas básicas, las cuales son comunes a todas las personas, son las necesidades de autonomía, la necesidad de sentirse competente, y la necesidad de tener relaciones sociales positivas con los demás. Por lo tanto, según cómo perciba el sujeto que estas necesidades son satisfechas o no, así será el grado y tipo de motivación que tenga en un contexto determinado o en una situación concreta, de forma que la interpretación que realice el sujeto de la medida en que es autónomo, valorado o aceptado y competente por todos los demás, va a tener que ver en su conducta final (citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 64).

Aún no está claro por qué es necesario explicar el por qué iniciaron, mantuvieron o abandonaron la actividad física, es decir, si existen factores sociales que los restringen, o si están mediatizados por determinados aspectos psicológicos de la persona, como la motivación del comportamiento en sí, dando lugar a consecuencias derivadas de los motivos de la propia conducta. Conocer cuál es el significado de la motivación humana y qué la impulsa nos permitirá enfatizarla y estar más coordinados de alguna forma a la hora de realizar la intervención o formación docente en nuestro caso (Domínguez Borreguero, 2013).

Para responder a esta necesidad que se nos plantea, una de las teorías más consolidadas y coherentes que se han abordado a la hora de explicar la motivación humana es la Teoría de la Autodeterminación. Esta teoría describe las condiciones bajo las cuales diversos factores sociales y contextuales fomentaran diversos tipos de motivación en las personas (Vallerand y Rousseau, 2001), analizando el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones con un sentido de elección (Moreno y Martínez, 2006), de forma voluntaria, es decir por propia elección (Carratalá, 2004).

La motivación autodeterminada es caracterizada por la sensación de que una persona actúa bajo voluntad y elección propias, a diferencia de la no autodeterminada que se caracteriza por actuar bajo presión y demandas externas (Deci y Ryan, 2008).

Existen estudios como los de (Deci, 1971, 1975) donde se demuestran que personas motivadas intrínsecamente, permanecían más en sus actividades y le dedicaban más tiempo que otras personas motivadas de forma extrínseca a través de recompensas.

Según Montero (2010) y Llamas (2009), la motivación de la persona hacia cualquier actividad va a depender, en gran medida, de la percepción que tenga en relación a la satisfacción de las tres necesidades anteriormente mencionadas, es decir, la motivación será intrínseca, extrínseca o amotivada, y esto irá en función de que el individuo se sienta más o menos competente interactuando con el medio y pueda realizar acciones con la seguridad de que el resultado es aquel que espera o desea conseguir, de que se sienta más o menos responsable y con la capacidad de tomar decisiones, eligiendo aquellas que les parezca más apropiadas sin presiones externas, y por supuesto también, del nivel de unión en el que se encuentre con el medio y las personas de las que esté rodeado en el contexto en que se desarrolla la actividad, sintiendo que puede contar con la colaboración y aceptación de las personas que considera importantes en su entorno, (citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 80).

5.3.1 Motivación intrínseca.

Este tipo de motivación hace referencia a la que nace de cada uno, y se caracteriza porque la persona siente satisfacción y placer por el simple hecho de realizar una actividad (Sanz, 2013). Aquí, los motivos de la práctica son inherentes a la propia actividad, entre ellos podemos destacar el aprender, mejorar o disfrutar con la misma conducta (Deci y Ryan, 1985).

5.3.2 Motivación extrínseca.

Esta motivación se refiere a la participación en la actividad como medio para alcanzar un objetivo externo a ella (Deci, 1975).

Esta motivación hace referencia al hecho de llevar a cabo una determinada actividad, motivado todo ello por la consecución de refuerzos externos y ajenos a la propia actividad.

5.3.3 *Amotivación o desmotivación.*

Representa el nivel más bajo de autodeterminación (Deci y Ryan, 1985), haciendo referencia a la falta de intencionalidad del individuo por desempeñar o llevar a cabo algo, y por lo tanto, es probable que la actividad sea desorganizada y esté acompañada de sentimientos de frustración, depresión o miedo en cierto modo (Deci y Ryan, 2000).

5.4 Orientaciones de Metas.

En la Teoría de Metas interaccionan tres variables (orientaciones disposicionales, climas motivacionales y estados de implicación). Estas variables van a desarrollar una tendencia al ego o a la tarea (percibir la meta como ganar o controlar la tarea).

Siguiendo esta línea, existen dos tipos diferentes de orientaciones, una va a estar enfocada hacia la ejecución de la tarea, la cual la persona se centra en la realización del trabajo asignado y la segunda, en la que la persona lo que busca es el resultado, ganar o quedar mejor que la compañera. Esta segunda orientación se llama orientación al ego. Mientras que la primera se denomina orientación a la tarea. Esta clasificación se realiza desde la perspectiva de metas de logro (Maehr y Nicholls, 1980; Nicholls, 1984 y 1989).

A las conductas dirigidas al dominio de una tarea se les llama *orientación disposicional a la tarea* y a aquellas conductas dirigidas a la demostración de capacidad y al reconocimiento social, se les llama *orientación disposicional al ego*.

5.4.1 *Orientación disposicional a la tarea.*

En la orientación hacia la tarea, las personas estiman lo competentes o capaces que son basándose en un proceso de autocomparación. En este caso, las conductas de las personas irán dirigidas a conseguir la mejora personal de sus capacidades. El fracaso no se entiende en términos de sentimientos personales de inadecuación o falta de

competencia, sino más bien como una falta de dominio y aprendizaje (Llamas, 2009, citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 200).

Los sujetos orientados a la tarea ven el deporte y la actividad física como una actividad que fortalece la capacidad de cooperación, la responsabilidad social, y la motivación intrínseca (Escartí y Brustad, 2000; Wang y Biddle, 2001), que otorgan sentimientos afectivos positivos (Wang y Biddle, 2001), que a su vez incrementa el interés por el aprendizaje, por cumplir las reglas, por esforzarse al máximo y por mejorar las habilidades propias del deporte, siendo percibido el esfuerzo como la mayor causa de éxito (Cervelló et al., 2004; Parish y Treasure, 2003, citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 33).

5.4.2 *Orientación disposicional al ego.*

En la orientación hacia el ego, la persona es capaz de diferenciar activamente los conceptos de esfuerzo y capacidad al realizar una tarea (Llamas, 2009). Con esta orientación, las personas se preocupan sobretodo de comprobar su capacidad y se ven competentes y, por lo tanto, con éxito, si demuestran que son superiores en comparación con otras personas (Castillo et al., 2011, citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 33).

Los sujetos orientados al ego perciben que el deporte debe ayudar a conseguir mayor reconocimiento y estatus social, a aumentar la popularidad, y a conseguir riqueza económica, entre otros, principalmente cuando todo ello se consigue aplicando el mínimo esfuerzo, fijando relaciones muy bajas con la motivación intrínseca hacia la propia actividad (Cervelló et al., 2004).

Ciertos contextos dentro del deporte como son la competición y el entrenamiento, implican condiciones que pueden generar la implicación a la tarea o al ego. El entrenamiento, por una parte, otorga oportunidades a los deportistas de poder practicar y desarrollar sus habilidades, al igual que por otro lado, la competición, está en cierto modo regulada formalmente para evaluar estas mismas habilidades comparándose con otros deportistas (ya sea del equipo contrario, o incluso del mismo) (Van de Pol y Kavussanu, 2011).

García-Mas et al. (2011) analizaron las relaciones que había entre el clima motivacional percibido (de ego y tarea), y la ansiedad competitiva en una población de 54 futbolistas

de competición de edad media de 9 años. Los resultados mostraron que los deportistas que recibieron los niveles más altos de clima motivacional centrado en el ego manifestaron los niveles más altos de ansiedad cognitiva, sobretodo preocupación, (citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 42-43).

Ebbeck y Becker (1994), con una población de 166 futbolistas adolescentes, mostraron que altas puntuaciones en la percepción de un clima implicado en la tarea y bajas puntuaciones en la percepción de un clima implicado en el ego, estos se relacionan con una mayor orientación a la tarea, a la vez que el clima motivacional percibido no se asoció con la motivación al ego, (citado en Domínguez Borreguero, 2013, p. 216).

Los sujetos pueden tener alta orientación al ego y a la tarea, baja al ego y alta a la tarea, alta al ego y baja a la tarea, o bajas a ambas. De cualquier modo, estas orientaciones van a señalar en los deportistas sus objetivos, intereses, sentimientos de éxito y fracaso, y su interpretación contextual (Domínguez Borreguero, 2013).

6. METODOLOGÍA.

6.1 Participantes.

La muestra del estudio llevado a cabo se compuso de 65 jugadoras de voleibol, de la categoría cadete y juvenil. Dichas jugadoras pertenecen a los clubes de Villaverde del Río, Bunyola y Las Flores, excepto este último club, que corresponde a Baleares, los otros dos se encuentran en la provincia de Sevilla. La edad de las participantes estuvo comprendida en un rango de edad entre los 14 y 18 años, siendo la media de edad de 15,52 años.

6.2 Diseño de la investigación.

El presente estudio se ajusta a un diseño de carácter descriptivo. A través de éste, serán descritas las características relacionadas con la motivación y la percepción de éxito, las cuales han sido expresadas por jugadoras cadetes y juveniles de voleibol en los distintos cuestionarios que se les pasaron.

6.3 Variables de estudio.

Las variables las cuales van a ser estudiadas y los cuestionarios a utilizar serán:

OBJETO ESTUDIO	VARIABLES	DEFINICIÓN	CUESTIONARIO
PERFIL MOTIVACIONAL	Orientaciones motivacionales	Criterios de éxito que tiene un sujeto en un contexto de logro	POSQ (Perception Of Success Questionnaire). Versión traducida y validada al castellano por Roberts, Treasure y Balagué (1998).
	Nivel de autodeterminación en la práctica deportiva	Motivación intrínseca (placer por practicar, aprender, mejorar o perfeccionar) Motivación extrínseca (identificada, introyectada, externa) Amotivación o Desmotivación	SMS (Sport Motivation Scale). Escala de Motivación Deportiva. Versión traducida al castellano por Pelletier et al., 1995).

6.4 Cuestionarios.

6.4.1 *Perception Of Success Questionnaire (POSQ).*

Con el objetivo de medir las orientaciones de meta de las jugadoras de voleibol, se utilizó este cuestionario de Roberts et al., (1998), para saber las disposiciones hacia una orientación de meta a la tarea o al ego. El POSQ es una escala compuesta por 12 ítems, de los cuales 6 miden la orientación a la tarea y 6 miden la orientación al ego. A través

de este cuestionario, se les pedía a las jugadoras que expresasen el significado que tenía para ellas el éxito en la práctica deportiva, contestando con una valoración del 1 al 5, según el grado de desacuerdo o de acuerdo.

6.4.2 Sport Motivation Scale (SMS).

Para poder medir el nivel de autodeterminación de los motivos de práctica de las jugadoras que han sido implicadas en nuestro estudio, se ha utilizado una versión traducida al castellano de Pelletier et al., (1995).

Este cuestionario consiste en solicitar a las jugadoras, que exprese sus sentimientos y las distintas opiniones respecto a la práctica de voleibol, en este caso, intentando descubrir la/s causa/s de su práctica deportiva. El encabezado ha sido adaptado a las características de nuestra muestra con la pregunta de “¿Por qué participas en tu deporte?”, seguido de los 28 ítems que constituyen este cuestionario, valorados a través de una escala de 0 a 5, donde el 0 corresponde a “No tiene nada que ver conmigo”, y el 5 corresponde a “Se ajusta totalmente a mí”.

Estos 28 ítems se distribuyen en siete factores. De estos siete, tres corresponden a aspectos que tienen que ver con la motivación intrínseca. De los demás factores, otros tres corresponden a aspectos relacionados con la motivación extrínseca. Y el último factor corresponde a la amotivación.

6.5 Procedimiento.

Se habló con los distintos entrenadores de los clubes para que hicieran llegar los cuestionarios a sus jugadoras, recalcando que era para un Trabajo Fin de Grado de la Universidad, por lo cual era importante y de gran ayuda que lo realizaran. Para cumplimentar los cuestionarios, se pasó por WhatsApp un enlace de Google Forms y un mensaje tras este, en el que se insistía en el anonimato de las respuestas y se pedía que contestasen con sinceridad absoluta siempre, además de leer bien cada ítem para que no pudiera dar lugar a confusiones. Por último, se les agradecía su participación voluntaria.

Se dejó habilitado el enlace a los cuestionarios para que pudieran realizarlo, durante un período de tiempo algo superior a una semana, con el fin de que lo rellenasen el mayor número de jugadoras posibles.

Uno de los cuestionarios fue realizado por 82 jugadoras (POSQ) y el otro, por 65 (SMS). Aunque hay que decir que a modo de comparación se utilizaron 65 respuestas para ambos.

7. ANÁLISIS DE DATOS.

Para el análisis de los datos se utilizó un software de administración de encuestas denominado Google Forms. Se realizaron diagramas de barras para cada ítem, donde se mostraban los porcentajes obtenidos según las opciones de respuestas seleccionadas por cada jugadora en cada una de las respuestas correspondientes en los dos cuestionarios, para de esta forma, poder sacar conclusiones de cada una de estas preguntas en relación a la motivación de cada jugadora y qué es lo que les lleva a practicar voleibol en concreto.

8. RESULTADOS.

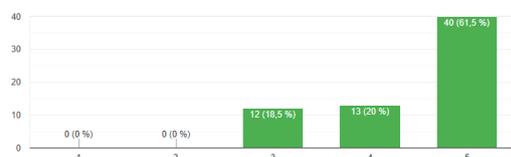
Respecto al cuestionario SMS, podemos observar las respuestas que se han obtenido por parte de las jugadoras a cada una de las correspondientes preguntas. Entre los tipos de motivación que existen, se encuentran:

-MOTIVACIÓN INTRÍNSECA: a su vez, dentro de ésta, encontramos distintas subdivisiones.

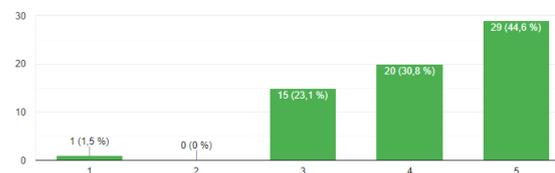
→Motivación intrínseca (MI) para conocer: 2, 4, 27, 23.

Ítems 2 y 4:

Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre voleibol
65 respuestas

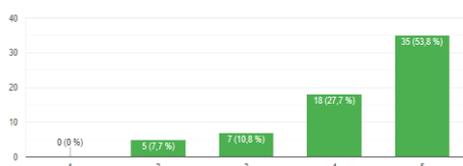


Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento
65 respuestas

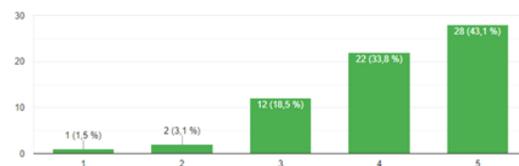


Ítems 27 y 23:

Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)
65 respuestas



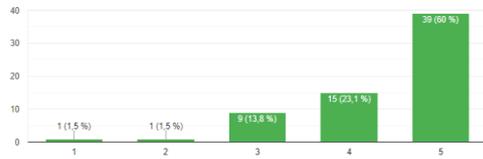
Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes
65 respuestas



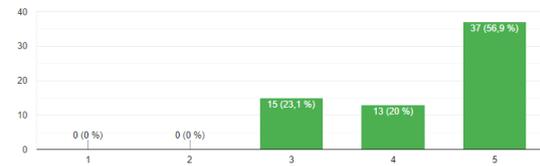
→MI para experimentar estimulación: 1, 13, 18, 25.

Ítems 1 y 13:

Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante
65 respuestas

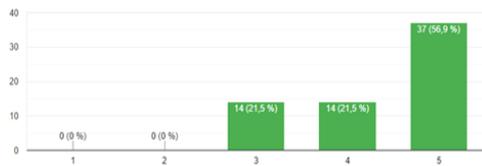


Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva
65 respuestas

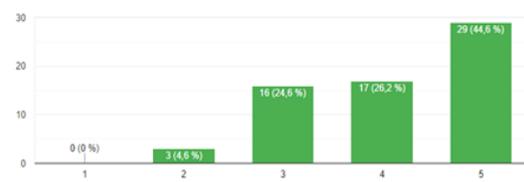


Ítems 18 y 25:

Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte
65 respuestas



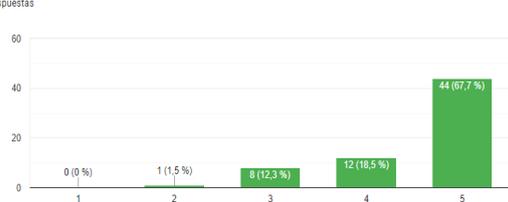
Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte
65 respuestas



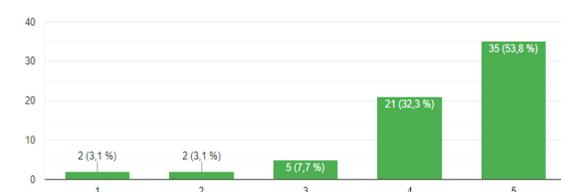
→MI para conseguir cosas: 8, 12, 15, 20.

Ítems 8 y 12:

Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento
65 respuestas

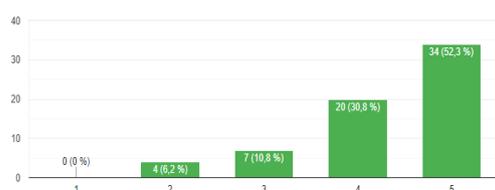


Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos
65 respuestas

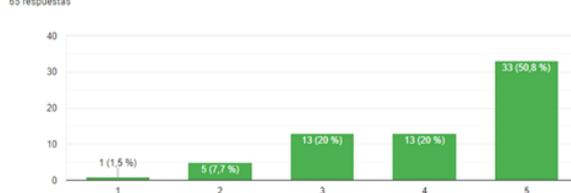


Ítems 15 y 20:

Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades
65 respuestas



Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte
65 respuestas



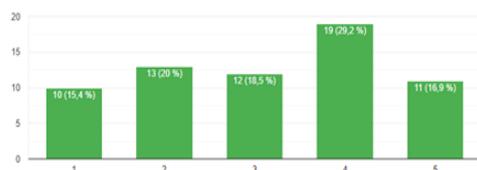
Tras observar los distintos ítems que corresponden a la Motivación Intrínseca, podemos comprobar que las jugadoras presentan una gran motivación, ya que se ve perfectamente cómo sobresale el nº 5 con mayores valores en todas las preguntas en comparación con el resto, dando esto lugar a un grado de acuerdo mayor en relación a lo que se les pregunta. Estas respuestas mostradas por parte de las jugadoras que analizamos, nos muestran que se comprometen a practicar voleibol por el placer y la satisfacción que les provoca esto, por lo tanto realizan esta actividad sin obtener recompensa alguna y únicamente por la satisfacción de aprender y conocer más sobre el voleibol, además de superarse constantemente.

-MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA: a su vez, dentro de ésta, encontramos también distintas subdivisiones.

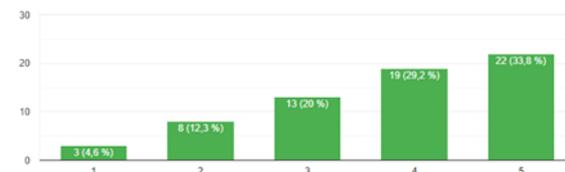
→Regulación identificada: 7, 11, 17, 24.

Ítems 7 y 11:

Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente
65 respuestas

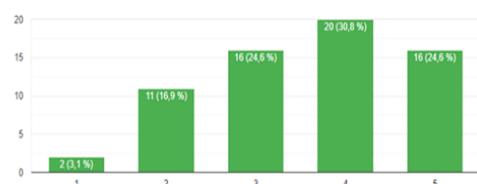


Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mi mismo
65 respuestas

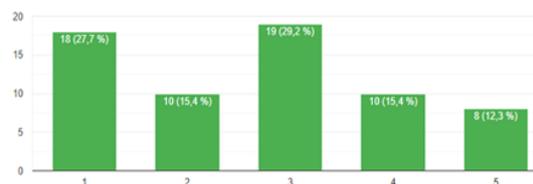


Ítems 17 y 24:

Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrian ser utiles para mi en otras áreas de mi vida
65 respuestas



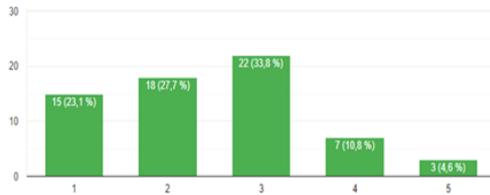
Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos
65 respuestas



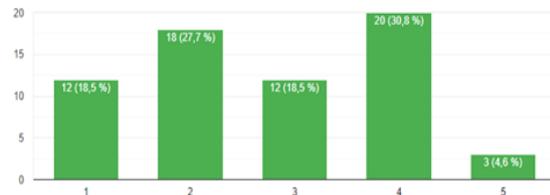
→Regulación introyectada: 9, 14, 21, 26.

Ítems 9 y 14:

Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma
65 respuestas

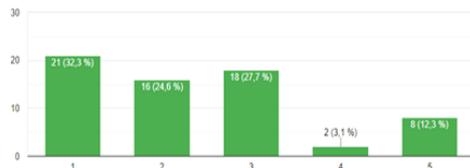


Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo
65 respuestas

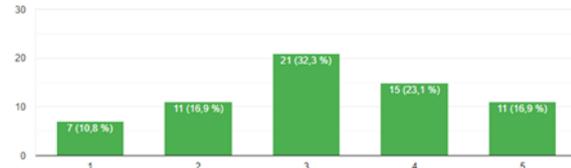


Ítems 21 y 26:

Porque me sentiria mal conmigo mismo si no participase
65 respuestas



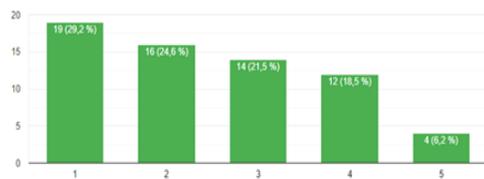
Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte
65 respuestas



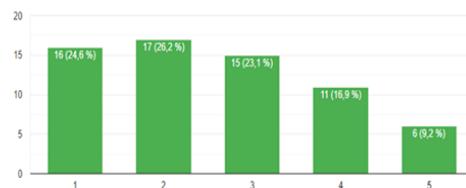
→Regulación externa: 6, 10, 16, 22.

Ítems 6 y 10:

Porque me permite ser valorado por la gente que conozco
65 respuestas

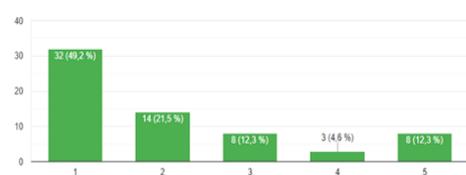


Por el prestigio de ser un deportista
65 respuestas

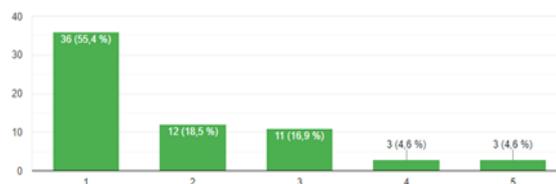


Ítems 16 y 22:

Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ser un deportista
65 respuestas



Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte
65 respuestas



En cuanto a la Motivación Extrínseca, observamos que hay más variedad en las respuestas si la comparamos con la intrínseca, vista anteriormente. Si nos fijamos en la regulación identificada, encontramos valores altos que muestran el grado de acuerdo con lo que se les pregunta, indicándonos esto que las razones que les lleva a las jugadoras a realizar este deporte están internalizadas en el sentido que se juzga como valiosa. Un ejemplo de esto sería la jugadora que practica voleibol porque piensa que es importante y fundamental para su desarrollo, para que lo entendamos mejor. Aun así, vemos como en el ítem 24, muchas jugadoras han marcado el 1, mostrándonos este resultado que no se sienten identificadas en que el hecho de practicar voleibol sea una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con sus amigas.

Por otro lado, encontramos la regulación introyectada, donde podemos ver también variaciones en las respuestas seleccionadas por parte de las jugadoras. Si nos fijamos en el primer ítem, no comparten totalmente que sea absolutamente necesario participar en este deporte para estar en forma. En el ítem 21, vemos como la mayoría han seleccionado el 1, mostrando que no se sentiría mal con ellas mismas si no jugaran a voleibol. En general viendo las respuestas obtenidas, el grado de acuerdo con las preguntas del cuestionario es medio. La regulación introyectada representa el primer escalón del proceso de internalización de la conducta de cada una de ellas, lo que hace referencia a que las jugadoras actúan para evitar sentimientos de vergüenza, evitando sentirse culpable y por presión interna de ellas.

Finalmente, los ítems que conforman la regulación externa, muestran un alto grado de desacuerdo en todas las preguntas, ya que el número que más sobresale es el 1. Esto quiere decirnos que las jugadoras no practican su deporte para conseguir algo positivo como prestigio, dinero,... o evitar algo negativo como los castigos, reprimendas de

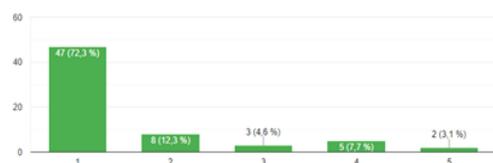
familiares o lo que puedan llegar a pensar de ellas. Por lo cual pienso que es algo positivo.

-NO MOTIVACIÓN: 3, 5, 19, 28.

Ítems 3 y 5:

Solia tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo

65 respuestas



No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte

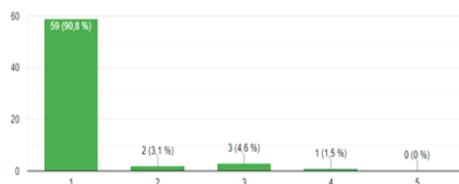
65 respuestas



Ítems 19 y 28:

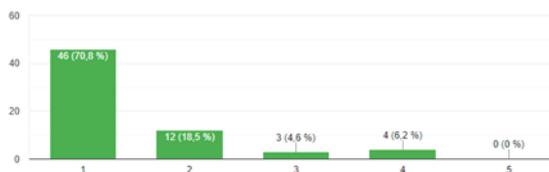
No lo tengo claro: en realidad no creo que este sea mi deporte

65 respuestas



A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos

65 respuestas



Por otro lado y último, encontramos la no motivación, donde podemos observar perfectamente como el nº que más sobresale es el 1, mostrando un claro desacuerdo en lo que se les pregunta a las jugadoras. Estas respuestas nos hacen saber que las jugadoras no se sienten incompetentes en su deporte, ni sin control sobre sus acciones, por lo que no tienen pensado abandonar el voleibol, ya que se encuentran intrínsecamente motivadas y extrínsecamente en parte.

A modo general, según los resultados obtenidos en el cuestionario SMS, encontramos en sus respuestas que las jugadoras tienen una motivación intrínseca alta. Si analizamos la motivación extrínseca podemos ver que es media, y por el contrario, la no motivación es baja.

De forma general, podemos ver a continuación los datos registrados a modo de resumen en tablas.

EDAD	Nº TOTAL JUGADORAS
14	18
15	15
16	19
17	6
18	7

Tabla 1. Resumen de edad y nº de jugadoras totales.

En esta primera tabla, mostramos la edad de las distintas jugadoras que han participado, y el nº total de jugadoras con dicha edad. Si hacemos un recuento total, este cuestionario ha sido respondido por 65 jugadoras, de las cuales 18 tienen 14 años, 15 tienen 15 años, 19 tienen 16 años, 6 tienen 17 años y tan solo 7 son mayores de edad (18 años).

CLUB	Nº TOTAL JUGADORAS
Voleibol Villaverde del Río	40
Bunyola	15
C.D Las Flores	10

Tabla 2. Clubes que han participado y nº total jugadoras.

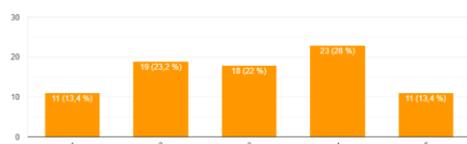
En esta segunda tabla, observamos los distintos clubes de donde proceden las jugadoras que han participado en este estudio, de las cuales 40 pertenecen al club Voleibol Villaverde del Río (Sevilla), 15 pertenecen al club Bunyola (Mallorca) y tan solo 10 pertenecen al club deportivo Las Flores (Sevilla).

Respecto al cuestionario POSQ, se muestra a continuación los resultados obtenidos del mismo.

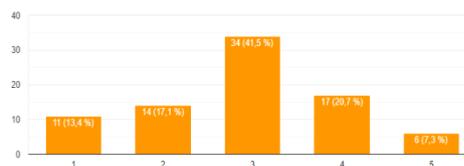
Ítems 1 y 2:

Al practicar voleibol siento que tengo éxito cuando...

Cuando derroto a los demás
82 respuestas

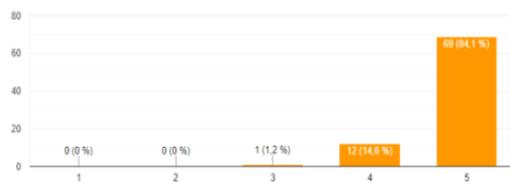


Cuando soy el mejor
82 respuestas

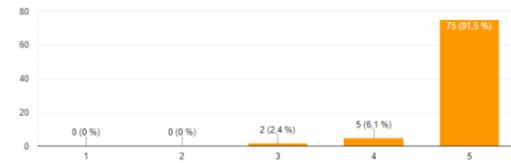


Ítem 3 y 4:

Cuando trabajo duro
82 respuestas

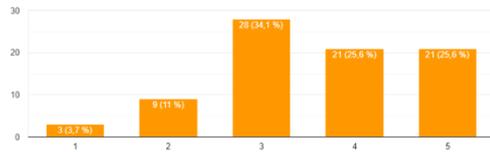


Cuando demuestro una clara mejoría personal
82 respuestas

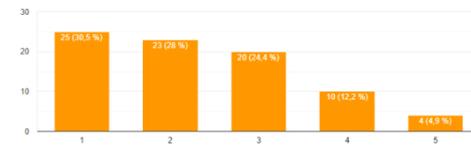


Ítems 5 y 6:

Cuando mi actuación supera a mis rivales
82 respuestas

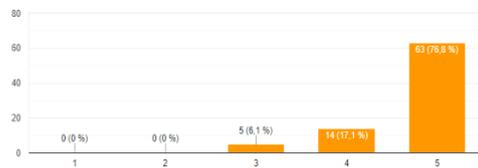


Cuando demuestro a la gente que soy el mejor
82 respuestas

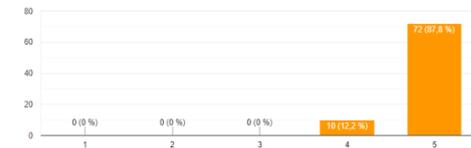


Ítems 7 y 8:

Cuando supero las dificultades
82 respuestas

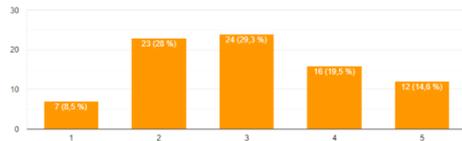


Cuando domino algo que no podía hacer antes
82 respuestas



Ítems 9 y 10:

Cuando hago algo que los demás no pueden hacer
82 respuestas



Cuando rindo a mi mejor nivel de habilidad
82 respuestas



Ítems 11 y 12:



Si nos fijamos en las respuestas que han seleccionado las distintas jugadoras, encontramos que la percepción del éxito es media. Los ítems orientados al ego (12, 5, 2,6 ,1 ,9) presentaron valores bajos; por el contrario, los ítems orientados a la tarea (8, 4, 7, 11, 10, 3) presentaron mayores valores por parte de las jugadoras, lo que quiere decir que se sienten identificadas con las mismas.

Que las jugadoras presenten la máxima puntuación en la mayoría de los ítems orientados a la tarea nos muestra que lo que buscan fundamentalmente es mejorar sus habilidades, aprender nuevas técnicas y dominarlas, principalmente. Por otra parte, el que hayan puntuado con valores más bajos los ítems relacionados con la orientación al ego nos hace saber que no focalizan su motivación hacia la comparación con las demás jugadoras ni a ser mejor que las demás tampoco.

A continuación, se muestran los datos recogidos en dos tablas para poder visualizarlos de una mejor forma.

EDAD	Nº TOTAL JUGADORAS
14	27
15	20
16	21
17	6
18	8

Tabla 3. Resumen de edad y nº de jugadoras totales.

En esta tabla hemos recogido las edades de las jugadoras y el nº total de las mismas correspondientes a cada edad. Encontramos que 27 jugadoras tienen 14 años, 20 tienen

15 años, 21 tienen 16 años, 6 tienen 17 años y 8 tienen 18 años. En total respondieron a este cuestionario 82 jugadoras.

CLUB	Nº TOTAL JUGADORAS
Voleibol Villaverde del Río	39
Bunyola	26
C.D Las Flores	17

Tabla 4. Clubes que han participado y nº total jugadoras.

En esta otra tabla podemos observar los distintos clubes que han participado en este estudio y las jugadoras que pertenecen a cada uno de ellos, entre ellos encontramos que 39 corresponden al club Villaverde del Río (Sevilla), 26 al club Bunyola (Mallorca) y 17 al club deportivo Las Flores (Sevilla).

9. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

El objetivo principal de este estudio era identificar el perfil motivacional de las jugadoras de categorías cadete y juvenil de voleibol, analizando cada una de las respuestas de los cuestionarios pasados a cada una de ellas, para así determinar en qué medida afecta la motivación a las mismas a la hora de practicar este deporte y qué es lo que les lleva a hacerlo.

Respecto a este objetivo, con cada uno de los diagramas de barras obtenidos, nos ha permitido hacernos una idea de la motivación que tienen a la hora de practicar este deporte, y qué es lo que les lleva a practicarlo de la misma forma. Además, observamos que el perfil motivacional de estas jugadoras, es alto.

La motivación deportiva ocupa un papel muy importante tanto en el ámbito físico como psicológico del desarrollo humano, englobando varios aspectos de la conducta en las jugadoras de voleibol, determinando esto el éxito o fracaso que les lleva a utilizar sus distintas capacidades.

En primer lugar, resaltaría que la población que abarca este estudio son mujeres deportistas que están en diferentes clubes, entre ellos Villaverde del Río y Las Flores (Sevilla) y Bunyola (Mallorca), de categoría cadete y juvenil de voleibol.

Una de las variables perseguidas en esta investigación es el nivel de autodeterminación, o lo que viene a ser lo mismo también, el grado en que las conductas de estas jugadoras son autodeterminadas, queriendo esto decir el grado en que estos sujetos llevan a cabo sus acciones de manera voluntaria, por elección propia y no impulsados o promovidos por factores externos. Así mismo, las jugadoras que se han estudiado presentan un alto nivel de autodeterminación, ya que la motivación intrínseca es la que predomina frente a la motivación extrínseca y amotivación. Por estos resultados extraídos, se podría afirmar que el origen de la motivación de estas jugadoras es en su mayoría interno (Vallerand y Rousseau, 2001), por lo que podríamos también deducir que las deportistas que forman la muestra del estudio perciben como satisfechas, en gran parte, las necesidades de autonomía, de sentirse competente y de tener relaciones sociales de calidad. Esto también está apoyado por estudios como los de Balaguer et al. (2008), Blanchard et al. (2009) y León (2010), donde encuentran relaciones positivas y significativas entre la motivación intrínseca y la autoestima y las emociones positivas. También encontramos el estudio llevado a cabo por Lafrenière et al. (2008) con entrenadores y deportistas de distintos deportes y categorías, donde observan una relación positiva entre motivación intrínseca y satisfacción.

Tras la observación de los resultados de nuestro estudio se asumió que la motivación autodeterminada promovería consecuencias afectivas, y como consecuencia también, mejoraría la calidad de la participación de las deportistas. Por tanto, de esta forma, podemos asegurar que la motivación intrínseca es lo que les hace que persistan en el deporte.

Entre las conclusiones que podemos extraer de este estudio, encontramos que en las jugadoras de categoría cadete y juvenil predomina la orientación a la tarea si analizamos las respuestas del cuestionario POSQ, mostrándonos esto que lo que más les interesan y buscan fundamentalmente es mejorar cada una de sus habilidades, además de aprender y profundizar nuevas técnicas y dominarlas lo máximo posible también. La orientación al ego como hemos podido observar es muy baja, ya que las puntuaciones obtenidas en su mayoría han sido un 1, mostrando esto un claro desacuerdo en relación a las preguntas. El motivo de puntuar tan bajo los ítems orientados al ego nos hace deducir que no focalizan su motivación hacia la comparación con el resto de jugadoras, ni a ser superiores a las demás tampoco. Esto es un aspecto muy positivo en mi opinión ya que creo que para ser una gran jugadora hay que prestar mayor atención a mejorar una

misma y a ser mejor que lo era antes, y fijarse de las demás jugadoras en todo lo positivo que tengan, nunca lo negativo, además de tratar de aceptar en la medida de lo posible las características propias de cada una y lo que somos capaces de hacer y hasta dónde llegar, no significando esto bajo ningún motivo que se sea mejor o peor persona que otra jugadora que tenga más destrezas en un ámbito en concreto.

Por otro lado, del cuestionario SMS podemos deducir que la motivación intrínseca es el tipo de motivación predominante en las jugadoras que han participado en esta investigación llevada a cabo. Con estos resultados comprobamos que las jugadoras tienen una gran motivación al practicar su deporte, además del compromiso que muestran al practicarlo por el placer y la satisfacción que les provoca el hecho de hacerlo, por lo tanto, realizan esta actividad sin obtener recompensa ninguna, simplemente lo hacen por la satisfacción y orgullo de aprender y conocer más sobre el voleibol, además de superarse constantemente. En cuanto a la motivación extrínseca, las respuestas fueron más variadas, resultando tener estas jugadoras una motivación extrínseca media. Finalmente, en la no motivación encontramos un claro desacuerdo en cada una de las preguntas realizadas, mostrando esto una no motivación baja. Con esto podemos deducir que las jugadoras no se sienten incompetentes en su deporte ni sin el control absoluto en la toma de decisiones a la hora de llevar a cabo diversas acciones, por lo que no tienen pensado en absoluto dejar de practicar voleibol, ya que se encuentran en su mayoría intrínsecamente y extrínsecamente en parte motivadas.

Finalmente, a modo de conclusión podemos decir que las jugadoras de categoría cadete y juvenil a las que se les ha hecho este estudio presentan una gran motivación por el deporte que practican, sobretodo motivación intrínseca, además de tener una percepción de éxito alta en cuanto a orientación de la tarea se refiere, siendo muy inferior la orientación al ego.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Almagro, B. J., Conde, C., Moreno, J. A., y Sáenz-López, P. (2009). Analysis and comparison of adolescent athletes' motivation: basketball players vs. football players. *Revista de psicología del deporte*, 18(3), 353-356.
- Almagro, B. J., Moreno Murcia, J. A., y Sáenz López Buñuel, P. (2015). Perfiles motivacionales de deportistas adolescentes españoles. En: *Revista de Psicología del Deporte* (pp. 223-231).
- Ames, C. (1995). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (p. 161-176). Human Kinetics Books.
- Andrew, F. (2011). Influence of goal striving and commitment on sport performance among rehabilitated injured amateur football players in Ibadan, Oyo state. *European Journal of Scientific Research*, 64, 220-224.
- Arias, A. G., Castuera, R. J., Arroyo, P. M., Navarrete, B. M., Álvarez, F. D. V., y González, L. G. (2010). Análisis de la motivación intrínseca a través de las necesidades psicológicas básicas y la dimensión subjetiva de la toma de decisiones en jugadores de voleibol. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 5, 29-43.
- 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., y Castillo, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia: Albatros.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Blanchard, C. M., Amiot, C. E., Perreault, S., Vallerand, R. J., y Provencher, P. (2009). Cohesiveness, coach's interpersonal style and psychological needs: Their effects on self-determination and athletes' subjective well-being. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(5), 545-551.
- Cantón, E., Pallarés, J., Mayor, L., y Tortosa, F. (1990). *Motivación en la actividad física y el deporte. Ambitos de aplicación de la psicología motivacional*. Bilbao: DDB.
- Carbonell, A. E., y Brustad, R. (2002). Estudio de la motivación deportiva desde la perspectiva de la teoría de metas. En: *Psicología y rendimiento deportivo* (pp. 57-70). GERSAM.
- Carratalá, E. (2004). *Análisis de la teoría de las metas de logro y de la autodeterminación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana* [Tesis Doctoral, Universidad de Valencia].

- Carretero, C. M., Pérez, D. L. M. R., y Gimeno, D. E. C. (2014). *Un Análisis de La Motivación en judo desde la teoría de la autodeterminación* [Tesis doctoral, Universidad Miguel Hernandez].
- Castillo, I., Balaguer, I., y Duda, J. (2002). Las perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto deportivo. *Psicothema*, 14, 280-287.
- Castillo, I., Duda, J. L., Álvarez, M. S., Mercé, J., y Balaguer, I. (2011). Clima motivacional, metas de logro de aproximación y evitación y bienestar en futbolistas cadetes. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 149-164.
- Cecchini, J. A., González, C., Carmona A.M y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la auto-confianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema*, 16, 104-109.
- Cecchini, J. A., González, C., Prado, J. L., y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2), 469-479.
- Cervelló, E. M., Jiménez, R., del Villar, F., Ramos, L., y Santos-Rosa, F. J. (2004). Goal orientations, motivational climate, equality, and discipline of Spanish physical education students. *Perceptual and motor skills*, 99, 271-283.
- Cervelló, E. M., Jiménez, R., del Villar, F., Ramos, L., y Santos-Rosa, F. J. (2004). Goal orientations, motivational climate, equality, and discipline of Spanish physical education students. *Perceptual and motor skills*, 99, 271-283.
- Cervelló, E., Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del deporte*, 8, 7-19.
- Chu, A. Y. y Wang, C. H. (2012). Differences in level of sport commitment among college dance sport competitors. *Social Behavior and Personality*, 40, 755-766.
- Clancy, R. B., Herring, M. P., MacIntyre, T. E., y Campbell, M. J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232-242.
- Cox, A., y Williams, L. (2008). The roles of perceived teacher support, motivational climate, and psychological need satisfaction in students' physical education motivation. *Journal of sport and exercise psychology*, 30, 222-239.
- Crandall, V. C. (1969). Sex differences in expectancy of intellectual and academic reinforcement. *Achievement-related motives in children*, 11-45.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19, 109-134.

- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The " what" and " why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49, 14.
- Domínguez Borreguero, R. (2013). *Perfil motivacional y de flow disposicional de jugadores cadetes de clubes profesionales de fútbol de Andalucía* [Tesis Doctoral, Universidad de Sevilla].
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y deporte*, Madrid.
- Duda, J. L. (1992). Sport and exercise motivation: A goal perspective analysis. *Motivation in sport and exercise*, 57-91.
- Ebbeck, V., y Becker, S. L. (1994). Psychosocial predictors of goal orientations in youth soccer. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65, 355-362.
- Eccles, J. S. (1984). Sex differences in achievement patterns. En T. Sonderegger (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (Vol. 32) (pp. 97-132). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Escartí, A. y Cervelló, E. M. (1994). En I. Balagué. (Ed.), *Entrenamiento psicológico en deporte: principios y aplicaciones* (pp.61-90). Valencia: Albatros Educación.
- Española, R. A. (1983). *Real academia española*. Espasa Calpe.
- García-Calvo, T. (2006). *Motivación y comportamientos adaptativos en jóvenes futbolistas*. [Tesis Doctoral, Universidad de Extremadura].
- García-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R., y Leiva, A. (2011). Performance anxiety and motivational climate in young competitive soccer players in relation to performance and skills perceived by their coaches. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 197-207.
- Guevara, A. G. B., Cuayal, B. T., Guerrero, P. M. P., y Odio, S. M. A. (2015). Análisis de la escala de motivación deportiva en la categoría sub16 de la escuela de fútbol "El Nacional". *Lecturas: Educación física y deportes*, (211), 15.
- Guivernau, M. (1994). Psychometric properties of a spanish version of the task and ego orientation in sport questionnaire (TEOSQ) and beliefs about the causes of success inventory. *Revista de Psicología del deporte*, 3, 31.
- Hellín, M.G (2007). *Motivación, autoconcepto físico, disciplina y orientación disposicional en estudiantes de educación física*. [Tesis doctoral, Universidad de Murcia].
- Irwin, B. C., y Thompson, N. S. (2016). The impact of social category diversity on motivation gains in exercise groups. *American journal of health behavior*, 40, 332-340.

- Irwin, B.C. y Feltz, D.L. (2016). Motivation gains in sport and exercise groups. En R. J. Schinke, K.R. McGannon, B. Smith, R. J. Schinke, K.R. McGannon y B. Smith (Eds.), *Routledge international handbook of sport psychology* (pp. 494-504). New York: Routledge/Taylor y Francis Group.
- Iso-Ahola, S. E., y Clair, B. S. (2000). Toward a theory of exercise motivation. *Quest*, 52, 131-147.
- Kenyon, G. S. (1968). A conceptual model for characterizing physical activity. *Research quarterly. american association for health, physical education and recreation*, 39, 96-105.
- Lafrenière, M-A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., Donahue, E. G., y Lorimer, R. (2008). Passion is Sport: On the quality of the Coach–Athlete Relationships among antecedents of anxiety, multidimensional state anxiety and triathlon performance. *Perceptual and Motor Skills*, 81, 1255-126.
- León, E., Boix, S., Serrano, M. A., y Paredes, N. (2017). Motivación y toma de decisiones en voleibol: influencia de los años de experiencia. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 2(1), 1-10.
- León, J. (2010). *Inteligencia emocional y motivación en el deporte*. [Tesis doctoral, Universidad de las Palmas de Gran Canaria].
- Llamas, L. S. (2009). *Motivación autodeterminada y clima motivacional en educación física* [Tesis Doctoral, Universidad Miguel Hernández].
- López Walle, J. M., Balaguer Solá, I., Castillo Fernández, I., y Tristán Rodríguez, J. L. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 209-222.
- López, J. M. (2000). Estandarización de la escala de motivación en el deporte (EMD) de Brière, Vallerand, Blais y Pelletier en deportistas mexicanos. *European Journal of Human Movement*, (6), 67-93.
- López, M. (2008). *Un modelo causal de las orientaciones de meta en el ámbito deportivo: deportes individuales y en equipo*. [Tesis Doctoral, Universidad de Alicante].
- Lukwu, R. M., y Luján, J. F. G. (2011). Sport commitment and adherence: A social-cognitive analysis. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7, 277-286.
- Maehr, M. L., & Nicholls, J. G. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. *Studies in cross-cultural psychology*, 2, 221-267.

- Mamani Torrez, G. W. (2019). *Motivación deportiva en jugadoras de las selecciones de voleibol femenino categoría infantil que participan en el campeonato de la región Inka 2017* [Tesis doctoral, Universidad Nacional de Altiplano].
- Marco, F. G., Buceta, J. M., y Pérez-Llantada, M. C. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Psicothema*, 19, 667-672.
- Martínez-Moreno, A. (2017). Calidad del perfil motivacional en jugadores de balonmano. *E-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte*, 13, 27-36.
- Mayor, L., Cantón, E., y Garrido, I. (1996). Aspectos cognitivo-motivacionales de la práctica física y deportiva. *Psicología de la motivación*, 259-286.
- Moreno Arroyo, M. P., Claver Rabaz, F., Gil Arias, A., Moreno Domínguez, A., y Jiménez Castuera, R. (2014). *Perfil cognitivo y emocional de los jugadores del campeonato de España de voleibol infantil y cadete 2013*. *Kronos* 13(2).
- Moreno, J. A., y Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de psicología del deporte*, 6(2).
- Murcia, J. A. M., GIMENO, E. C., y Coll, D. G. C. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25, 35-51.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality: A clinical and experimental study of fifty men of college age*. New York: Oxford University Press.
- Navarro, E. (2015). *Los videos motivacionales y su impacto en la autoconfianza de la selección de voleibol femenino categoría infantil de la Liga Distrital de voleibol Puno* (Doctoral dissertation, Tesis pre-grado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno).
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological review*, 91, 328.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Nicholls, J. G. (1992). The general and the specific in the development and expression of achievement motivation. *Motivation in sport and exercise*, 31-56.
- Paic, R., Kajos, A., Meszler, B. y Prisztóka, G. (2017). Validación de la Escala de Motivación Deportiva de Hungría (H-SMS). *Cognición, cerebro, comportamiento*, 21 (4).

- Parish, L. E., y Treasure, D. C. (2003). Physical activity and situational motivation in physical education: Influence of the motivational climate and perceived ability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 173-182.
- Petherick, C. M., y Weigand, D. A. (2002). The relationship of dispositional goal orientations and perceived motivational climates on indices of motivation in male and female swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 218-237.
- Prieto Andreu, J. M. (2016). Relación entre competitividad, ansiedad social y compromiso con variables deportivas y académicas en futbolistas jóvenes. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*.
- Reyes, M. (2009). Clima motivacional y orientaciones de meta en futbolistas peruanos de primera división. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 5-20.
- Roberts, G. C. (1992). Motivation in sport and exercise: Conceptual constraints and convergence. *Motivation in sport and exercise*, 20, 199-215.
- Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. *Advances in motivation in sport and exercise*, 3, 1-50.
- Ryan, R. M., y Stiller, J. (1991). The social contexts of internationalization: Parent and teacher influences on autonomy, motivation and learning. En M.L. Maehr y P.R. Pintrich (Eds.) *Advances in motivation and achievement* (pp. 85-114). Greenwich, CT: JAI Press.
- Sánchez, D. M., y Valenzuela, A. V. (2013). Análisis del perfil motivacional de diversos grupos de atletas y su repercusión en el nivel de satisfacción deportiva. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 2, 9-19.
- Sanz, M. (2013). *Psicología de la motivación*. Madrid: Sanz y Torres.
- Sarason, S. B., Davidson, K. S., Lighthall, F. F., Waite, R. R., y Ruebush, B. K. (1960). *Anxiety in elementary school children: A report of research*.
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., y Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European journal of social psychology*, 32, 395-418.
- Schiefele, U. (1996). *Motivation and learning with text*. Jotting, Germany: Hogrefe.
- Skinner, E. A. (1995). *Perceived control, motivation and coping*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Standage, M., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2003b). Predicting motivational regulations in physical education: the interplay between dispositional goal orientations, motivational climate and perceived competence. *Journal of Sports Sciences*, 21, 631-639.

- Standage, M., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2003). A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of educational psychology*, 95, 97-110.
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., y Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 254-259.
- Usán, P. (2010). *Relación entre motivación deportiva y consumo de drogas en jóvenes futbolistas*. Trabajo fin de máster. Universidad de Zaragoza.
- Vallerand, R. J., y Rousseau, F. L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Handbook of sport psychology*, 2(1), 389-416.
- Vallerand, R. J., y Rousseau, F. L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Handbook of sport psychology*, 2, 389-416.
- Vallerand, R., y Losier, G. (1999). An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Journal of Applied Sport Psychology* 11, 142-169.
- Van de Pol, P. K., y Kavussanu, M. (2011). Achievement goals and motivational responses in tennis: Does the context matter? *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 176-183.
- Vasters, G. P. y Pillon, S. C. (2011). Drugs use by adolescents and their perceptions about specialized treatment adherence and dropout. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 19, 317-324.
- Voleibol. (2021, 14 de enero). *Wikipedia, La enciclopedia libre*. Recuperado el 14 enero 2021, de <https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Voleibol&oldid=132397831>.
- Wang, C. J., y Biddle, S. J. (2001). Young people's motivational profiles in physical activity: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 1-22.
- Weiner, B. (1992). Attributional theories of human motivation. *Human motivation: metaphors, theories, and research*. Newbury Park, CA: Sage.
- Zarceño, E. L., Vilella, S. B., Rosa, M. Á. S., y López, N. P. (2017). Motivación y toma de decisiones en voleibol: Influencia de los años de experiencia. *Revista de Psicología aplicada al deporte y al ejercicio físico*, 2(1), 4.
- Zeelenberg, M., Nelissen, R. M. A., y Pieters, R. (2007). Emotion, motivation and decision making: A feeling is for doing approach. En: *Intuition in judgment and decision making* (pp. 173-189). Erlbaum.

11.ANEXOS.

ANEXO I:

Este es un cuestionario en el que pretendemos **conocer las razones por las que participas en voleibol**. Por favor, indica, rodeando con un círculo, el grado en el que cada una de las siguientes preguntas corresponde a alguna de las razones por las que actualmente participas en tu deporte.

	¿Por qué participas en tu deporte?	No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo		Se ajusta totalmente a mí	
		0	1	2	3	4	5
1	Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante	0	1	2	3	4	5
2	Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre voleibol	0	1	2	3	4	5
3	Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo	0	1	2	3	4	5
4	Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento	0	1	2	3	4	5
5	No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte	0	1	2	3	4	5
6	Porque me permite ser valorado por la gente que conozco	0	1	2	3	4	5
7	Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente	0	1	2	3	4	5
8	Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento	0	1	2	3	4	5
9	Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma	0	1	2	3	4	5
10	Por el prestigio de ser un deportista	0	1	2	3	4	5
11	Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo	0	1	2	3	4	5
12	Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos	0	1	2	3	4	5
13	Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva	0	1	2	3	4	5
14	Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo	0	1	2	3	4	5
15	Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades	0	1	2	3	4	5
16	Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en	0	1	2	3	4	5

	forma/ ser un deportista						
17	Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida	0	1	2	3	4	5
18	Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte	0	1	2	3	4	5
19	No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte	0	1	2	3	4	5
20	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte	0	1	2	3	4	5
21	Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase	0	1	2	3	4	5
22	Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte	0	1	2	3	4	5
23	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes	0	1	2	3	4	5
24	Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos	0	1	2	3	4	5
25	Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte	0	1	2	3	4	5
26	Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte	0	1	2	3	4	5
27	Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)	0	1	2	3	4	5
28	A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos	0	1	2	3	4	5

FACTORES:

-MOTIVACIÓN INTRÍNSECA:

MI para conocer: 2, 4, 27, 23

MI para experimentar estimulación: 1, 13, 18, 25

MI para conseguir cosas: 8, 12, 15, 20

MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA:

Regulación identificada: 7, 11, 17, 24

Regulación introyectada: 9, 14, 21, 26

Regulación externa: 6, 10, 16, 22

NO MOTIVACIÓN: 3, 5, 19, 28

ANEXO II:

A través de este cuestionario queremos que expreses **qué significado tiene para ti el éxito en la práctica deportiva**. Señala tu grado de acuerdo o desacuerdo (de 1 a 5) rodeando con un círculo (en este caso ya que se ha realizado en Google Forms, se señala en el círculo correspondiente) la puntuación que más se acerque a lo que tú crees.

-Al practicar voleibol siento que tengo éxito cuando:

	<i>Totalmente en desacuerdo</i>					<i>Totalmente de acuerdo</i>				
1. Cuando derroto a los demás	1	2	3	4	5					
2. Cuando soy el mejor.	1	2	3	4	5					
3. Cuando trabajo duro.	1	2	3	4	5					
4. Cuando demuestro una clara mejoría personal.	1	2	3	4	5					
5. Cuando mi actuación supera a mis rivales.	1	2	3	4	5					
6. Cuando demuestro a la gente que soy el mejor.	1	2	3	4	5					
7. Cuando supero las dificultades.	1	2	3	4	5					
8. Cuando domino algo que no podía hacer antes.	1	2	3	4	5					
9. Cuando hago algo que los demás no pueden hacer.	1	2	3	4	5					
10. Cuando rindo a mi mejor nivel de habilidad.	1	2	3	4	5					
11. Cuando alcanzo una meta.	1	2	3	4	5					
12. Cuando soy claramente superior.	1	2	3	4	5					