



## **RELACIÓN ENTRE VARIABLES MOTIVACIONALES Y ANSIEDAD EN JUGADORES DE BALONMANO**

Leyton Román, Marta<sup>1</sup>; Da Silva Batista, Marcos<sup>2</sup>; Cejas López, Jesús<sup>1</sup>; Lobato Muñoz, Susana<sup>1</sup>; Jiménez Castuera, Ruth<sup>1</sup>

Recibido: 25/04/2015  
Aceptado: 25/05/2015

<sup>1</sup> Facultad Ciencias del Deporte, Cáceres, Mails: martaleyton1985@gmail.com; jesuscejas15@hotmail.com; susanalobato@gmail.com; ruthji@unex.es

<sup>2</sup> Escola Superior de Educação, Castelo Branco, Mail: marcobatist@gmail.com

Correspondencia:

Mail: marcobatist@gmail.com

### **Introducción**

**T**radicionalmente, los postulados de la Teoría de la Autodeterminación (TAD) diferenciaban entre tres grandes motivaciones: la intrínseca, la extrínseca y la desmotivación (Deci y Ryan, 2000). Sin embargo, las últimas aportaciones a la teoría (Vansteenkiste, Niemiec, y Soenens, 2010), se decantan más por una agrupación formada por la motivación autónoma (compuesta por la motivación intrínseca y la regulación identificada), motivación controlada (formada por las regulaciones introyectada y externa) y la desmotivación. La TAD que se ha desarrollado en las últimas décadas se basa en que el comportamiento humano es motivado fundamentalmente por 3 necesidades psicológicas básicas (NPB): autonomía, competencia, y relaciones sociales (Deci y Ryan, 2000).

Por otro lado, los jugadores se exponen a diversas situaciones de juego en las que puede aparecer síntomas de ansiedad. Las preocupaciones respecto a la ejecución y falta de habilidad para concentrarse se conocen como ansiedad cognitiva. La ansiedad somática son las percepciones de los síntomas corporales (Martens, Burton, Vealey, Bump, y Smith 1990). La autoconfianza hace referencia a la creencia que tiene una persona de poder hacer aquello que quiere hacer (Feltz, 1994).

### **Objetivo**

Analizar las relaciones entre los tipos de motivación, las necesidades psicológicas básicas y la ansiedad precompetitiva del deportista en jugadores de balonmano.

### **Método**

#### *Participantes*

La muestra estaba formada por 45 jugadores de Balonmano, todos ellos de género masculino (23.16 años  $\pm$  7.05).

#### *Instrumentos*

Se utilizaron los siguientes cuestionarios: Cuestionario de Regulación Conductual en el Deporte (BRSQ), Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas (PNSE) e Inventario de Ansiedad Competitiva (CSAI-2R).

#### *Procedimiento*

Se contactó con los clubes, se aplicaron los cuestionarios. Los cuestionarios fueron aplicados durante los viajes a excepción de ansiedad que se cumplimentó justo antes del partido.

## Resultados y discusión

De este modo, los resultados obtenidos en la Tabla 1 (ver Anexo 1), nos informan de que la motivación autónoma se relaciona de forma positiva y significativa con la motivación controlada. Respecto a la motivación controlada, podemos ver que se asocia positiva y significativamente con la desmotivación. Y por último, observamos que la desmotivación no se relaciona positiva y significativamente con ninguna variable del presente estudio; sin embargo, correlaciona negativa y significativamente con la necesidad psicológica básica de competencia, con la ansiedad precompetitiva somática y cognitiva en función de su dirección.

Montero, Moreno, González, Pulido y Cervelló (2012), en su estudio sobre la ansiedad precompetitiva en deportistas judocas, obtienen que la autoconfianza precompetitiva (intensidad y dirección) muestra relaciones positivas significativas con la motivación intrínseca. Los resultados obtenidos por García-Mas et al. (2015), muestran que, la motivación más autodeterminada, no tendría ninguna influencia sobre la probabilidad de presentación de ansiedad competitiva en deportistas, al igual que en nuestro estudio, en el que, tanto la motivación autónoma como la controlada, no exhibe relaciones significativas con la ansiedad somática ni con la cognitiva. La motivación está ligada al estado de los deportistas. A todos los profesionales del balonmano les interesa que sus deportistas presenten valores elevados de motivación autónoma por su asociación con las consecuencias positivas a nivel afectivo, cognitivo y conductual.

## Conclusiones

Los entrenadores de jugadores de balonmano, deberían incluir en sus sesiones ejercicios que favorezcan la motivación autónoma, mediante la satisfacción de las NPB. Este será un aspecto clave en su rendimiento, produciendo un aumento de la autoconfianza, evitando así situaciones de ansiedad en competición.

## Referencias

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227 – 268.
- García-Mas, A., Fuster-Parra, P., Ponseti, F. X., Palou, P., Olmedilla, A., & Cruz, J. (2015). Análisis de la relaciones entre la motivación, el clima motivacional y la ansiedad competitiva en jóvenes jugadores de equipo mediante una red Bayesiana. *Anales de psicología*, 31(1), 355 – 366.
- Montero, C., Moreno, J. A., González, I, Pulido, J. J., & Cervelló, E. M. (2012). Ansiedad estado precompetitiva en judocas. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 7 (1), 26-43.
- Vallerand, R. J., & Rousseau, F. L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas y C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (2ª ed., pp. 389-416). New York: John Wiley & Sons
- Vansteenkiste, M., Niemiec, C. P., & Soenens, B. (2010). The development of the five mini-theories of self-determination theory: An historical overview, emerging trends, and future directions. In T. C. Urdan & S. A. Karabenick (Eds.), *Advances in motivation and achievement*, v. 16A—*The decade ahead: Theoretical perspectives on motivation and achievement* (pp. 105-165). London: Emerald Group Publishing Limited.