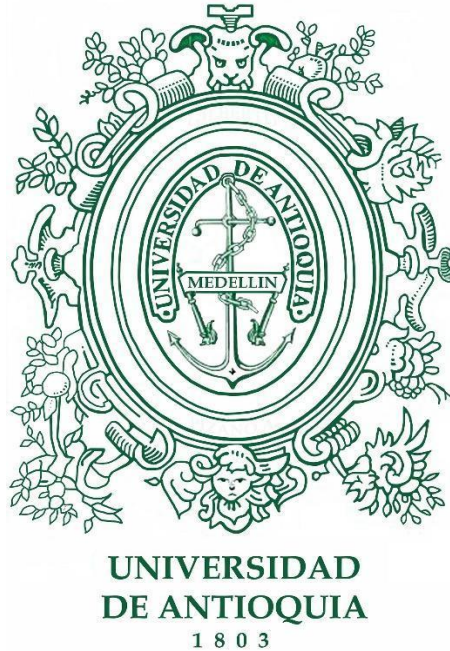


**MOTIVACIÓN Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS
UNIVERSITARIOS: CORRELACIÓN Y COMPARACIÓN ENTRE SEXOS.**

Manuel José Arango Plazas

Trabajo de grado para optar por el título como Psicólogo



Asesora:

Ligia Adriana García Ramírez

Magister en psicología del deporte y el ejercicio físico

Universidad de Antioquia

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Departamento de Psicología

Medellín

2020

Agradecimientos

Quisiera agradecer a la Universidad EAFIT, sobre todo a los entrenadores y miembros del departamento de deportes, por permitirme realizar esta investigación y poner a mi disposición su tiempo, sus ideas y sus estudiantes. Gracias por decir “sí” a todas mis propuestas, por nuevas o desconocidas que les parecieran. Significa mucho para mí.

También quiero agradecerle a mi asesora, por tenerme paciencia, por corregirme, aunque fuera engorroso y por ayudarme incluso en momentos donde no estaba obligada a hacerlo.

Por último, quiero agradecer a mi familia, por entender que cada persona tiene su ritmo en la vida y apoyarme en el mío. Ellos sin saber de psicología, me han ayudado más que nadie a escribir este trabajo.

Tabla de Contenidos

Agradecimientos	2
Tabla de Contenidos	3
Índice de tablas	5
Índice de figuras.....	5
Resumen.....	6
Introducción	8
Planteamiento del Problema	10
Justificación	16
Objetivos.....	18
Objetivo general	18
Objetivos específicos.....	18
Marco Teórico.....	19
Psicología del deporte	19
Motivación	23
Estrategias de afrontamiento.....	27
Metodología	31
Enfoque	31
Método	31

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

Instrumentos de recolección.....	32
Muestra y población	34
Plan de recolección de información	35
Plan de análisis	36
Resultados.....	37
Análisis descriptivo.....	37
Análisis de varianza entre sexos.....	39
Análisis de correlación	39
Discusión.....	43
Limitaciones del estudio y futuras direcciones.....	46
Conclusiones	48
Referencias.....	49
Anexos	63
Consideraciones éticas	63
Formato de consentimiento informado	65

Índice de tablas

Tabla 1. Estadísticos descriptivos	38
Tabla 2. Tabla comparativa entre sexos	41
Tabla 3. Análisis de correlación	42

Índice de figuras

Figura 1. Continuo de autodeterminación	26
--	----

Resumen

El presente trabajo de grado tuvo como objetivo detectar la existencia de correlaciones significativas entre el tipo de motivación y las estrategias de afrontamiento usadas en competencia por deportistas universitarios, teniendo en cuenta posibles diferencias entre sexos. Por medio de un estudio no experimental y correlacional de corte transversal, se evaluó un grupo de 73 deportistas universitarios miembros de 6 equipos representativos de una universidad de la ciudad de Medellín, quienes rellenaron la Escala de Motivación Deportiva (EMD) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (ISCCS). En el análisis de datos se utilizó la prueba de *Mann-Whitney* y la correlación de *Spearman*. Los resultados señalaron la existencia de una relación significativa entre la motivación autodeterminada y el uso de estrategias de afrontamiento orientadas a la tarea. Así mismo, se encontró correlaciones no concluyentes entre un bajo nivel de motivación autodeterminada y el uso de estrategias orientadas a la emoción, siendo ambos hallazgos consistentes tanto en hombres como mujeres. Se concluye que el nivel de motivación autodeterminada es un elemento clave para el reclutamiento y la utilización de estrategias de afrontamiento efectivas en competencias deportivas universitarias.

Palabras clave

Motivación, estrategias de afrontamiento, deportistas universitarios.

Abstract

The present work was based on detecting significant correlations between the type of motivation and the coping strategies used in competition by college athletes, considering possible differences between gender. Through a non-experimental and cross-sectional correlational study, a group of 73 college athletes, members of 6 representative teams from a university in the city of Medellín were evaluated, using the Sports Motivation Scale (SMS) and the Inventory of Coping Strategies (ISCCS). The Mann-Whitney test and the Spearman correlation were used in the data analysis. The results indicated the existence of a positive and significant relationship between self-determined motivation and the use of task-oriented coping strategies. Likewise, non-conclusive correlations were found between a low level of self-determined motivation and the use of emotion-oriented strategies, both findings being consistent in both men and women. It is concluded that the level of self-determined motivation is a key element for the recruitment and use of effective coping strategies in collegiate sports competitions.

Keywords

Motivation, coping, college athletes

Introducción

El propósito de esta investigación es identificar las posibles correlaciones entre dos factores psicológicos relevantes para el rendimiento deportivo (estrategias de afrontamiento y motivación) en una muestra de deportistas universitarios de una universidad de Medellín, teniendo en cuenta posibles diferencias entre sexos. Esto con el fin de corroborar los hallazgos de estudios europeos y norteamericanos en población colombiana y detectar particularidades del contexto colombiano respecto al deporte y el deportista universitario, esperando que estas diferencias sirvan de base para futuras intervenciones y trabajos prácticos específicos para los deportistas universitarios colombianos

En este estudio de carácter cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional se aplican los cuestionarios estandarizados “ Sport Motivation Scale II (SMS II)” diseñado por Pelletier (Pelletier, Rocchi, Vallerand, Deci y Ryan, 2013) y adaptado al español por Pineda Espejel, Alarcon, Lopez Ruiz, Trejo, & Sanchez, (2015) y el “Inventaire des Strategies de Coping en Compétition Sportive” (ISCCS) diseñado por Gaudreau & Blondin (Gaudreau y Blondin, 2002) y adaptado y validado en su versión española por Molinero, Salguero y Márquez (2010) a una muestra de 73 deportistas universitarios pertenecientes a 5 equipos representativos de una universidad en Medellín. Para la recolección de datos, se aplica el SMS II de forma grupal dos semanas antes de una competencia de alta exigencia y pasadas dos semanas de la competencia, se aplica el ISCCS a los participantes de cada uno de los equipos.

Para el análisis de datos se usa la prueba de *Mann-Whitney* y la correlación de *Spearman*, además de estadísticos descriptivos. Los resultados obtenidos señalan una correlación positiva y significativa entre la motivación intrínseca y el uso de estrategias de afrontamiento orientadas a la tarea, también se hallaron correlaciones no concluyentes entre un bajo nivel de motivación

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

extrínseca y el uso de las estrategias orientadas a la tarea. Ambos hallazgos coinciden con lo observado en otros estudios aplicados a población norteamericana y europea, además de ser similares a los resultados hallados en deportistas profesionales y en diferentes disciplinas deportivas. Sin embargo, y al contrario de otros estudios consultados, no se hallan correlaciones entre bajos niveles de motivación autodeterminada y las estrategias orientadas a la evitación. A partir de esto, se puede concluir el impacto significativo que tiene el tipo de motivación en la elección de estrategias en escenarios competitivos y la necesidad de incluir programas de acompañamiento psicológico en el deporte universitario, en busca de intervenir positivamente en los deportistas.

Planteamiento del Problema

El deporte es considerado hoy en día como una práctica capaz de aportar al ser humano de forma física, psicológica y social, contribuyendo a la educación integral de las personas. Por estas razones, se ha convertido en una de las partes esenciales de los currículos escolares y ha sido fomentado por entidades gubernamentales y no gubernamentales (Balderrama-Ruedas, Díaz-Domínguez, y Gómez-Castillo, 2015; Gutiérrez Sanmartín, 2004) en busca de un estilo de vida saludable. En palabras de Paredes (2003) “El deporte es uno de los fenómenos sociales más importantes del siglo XXI, por tal motivo puede beneficiar o afectar a muchas personas” (p.25).

Desde los inicios de la concepción del deporte como fenómeno sociocultural a partir del siglo XVII, la competencia ha estado íntimamente ligada a la noción de deporte, siendo esta de los campos más definitorios en su entendimiento. Desde las prácticas informales con fines de entretenimiento hasta la profesionalización del ejercicio deportivo, la competencia permea por doquier la noción de deporte (Vargas, 2012). Hasta las dos últimas décadas del siglo XX el deporte de competencia prevalecía de forma hegemónica en el estudio del campo, y hoy en día sigue siendo la rama de acción más estudiada, trabajada y valorada por la sociedad. En la actualidad los deportistas de élite ocupan un lugar de prestigio, existiendo una inmensa industria multimillonaria alrededor de ellos y convirtiéndose en figuras de referencia para las futuras generaciones. Por esto no es de extrañar que desde las ciencias del deporte uno de los temas más investigados sea precisamente el rendimiento deportivo (Serrato, 2008; Weinberg y Gould, 2014), en busca de entender los factores que influyen en el desempeño de la actividad deportiva dentro de contextos competitivos, y a grandes rasgos, idear intervenciones para obtener y mantener un rendimiento óptimo en competencia.

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

En el estudio del rendimiento deportivo distintas disciplinas han aportado sus conocimientos, entendiendo el deporte como un fenómeno sociocultural y científico, campos como las ciencias de la salud (medicina, fisiología) o las ciencias humanas (pedagogía, psicología, sociología) han pensado, teorizado y diseñado modelos para comprender el rendimiento deportivo. Esta aproximación interdisciplinaria es necesaria debido a la gran cantidad de campos que se desglosan del deporte y como este se ha convertido en un fenómeno transversal de la sociedad actual, como bien dice Vargas (2012):

La diversidad de motivos permite establecer diferentes modelos de deporte (Deporte-Salud, Deporte - Tiempo Libre, Deporte – Estética, Deporte de Competencia, Deporte de Nuevas Tendencias) niveles de rendimiento (aprendizaje, juego, ejercitación, entrenamiento, competencia de rendimiento, competencia de alto rendimiento), formas de organización (libre, club, asociación, liga, federación, equipos, individual, eventos deportivos) y práctica de las disciplinas.

A través del trabajo multidisciplinar, se ha identificado que en la práctica deportiva el sujeto no solo encuentra exigencias físicas (resistencia, coordinación, velocidad, etc.) sino que existen una gran variedad de factores sociales, culturales y personales que median la realización del deporte, generando exigencias mentales. Escenarios como lidiar con la presión de un público numeroso, manejar las expectativas de padres y entrenadores o mantener la compostura ante una decisión equívoca por parte del árbitro requieren que los deportistas cuenten con un repertorio de habilidades mentales para su manejo óptimo (Pinto y Vázquez, 2013). Dentro de estas habilidades

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

podemos encontrar constructos psicológicos como por ejemplo la regulación emocional, la concentración y el nivel de activación, entre muchos otros. A la rama de la psicología que busca estudiar el efecto de estas variables dentro del contexto deportivo se le conoce como psicología deportiva o psicología del deporte y la actividad física.

Dentro de los conceptos más estudiados en la psicología deportiva podemos encontrar la *motivación* (Madigan, Stoeber y Passfield, 2016; Oliveira et al., 2016; Zarauz, Juan y Allende, 2016), la *personalidad* (Geukes, Harvey, Trezise y Mesagno, 2017; Gyomber y Kovacs, 2016; Potop, Grigore, Timnea y Moraru, 2015; Sánchez, Izquierdo y González, 2009) , el *manejo de las emociones* (Balk, Adriaanse, De Ridder y Evers, 2013; Lautenbach, Putman, Angelidis, Laborde, y Raab, 2016; Ruiz y Hanin, 2014; Tamminen y Crocker, 2013), la *ansiedad* (Núñez Prats y Garcia Mas, 2017; Pinto y Vázquez, 2013), el *estrés* (Beltran, 2015; Reynoso-Sánchez et al., 2017) y el *estado de ánimo* (De la Vega-Marcos, Ruiz-Barquín, Tejero-González y Rivera-Rodríguez, 2014; Totterdell y Leach, 2001) , por nombrar algunos. Los estudios han demostrado que la presencia o ausencia de habilidades para gestionar dichas variables pueden afectar procesos fisiológicos, biológicos y neurológicos, teniendo entre sus efectos el aumento o la disminución del rendimiento deportivo (Beckmann, Gröpel y Ehrlenspiel, 2013; Oudejans y Pijpers, 2010). Por eso, hoy en día en los ámbitos de competencia, el trabajo psicológico con deportistas, entrenadores y otros miembros del contexto ha cobrado gran importancia.

Uno de los factores psicológicos que se ha estudiado con mayor fuerza en los últimos años es la motivación, haciendo referencia a cómo interactúan las variables sociales, ambientales e individuales, determinando la elección, intensidad, persistencia y rendimiento de una acción (Sancho y Ruiz-Juan, 2014) Esta ha sido reportada como uno de los factores más contribuyentes al alto rendimiento deportivo (Gillet, Vallerand y Rosnet, 2009), afectando otros constructos como

el *autoconcepto* (Martín González, Navas Sánchez, Notari Rodríguez, Olmedo Cortés y Platero Ibañez, 2014; Usán Supervía, Salavera Bordás, Murillo Lorente y Megías Abad, 2016), la *ansiedad* (Chu, Zhang y Hung, 2018; Schaefer, Vella, Allen y Magee, 2016) y el *burnout* (Langan et al., 2016; Madigan et al., 2016), por nombrar algunos. Entre todas las teorías de la motivación, aquella que ha sido más aceptada en el campo deportivo es la teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci (2002), la cual entiende la motivación como un continuo cambiante determinado por el nivel de autodeterminación de las conductas, ósea, el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen con esas acciones con sentido de elección voluntaria. Este continuo parte desde la amotivación (ausencia de motivación), pasando por la motivación extrínseca (motivación por factores externos a la práctica), hasta la motivación intrínseca (motivación por la actividad en sí), donde a mayor grado de autodeterminación por parte del deportista, más estable será su motivación y mejor será su rendimiento deportivo (Amiot, Gaudreau, y Blanchard, 2004).

Otro de los constructos que ha sido estudiado en relación con el desempeño deportivo son las estrategias de afrontamiento, las cuales han sido definidas como esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para controlar las demandas específicas externas o internas, siendo evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Márquez, 2006). Estas estrategias afectan el rendimiento deportivo y otras habilidades psicológicas como la resiliencia, el manejo del estrés y el manejo de la ansiedad (Hogrefe, Ruiz-Barquín y Molinero, 2018; Pinto y Vázquez, 2013; Salguero y Rui, 2016). Incluso, la ausencia de estrategias de afrontamiento o el uso ineficiente de las mismas puede ocasionar fenómenos como el ausentismo, la falta de esfuerzo o el abandono de la actividad (Guillen, 2007).

Dentro de las teorías relacionadas con las estrategias de afrontamiento, la más aceptada en el deporte es la teoría transaccional de Lazarus y Folkman (Nicholls y Polman, 2007), en la que se piensa el uso de las estrategias de afrontamiento como un proceso dinámico y recursivo que involucra tanto las condiciones internas del individuo (ej. creencias, valores y metas) como las condiciones externas (ej. ambiente). Dentro de esta teoría, las estrategias de afrontamientos son clasificadas en 3 dimensiones: Las estrategias orientadas a la tarea (ej. Aumento del esfuerzo, planificación de las acciones), las estrategias orientadas a la emoción (ej. Reevaluación de la situación, autocontrol) y las estrategias orientadas a la evitación (ej. Alejamiento de la actividad, consumo de sustancias) (Márquez, 2006). Con respecto a la efectividad de las estrategias, muchos estudios afirman que las estrategias enfocadas en la tarea son las más efectivas para mantener el rendimiento deportivo, siendo seguidas por las estrategias orientadas a la emoción. También se menciona la correlación negativa entre las estrategias a la evitación y la disminución del rendimiento deportivo (Bahramizade y Besharat, 2010; Flores Moreno et al., 2017; Giovanni, Vargas y Güichá-duitama, 2014). Sin embargo, esto no se puede afirmar con certeza, ya que se ha encontrado que las estrategias orientadas a la emoción también pueden disminuir el rendimiento deportivo, dependiendo de las particularidades del sujeto y el contexto en el que se encuentra. (Dinca y Rosnet, 2007; Márquez, 2006; Rosado, Dos Santos y Guillén, 2012).

Una vez mencionada la importancia de estos dos conceptos en el rendimiento deportivo, es normal preguntar si existe una posible relación entre ellos, a lo cual varios autores han intentado dar respuesta. Múltiples investigaciones se han realizado en busca de hallar relaciones entre la motivación y las estrategias de afrontamiento en deportistas, en las cuales se ha encontrado que un deportista con un alto nivel de motivación autodeterminada es más propenso a usar estrategias de afrontamiento efectivas en la competencia. (Amado Alonso, Sanchez-Miguel, Marcos, Sanchez-

Olivia, & Garcia-Calvo, 2011; Dietrich, 2012; Mouratidis y Michou, 2011b; Ovács y Agy, 2016). Además, otros autores han señalado una posible relación entre comportamientos no autodeterminados y estrategias de afrontamiento negativas (Amiot et al., 2004; Oliveira et al., 2016). En lo que respecta a las diferencias entre géneros, varias investigaciones concuerdan en que los hombres presentan mayor motivación intrínseca y un mayor uso de estrategias orientadas a la tarea que las mujeres, sugiriendo realizar un acompañamiento especializado para cada uno (Gábor, Géza, Miklós, & József, 2010; Ovács & Agy, 2016). Sin embargo, todos concuerdan en que es necesario realizar más estudios en distintas muestras para corroborar sus descubrimientos y evidenciar cómo se comporta la relación motivación-estrategias de afrontamiento en distintos contextos competitivos (por ejemplo, el deporte universitario y semiprofesional) y distintos deportes a los evaluados inicialmente (fútbol, balonmano, baloncesto, hockey, triatlón).

Esto cobra especial importancia si se analiza dentro del contexto colombiano, ya que en lo investigado hasta la fecha no sea encontrado ningún artículo que busque correlacionar ambas variables en el ámbito del deporte y la actividad física, si bien existen varios estudios que las trabajan de forma individual (Aguirre-Loaiza, Ramos Bermudez y Agudelo, 2015; Aguirre Loaiza y González Gutiérrez, 2014; Garcia Gaviria, 2018; León Salcedo, 2015; Margarita et al., 2009; María Urrea y Guillén, 2016). Eso lleva al siguiente punto: el deporte universitario difiere sustancialmente del deporte profesional, tanto en factores culturales, sociales, demográficos y psicológicos, por nombrar algunos (Brown, 2014). Varios países han reconocido esto y han desarrollado protocolos específicos para trabajar con esta población, ofreciendo atención y apoyo personalizado a la población (NCAA Sport Science Institute, 2016). Además, estudios fuera del deporte han señalado la importancia del afrontamiento y la motivación en la vida cotidiana, siendo estos predictores del bienestar subjetivo y psicológico (Sanjuán & Ávila, 2016). En base a esto,

resulta importante realizar investigaciones propias con los deportistas universitarios colombianos en busca de reconocer como sus particularidades asociadas al estudio, momento evolutivo, balance academia - deporte y demás aspectos median las diferentes variables psicológicas en el deporte.

En resumen, podemos afirmar que existe una posibilidad de estudiar la relación entre la motivación y las estrategias de afrontamiento en el rendimiento de los deportistas colombianos, en este caso en el contexto universitario de la ciudad de Medellín, posibilitando así una mayor comprensión de cómo estos factores se influyen mutuamente y brindar datos que permitan plantear tanto estudios a mayor escala como posibles intervenciones en estas dos variables.

Debido a lo expuesto, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué relación existe entre el tipo de motivación y las estrategias de afrontamiento en los deportistas universitarios de Medellín?

Justificación

La psicología deportiva es una rama en desarrollo, donde si bien se han realizado avances significativos con respecto a su difusión y aplicación en el contexto colombiano, contiene algunas falencias importantes de resaltar: En primer lugar, al ser una rama de la psicología que surgió de la demanda de entrenadores y deportistas en busca de conocimiento práctico, la psicología deportiva ha puesto énfasis en lo pragmático y de acuerdo a Chiverilla (2010), ha descuidado el aspecto teórico, asimilando conceptos por conveniencia más que por escrutinio científico. Segundo, se ha de aceptar que el campo en Colombia es bastante joven, existiendo pocos espacios de formación en los pregrados colombianos y solo dos programas de

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

especialización, además de un campo laboral estrecho (Serrato, 2008). No es de sorprenderse que debido a esto existen pocos estudios en atletas colombianos, siendo la media de 5 artículos por año (Urrea Cuellar, Robledo, Hurtado Echavarría, & Ortiz Zapata, 2012) y aun menos en deportistas universitarios, que tienden a ser una población secundaria en la aplicación de la disciplina. También cabe destacar que la mayor parte de los psicólogos deportivos tienen como objetivo de intervención el rendimiento deportivo, descuidando otros objetivos como puede ser la salud física, la salud mental y la adherencia a programas de ejercicio y el bienestar, girando la mayoría de la discusión teórica del campo en torno al deporte profesional, semiprofesional y el rendimiento.

El deseo de esta investigación es aportar a estos 3 aspectos mencionados: por un lado, una de las motivaciones para realizar este estudio es corroborar los hallazgos de otros investigadores en población colombiana y en deportes diferentes a los estudiados hasta el momento, esto en busca de aportar conocimientos teóricos sobre la estabilidad de los conceptos y generar una discusión frente a ellos. Esta idea se empalma con un deseo de conocer las particularidades y características de los deportistas universitarios colombianos, más específicamente de la ciudad de Medellín, en busca de obtener información e indagar sobre las dinámicas de este contexto. Por último, la investigación no solo se relaciona con el rendimiento, si no que la motivación y las estrategias de afrontamiento pueden ser extrapolable a la cotidianidad, más específicamente a la vida teniendo efectos positivos sobre la calidad de vida de los individuos.

En últimas, este trabajo constituye una aproximación a las experiencias deportivas de estos atletas, específicamente a la forma en que se pueden correlacionar la motivación, las estrategias de afrontamiento y el rendimiento deportivo. Lo que se busca es ofrecer un mejor

entendimiento sobre las formas en cómo son percibidas estas variables, sus relaciones y cómo se pueden afectar entre sí, resultando en información útil para futuros estudios, planes de entrenamiento y escenarios competitivos a enfrentar.

Objetivos

Objetivo general

Detectar las correlaciones existentes entre el tipo de motivación y las estrategias de afrontamiento usadas por deportistas universitarios de una universidad de Medellín, teniendo en cuenta diferencias significativas entre géneros.

Objetivos específicos

- Identificar el tipo de motivación de la muestra de deportistas.
- Examinar las estrategias de afrontamiento usadas por los deportistas en una competición de alto impacto.
- Detectar diferencias significativas entre géneros en los 2 constructos evaluados.
- Correlacionar el tipo de motivación de los deportistas con las estrategias de afrontamiento más usadas por ellos.

Marco Teórico

Psicología del deporte

La psicología del deporte es una disciplina que ha nacido a partir del interés de deportistas, entrenadores y del entorno deportivo en general por los procesos psicológicos relacionados al deporte y como pueden ser trabajados (Canton Chirivella, 2010). Desde sus inicios ha investigado la influencia de variables psicológicas en el rendimiento deportivo y posteriormente ha añadido a sus temas de estudio e investigación la formación deportiva, el deporte como actividad promotora de salud y el deporte recreativo, entre otros. La psicología del deporte se puede entender como “Un área de la psicología aplicada que se centra en el estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física” (Canton Chiverilla, 2010, p. 237). Está área es heredera de la psicología experimental y tiene como eje central la psicología científica, de la cual constituye un área de aplicación. Sus antecedentes se remontan a inicios del siglo XX, con los primeros estudios de tiempo de reacción y aprendizaje motor hechos por George W. Fitz y el primer experimento de psicología deportiva hecho en el año 1898 por el investigador Norman Triplett (Barbosa, 2006).

Es a principios de los años 20 se encuentran las primeras reseñas referentes a la psicología aplicada a la actividad física y el deporte (Weinberg y Gould, 2014). Estos referentes se desarrollaron en países como Alemania, Estados Unidos y la Unión Soviética. Entre los aportes europeos, se puede destacar el trabajo de Rudik y Puni, quienes a partir de metodología experimental evaluaban el desempeño de los deportistas en variables como tiempo de reacción, inteligencia, personalidad, entre otras. De parte de Norteamérica aparecen las aportaciones del psicólogo Coleman Griffith, quien fundó el primer laboratorio de psicología del deporte a finales

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

de los años 20, llegando a trabajar para la Universidad de Illinois y haciendo énfasis en el deporte universitario. Para la década de 1940, la Unión Soviética crea el primer laboratorio de psicología deportiva en Leningrado, aplicando un enfoque dirigido a la promoción de las habilidades deportivas en la niñez, creando atletas con sólidos fundamentos teóricos que posteriormente pudieran transicionar hacia las ciencias del deporte (Perez y Estrada, 2015). Entre 1946 y 1964 se consolida el área como disciplina de estudio, introduciendo el término de “preparación psicológica” para hacer referencia al trabajo psicológico realizado con los deportistas de acuerdo con sus necesidades y demandas dentro del deporte.

En esa época, mientras que en la Unión Soviética se trabajaba la evaluación de la personalidad y el aprendizaje motor desde una perspectiva psicofisiológica, en Estados Unidos las investigaciones giraron en torno a las habilidades motrices y perceptivas, en parte debido al legado de las pruebas psicométricas de la segunda guerra mundial y en parte al inicio de la carrera espacial, en la cual se necesitaban pilotos preparados para afrontar los cambios sensorio-motrices. Mirando otro punto de vista, los trabajos de Europa del este hacen un abordaje más enfocado a lo teórico, haciendo hincapié en la evaluación y el diagnóstico sobre la intervención. También es en los años sesenta donde se realizan las primeras intervenciones directas con deportistas olímpicos, siendo la primera a cargo de Vanek en 1964 con deportistas olímpicos de Checoslovaquia. Más solo fue hasta 1965 donde se hace consolidamiento oficial de la disciplina en el I Congreso Mundial de Psicología Deportiva realizado en Roma y con este, la creación de distintas asociaciones y entes formales como la International Society of Sport Psychology (ISSP), fundada en 1965, la North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity (NASPSPA), creada en 1967, o la Fédération Européenne de Psychologie des Sports et des Activités Corporelles (FEPSAC), fundada en 1968. Cabe añadir a estas el nacimiento de

International Journal of Sport Psychology en 1970, siendo la primera revista especializada en psicología deportiva (Weinberg y Gould, 2014).

De aquí a los años posteriores y en la década de los setentas, los avances de la rama se verían envueltos en una especie de secretismo debido a las competencias deportivas y políticas que se libran en aquel entonces. Posteriormente en 1986 se hace reconocimiento oficial por parte de la American Psychological Association (APA) creando la división 47 de los campos de aplicación de la psicología: *Exercise and Sport Psychology*. En esta época Rainer Martens, uno de los psicólogos deportivos con más renombre destaca la necesidad de integrar los aspectos sociales y ambientales en el estudio del rendimiento, criticando abiertamente los cánones de la psicología positivista del momento y sugiriendo el enfoque teórico conductual como una alternativa viable de estudio. Este enfoque es derivado de la obra de Kanton en 1959 y desarrollado por Ribes y sus colaboradores en 1985, sosteniendo que el enfoque de la psicología debía de estar en la interacción de los organismos y sus consecuencias (Perez y Estrada, 2015) En esta época también se dan cambios metodológicos y aplicados, dando preferencia a los ambientes naturales en lugar de los laboratorios para el estudio de la disciplina y la proposición de enfoques educativos y preventivos a comparación de los enfoques clínicos usados hasta entonces.

En la actualidad, la psicología del deporte ha empezado a ganar espacio en las organizaciones deportivas, iniciando en los equipos deportivos competitivos y posteriormente trasladándose a contextos como las escuelas de formación deportiva y universidades, tanto en Europa como en América Latina (Canton Chirivella, 2010; Serrato, 2008). También se ha visto un incremento en las publicaciones, tesis y proyectos en los últimos 20 años, con la existencia de manuales y libros específicos con un claro carácter aplicado, además de la creación de la revista

Cuadernos de psicología del deporte, uno de los medios de difusión de la psicología del deporte en español más respetados actualmente (Comlindo, 2011).

Sin embargo, estos esfuerzos no han sido suficientes para establecer el campo como una disciplina sólida en el contexto hispanohablante. La psicología del deporte sufre por falencias en la teoría (la adaptación de modelos de otras áreas al contexto deportivo a falta de teorías propias), la formación (falta de cátedras, cursos de postgrado y de conocimiento del público sobre los beneficios del área) y la aplicación (falta de acuerdos comunes para la realización de la psicología deportiva aplicada) (Barbosa, 2006; Cantón Chirivella, 2013). La proyección de la psicología deportiva en el futuro es la creación de un lenguaje de intervención común compatibles con los demás expertos de las ciencias del deporte (fisioterapeutas, médicos deportivos, entrenadores, etc.) y un mejor posicionamiento dentro de las instituciones públicas y privadas del mundo deportivo.

En cuanto a las funciones y ámbitos de actuación del psicólogo deportivo, se suelen diferenciar 3 ámbitos para ejercer en el deporte: el primero es deporte de alto rendimiento, donde se tiene como objetivo la consecución de unos resultados óptimos dentro del marco de una competición. En este campo, el trabajo de un psicólogo deportivo consiste en entrenar habilidades psicológicas necesarias para que el deportista se enfrente a la situación de competencia con los recursos psicológicos necesarios. La segunda categoría está enmarcada en el deporte de base o iniciación, entendido como la fase de inicio de la práctica de la actividad deportiva, especialmente en edades tempranas. Aspectos como la actividad lúdica, la motivación, el desarrollo personal y la interacción social son fundamentales en este campo. Aquí el objetivo del psicólogo es atender a la formación, el aprendizaje y el desarrollo de los participantes en su práctica deportiva. El tercer campo se refiere al deporte como actividad de salud, ocio y tiempo

libre, con fines de juego y recreación. En esta concepción del deporte y ejercicio físico, las funciones del psicólogo giran alrededor del conocimiento de los efectos psicológicos de la práctica deportiva y el apoyo en la generación de bienestar y adherencia en los programas de actividad física (Colegio oficial de Psicólogos, 2000).

Por la parte de las funciones y roles del psicólogo en el ámbito deportivo se encuentran la evaluación y el diagnóstico de las conductas objeto de estudio con relación al medio físico, biológico y social de la práctica deportiva, la planificación, el asesoramiento y la formación a aquellas personas vinculadas de una u otra forma con la actividad física y el deporte (deportistas, entrenadores, jueces, terapeutas, etc.). Y, por último, la investigación dentro del área, siendo de especial énfasis en una disciplina tan reciente como lo es esta.

Motivación

Desde los primeros años de la psicología la motivación no ha estado lejos de ser uno de los ejes centrales de la teoría psicológica (Lavalley, Kremer, Moran, y Williams, 2004). Se podría afirmar que en el mundo del deporte casi toda la psicología aplicada está preocupada por la motivación o los procesos psicológicos que energizan al sujeto y que por ende influyen en su conducta. Para entender un concepto tan central en la psicología del deporte, un primer paso sería definirlo. En este caso, la motivación puede ser entendida a grandes rasgos como el conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y el rendimiento (Sancho y Ruiz-Juan, 2014). Si bien esta se ha estudiado desde la antigua Grecia, su aplicación a la práctica deportiva solo ocurrió a partir del enfoque conductista. La primera teoría en el

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

deporte es elaborada por McClelland y Atkinson, quienes afirman que la motivación en el deporte es fundamentalmente hacia el logro, siendo esta el resultado de la interacción entre los factores personales y los factores situacionales (Weinberg y Gould, 2014). Posteriormente aparecen teorías como la teoría autoeficacia de Bandura (1977), la cual hace hincapié en la percepción de las capacidades propias como fuente central de la motivación, la teoría de la percepción subjetiva de competencia, donde la eficacia en el entorno del sujeto y la sensación de competencia son centrales en el entendimiento de la motivación y la teoría de objetivos motivacionales, que introduce el significado atribuido a la conducta en la motivación. Estas teorías empiezan a visualizar a la motivación como un constructo multifactorial, resaltando la cantidad de variables que pueden afectar la motivación en contextos deportivos.

Hoy en día existen una gran variedad de teorías de la motivación, pero sin dudas la teoría más aceptada en la psicología del deporte es la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (2002). En ella se entiende la motivación como un continuo fluctuante, en la que se analiza el grado en el que las conductas humanas son autodeterminadas, es decir, el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen con esas acciones con sentido de elección voluntaria, dando prioridad a la calidad de la motivación por encima de la cantidad (Gillet, Berjot, Vallerand, Amoura y Rosnet, 2012). La teoría postula que a mayor autodeterminación tenga el sujeto en sus conductas, mejor será su desempeño en ellas, existiendo estudios a favor de este postulado (Gillet, Vallerand, Amoura, & Baldes, 2010; Mouratidis, Vansteenkiste, Lens, & Sideridis, 2008).

La teoría de la autodeterminación incluye una taxonomía donde la motivación se estructura en un continuo que abarca los diferentes grados de conducta autodeterminada, siendo la desmotivación el grado más bajo y la motivación intrínseca el grado más alto. A su vez, cada

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

tipo de motivación tiene su propia estructura y está regulada por el sujeto de forma interna o externa (Moreno & Martínez, 2006).

En un extremo se halla la desmotivación, que corresponde a la falta absoluta de motivación, tanto intrínseca como extrínseca. Esta hace referencia a la falta de intencionalidad para actuar y se produce cuando el individuo no valora una actividad, no se siente competente o no logra los resultados esperados. Los atletas con desmotivación son atletas que practican sin propósito, que experimentan efectos negativos consecuencia de la práctica deportiva, como apatía, sensaciones de incompetencia, depresión, entre otros. Vallerand (Vallerand et al., 1992) subdivide la desmotivación en cuatro tipos: Desmotivación de creencia de capacidad/habilidad, desmotivación por creencias negativas (falta de confianza), desmotivación de creencia de capacidad y esfuerzo (la tarea es muy exigente y el sujeto no quiere realizar esa exigencia) y la desmotivación relacionada con creencias de impotencia.

Después de la desmotivación aparece la motivación extrínseca. En ella la motivación está determinada por recompensas o agentes externos. Dentro de esta existen cuatro subtipos: La *regulación externa* sería la forma menos autodeterminada de motivación extrínseca, en la cual el sujeto realiza una conducta para satisfacer una demanda externa u obtener premios y recompensas. Después le seguiría la *regulación introyectada*, donde el sujeto realiza la acción por reconocimiento social o por sentimientos de culpa o vergüenza ante la no realización. El tercer nivel de motivación extrínseca sería la *regulación identificada*, en la cual la conducta es valorada de forma importante por parte del individuo, aun cuando esta no le reporte sensaciones agradables. Por último, se encontraría la *regulación integrada* como la forma más autodeterminada de motivación extrínseca. En ella, el individuo asocia la conducta con sus valores y necesidades, convirtiéndola en una parte congruente de su identidad.

El tercer y último tipo de motivación es la motivación intrínseca, definida como aquella donde la actividad en sí es el objetivo, la gratificación y la razón de la motivación. Dentro de ella podemos encontrar tres subtipos: La motivación intrínseca *relacionada al conocimiento* (el sujeto se compromete a la actividad en busca del placer y la satisfacción en el aprendizaje), la motivación intrínseca *relacionada a la ejecución* (el sujeto se compromete a la actividad en busca el placer de mejorar y superarse a sí mismo) y la motivación intrínseca *relacionada a la estimulación* (el sujeto se compromete a la actividad para experimentar sensaciones placenteras).

Conducta		No autodeterminada ← → Autodeterminada					
Tipo de motivación	Amotivación	Motivación extrínseca				Motivación intrínseca	
Tipo de regulación	Sin regulación	Regulación externa	Regulación introyectada	Regulación identificada	Regulación integrada	Regulación intrínseca	
Locus de causalidad	Impersonal	Externo	Algo externo	Algo interno	Bastante interna	Interno	
Definición	Realización de la tarea de forma pasiva o no realización de la tarea	Realización de una tarea para evitar castigo o por obligación	Realización de la tarea para evitar sanciones autoimpuestas	Realización de la tarea por los beneficios que reporta	Realización de la tarea libremente cuya elección es en función de su coherencia con otros aspectos de sí mismo	Realización de la tarea como fin en sí misma	

Figura 1. Continuo de autodeterminación mostrando los tipos de motivación, estilos de regulación, locus de causalidad y definición. Tomado de Molinero, Salguero Del Valle y Márquez (2011).

Con respecto a la medición de la motivación, la teoría de la autodeterminación cuenta con múltiples instrumentos, entre los cuales destacan el SMS-II y el BSQR, ambos validados y corroborados en población española (Pelletier et al., 2013). Sin embargo, la teoría ha sido pensada en su gran mayoría para el estudio de actividades físicas de competencia, teniendo vacíos en cuanto a los perfiles motivacionales concretos, la regulación de la conducta y los motivos de práctica en el estudio de la actividad física recreativa y con fines de salud (Moreno & Martínez, 2006).

Estrategias de afrontamiento

El término afrontamiento proviene de la palabra coping en inglés, la cual se utiliza de forma amplia en estudios relacionados con estrés o la adaptación a situaciones estresantes. Se puede entender el afrontamiento de forma general como “Un conjunto de respuestas ante una situación estresante ejecutadas para reducir de algún modo las calidades aversivas de tal situación” (Márquez, 2006, p.62). Dentro de las teorías más prominentes en el estudio de las estrategias de afrontamiento se hallan las perspectivas de las estrategias de afrontamiento como rasgo y las estrategias de afrontamiento como proceso. En la aproximación como rasgo, se teoriza que las personas usan las estrategias de afrontamiento de forma estable en los distintos contextos, pudiendo ser clasificadas y medidas mediante entrevistas y cuestionarios (Nicholls y Polman, 2007). De acuerdo con (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989), esta aproximación asume que las personas no toman cada contexto de afrontamiento como uno totalmente nuevo, si no que mantienen a la mano un grupo preferido de estrategias de afrontamiento que se mantienen relativamente estables a través del tiempo y las circunstancias.

Mientras, la perspectiva de proceso o transaccional afirma que el uso de las estrategias de afrontamiento es un proceso dinámico y recursivo que involucra tanto las condiciones internas del individuo (creencias, valores y metas) como las condiciones externas (ambiente). Desde esta perspectiva, las estrategias de afrontamiento son entendidas como esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para controlar las demandas específicas externas o internas, evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus & Folkman, 1984).

De acuerdo con la revisión sistemática de Nicholls y Polman (2007), la gran mayoría de estudios relacionados con las estrategias de afrontamiento apoyan y adoptan la perspectiva transaccional, siendo usada en 53 de 64 artículos revisados, considerándola la teoría más aceptada en la comunidad científica.

En esta perspectiva se proponen dos niveles o fases de evaluación: La fase primaria y la fase secundaria. En la fase primaria el individuo evalúa la situación, examinando si aquello que está ocurriendo es relevante a las metas, valores, creencias acerca de sí mismo e intenciones. Si ante esta evaluación el sujeto determina que lo que está pasando es importante y amenaza su bienestar, realiza una de las siguientes interpretaciones del hecho: Daño, amenaza, desafío o beneficio. El *daño* implica algo que ya está hecho, sin solución y representa un resultado negativo para él sujeto. La *amenaza* implica un daño posible, pero que el sujeto puede prevenir. El *desafío* se relaciona con un posible beneficio tras un comportamiento difícil o peligroso y el beneficio se describe como una ganancia o beneficio individual de la situación estresante (Lazarus, 1999). Una vez realizado esto, el sujeto pasa a la fase secundaria, en la que se analizan las disponibilidades del individuo y que elementos posee para responder a la situación, pudiendo cambiarla, aceptarla, buscar más información, etc. En resumidas cuentas, la implementación de

las estrategias afrontamiento de acuerdo con la evaluación primaria y los recursos con los que el individuo posee.

Dentro del modelo transaccional se halla la necesidad de asociar las estrategias de afrontamiento en dimensiones para su mejor entendimiento, lo cual ha llevado a diversos autores a identificar dos grandes dimensiones del afrontamiento (Zeidner y Endler, 1995). La primera dimensión es el afrontamiento orientado a la tarea, que hace referencia a acciones que buscan cambiar o controlar algunos aspectos de la situación estresante. En esta dimensión aparecen estrategias como el aumento del esfuerzo, la planificación y el análisis lógico. La segunda dimensión es el afrontamiento orientado a la emoción, donde se hallan las acciones que buscan cambiar el significado de la situación estresante y regular las consecuencias negativas de las emociones. Esta dimensión incluye estrategias como el distanciamiento, el auto control o la reevaluación de la situación (Márquez, 2006).

A esta categorización se le ha sido propuesta una tercera dimensión por múltiples autores (Carver et al., 1989; Zeidner & Endler, 1995), siendo esta dimensión el afrontamiento orientado a la evitación, la cual representa acciones que buscan desentenderse de la tarea y redirigir la atención a estímulos no relevantes. Dentro de esta dimensión aparecen respuestas como la negación, el distanciamiento o el uso de alcohol y sustancias psicoactivas. De acuerdo con múltiples estudios, las estrategias orientadas a la tarea han sido demostradas como efectivas en escenarios de competencia deportiva, las estrategias orientadas a la emoción pueden tener resultados tanto positivos como negativos, dependiendo de las condiciones ambientales y personales de quien las implementa y las estrategias orientadas a la evitación afectan de forma negativa el rendimiento deportivo, además de aumentar el afecto negativo y perfeccionismo desadaptativo (Amiot et al., 2004; Patrick Gaudreau y Antl, 2008; Márquez, 2006; Rosado et al., 2012)

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

En lo que respecta al deporte, las estrategias de afrontamiento son utilizadas para minimizar el estrés, ciertos tipos de cogniciones y reducir la cantidad de autorreflexiones, al menos en las situaciones que requieren de una rápida respuesta física (Márquez, 2006). Dentro de las estrategias más comunes usadas en el entrenamiento psicológico deportivo se encuentran el bloqueo de mensajes amenazantes y desagradables de entrenadores, espectadores u oponentes, el autoconvencimiento, basado en el concepto de autoeficacia de Bandura (1977), la imaginación mental y las técnicas de relajación, como la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson y la técnica de meditación de Benson (Benson y Klipper, 1975).

En cuanto la medición de las estrategias de afrontamiento, inicialmente se contaban con instrumentos como el *Ways of Coping Questionnaire* (WOCQ) (Folkman y Lazarus, 1985) y el *COPE Inventory* (Carver et al., 1989), desarrollados a partir de cuestionarios de psicología general, los cuales, si bien lograban su cometido, la relevancia del contenido del cuestionario para el afrontamiento deportivo era cuestionable, debido al origen clínico o comunitario del cuestionario base. Sin embargo, hoy en día existen instrumentos como el *Approach to Coping in Sports questionnaire* (ACSQ) (Kim, Duda, Tomás y Balaguer, 2003) y el *Inventaire des Strategies de Coping en Competition Sportive* (ISCCS) (P. Gaudreau y Blondin, 2002), los cuales han sido diseñados exclusivamente para el ámbito deportivo, demostrando tener una razonable validez de constructo y validez convergente.

Metodología

Enfoque

El enfoque cuantitativo usa la recolección y análisis de datos para contestar preguntas de investigación e hipótesis previas confiando en la medición numérica, el conteo y el uso de la estadística para establecer patrones en una población a partir de una muestra representativa, haciendo uso del proceso deductivo (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2014).

Se considera que, gracias a la posibilidad de usar instrumentos de medición precisos para ambas variables a estudiar, baremados y corroborados, el enfoque cuantitativo es el más favorable, dado la exactitud y la posibilidad de establecer correlaciones numéricas entre los distintos conceptos, lo cual está acorde con los objetivos planteados.

Método

Método no experimental, transeccional y correlacional

De acuerdo con Hernandez, Fernandez, y Baptista (2014) se puede hablar de una investigación no experimental como una en la cual no se manipulan deliberadamente las variables, es decir, donde no se alteran de forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre las otras variables. Lo que se realiza en un estudio no experimental es observar las situaciones ya existentes, donde los individuos pertenecen a un grupo o nivel determinado de la variable independiente por autoselección. Según estos mismos autores, los estudios no experimentales pueden ser divididos en transeccionales y longitudinales. Un estudio transeccional es definido como aquel en el que se recolecta datos en un solo tiempo con el

propósito de describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. En contraste está el estudio longitudinal, que toma medidas del mismo concepto en distintos momentos para observar su evolución en el tiempo. Dentro de los diseños transeccionales, se hallan tres categorías: exploratorios, descriptivos y Correlacionales-Causales. Estos últimos se caracterizan por tener como finalidad conocer la relación o el grado de asociación entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto particular, para lo cual se mide cada una de estas y posteriormente son cuantificadas, analizadas y vinculadas.

De acuerdo con las preguntas de investigación y los objetivos planteados, se justifica que el estudio es no experimental, ya que no pretende intervenir o manipular ninguna de las variables estudiadas, sino ser medidas en un contexto ya dado. También se justifica el corte transeccional de la investigación ya que la medición de las variables es realizada solo en un momento y, por último, el estudio es de corte correlacional, ya que el objetivo es detectar las relaciones existentes entre el tipo de motivación y las estrategias de afrontamiento usadas.

Instrumentos de recolección

Para la recolección de la información se usan dos pruebas psicométricas. Estas pueden ser entendidas como una situación problema previamente dispuesta y estudiada donde el sujeto es evaluado en comparación de un grupo normativo, un criterio u objetivo en busca de medir un aspecto psicológico (Aragón Borja & Aragón, 2004).

La primera prueba psicométrica por usar es el Sport Motivation Scale II diseñado por Pelletier (Pelletier et al., 2013) y adaptado al español por Pineda (Pineda Espejel et al., 2015). Este instrumento fue diseñado para medir el nivel de motivación en el deporte por parte de un

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

individuo, usando el marco teórico de la motivación autodeterminada. En este instrumento se presentan 18 afirmaciones que el participante responde usando una escala Likert de 7 puntos, siendo 1 la respuesta más baja (no corresponde para nada) y 7 la respuesta más alta (corresponde completamente). El instrumento define tres tipos de motivación: Motivación intrínseca (MI), motivación extrínseca (ME) y amotivación (AM). A su vez, la motivación intrínseca cuenta con 3 subescalas (MI por conocer, MI por experimentar y MI por obtener habilidades), al igual que la motivación extrínseca (ME identificada, ME introyectada y ME externa), siendo ambas coherentes con la teoría. Con respecto a los indicadores de confiabilidad y validez, tanto la revisión por parte de Pelletier como la de Pineda concuerdan en la buena consistencia interna de la prueba, y la validez factorial y de constructo que ofrece.

Respecto a la segunda prueba psicométrica, se usa el Inventaire des Strategies de Coping en Competition Sportive (ISCCS) (Gaudreau y Blondin, 2002), adaptado y validado en su versión española por Molinero, Salguero y Marquez (Molinero et al., 2010) y basado en la teoría transaccional de Lazarus y Folkman. La prueba viene compuesta por 39 ítems que representan lo que los atletas pueden hacer o pensar durante la competencia, para lo cual los atletas deben recordar una situación de entrenamiento o competencia estresante que haya ocurrido en el último mes e indicar en qué medida se corresponden cada uno de los ítems con las estrategias usadas en ese momento. Las respuestas se presentan en un formato tipo Likert de 5 puntos, con alternativas desde “Nada” (0) a “Muchísimo” (4). Esta escala agrupa las estrategias de afrontamiento en 3 dimensiones: Estrategias orientadas a la tarea (TOC), estrategias orientadas a la emoción (EOC) y estrategias orientadas a la evitación (DOC). A su vez, cada una de estas dimensiones están conformadas por estrategias de afrontamiento particulares, siendo 4 en las orientadas a la tarea (análisis de esfuerzo, búsqueda de apoyo, relajación e imaginación y control mental), 2 en las

orientadas a la emoción (salida de emociones desagradables y resignación) y 2 en las orientadas a la evitación (distracción mental y distanciamiento). En cuanto a validez y fiabilidad, tanto el instrumento original como su adaptación española muestran que la prueba cumple con los estándares necesarios para su aplicación en contextos deportivos (Nicholls, Polman, Levy, & Backhouse, 2008).

Muestra y población

La población para estudiar son los deportistas universitarios de una universidad de Medellín, que, de acuerdo con su departamento de deportes, cuenta con 475 estudiantes vinculados a sus programas de deporte representativo.

Para la selección de la muestra, se utilizaron los siguientes criterios:

Criterio de deportista universitario: Deben ser sujetos que practiquen deporte a un nivel representativo en un equipo de la universidad y estén vinculados como estudiantes activos de la misma.

Criterio de competencia: Los sujetos participantes de la muestra deberán haber clasificado para participar en los juegos regionales ASCUN 2019- 2. Esto garantiza que haya una competencia de alto impacto que incite al máximo desempeño y los empuje a desplegar todas sus herramientas y estrategias cognitivas. Además, garantiza un nivel alto de competitividad y una maestría en el deporte.

Criterio de tiempo de competencia: Deben ser deportistas que lleven mínimo 6 meses participando en eventos competitivos de forma regular, para así garantizar que el sujeto haya experimentado suficientes veces el ambiente competitivo universitario y que la novedad no afecte los resultados de las pruebas.

Criterios de homogeneidad: Los deportistas deben pertenecer a la misma universidad, para así garantizar que todos estén expuestos al mismo ambiente universitario, lo cual podría afectar la medición de la motivación y las estrategias de afrontamiento.

Criterio de participación: Los deportistas deben participar en la investigación de forma voluntaria.

Con estos criterios en mente, se obtiene una muestra conformada por 73 deportistas universitarios pertenecientes a 6 equipos deportivos (tenis de campo, atletismo, karate, ultimate, voleibol y natación) siendo un 61.8% hombres ($N = 45$) y 38.2% mujeres ($N = 28$). La muestra tiene un rango de edad entre los 16 y los 38 años ($M = 20.6$; $DT = 2.8$) y una edad deportiva que oscila entre 1 y 18 años ($M = 5.07$; $DT = 4.08$).

Plan de recolección de información

Se contacta inicialmente al departamento de deportes de la universidad en cuestión, a los cuales se les informa del propósito del estudio y se pide autorización para hablar con los entrenadores y deportistas. Una vez autorizados, se habla con los posibles candidatos acerca del estudio, explicando el objetivo y los tiempos requeridos para su participación en la investigación, para luego pedir su apoyo voluntario. Con los deportistas que acceden a participar, se programa una sesión grupal para aplicar SMS y firmar un consentimiento informado. Una semana posterior a la competencia, se realiza el segundo encuentro para aplicar el cuestionario de estrategias de afrontamiento (ISCCS) y agradecer su participación. Se acuerda con la universidad facilitadora de la muestra realizar una devolución de los datos y resultados obtenidos, ya que ellos mencionan que les serán de utilidad.

Plan de análisis

Una vez las pruebas psicométricas han sido calificadas usando los baremos, se usa el software SPSS 25, donde se tabula la información y se realizan análisis estadísticos descriptivos. Posteriormente en el software se realiza la prueba Shapiro - Wilk para determinar el tipo de distribución de los datos. Al obtener una distribución no paramétrica, se pasa un análisis de varianza entre géneros, en busca de detectar diferencias significativas relevantes entre sexos que puedan afectar el análisis de correlación. Para ello, se comparan las medianas y los cuartiles 1 (Q1) y 3 (Q3) de cada género, además de aplicar el test de la U de Mann Whitney.

Finalmente, se realiza un análisis de correlación simple en el entre las dos variables evaluadas con la matriz de correlación de Spearman, teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el análisis de varianza.

Resultados

Análisis descriptivo

En los datos obtenidos del análisis descriptivo, se observa en la Tabla 1 que las medias de las escalas de motivación intrínseca son superiores a las de motivación extrínseca, siendo la más alta la *motivación intrínseca por experimentar sensaciones* ($M = 5.98$), sin haber diferencias significativas entre las desviaciones estándar de las subescalas. También se presentan puntuaciones altas en las otras dos subescalas de motivación intrínseca ($M = 5.71$ y 5.81). En la motivación extrínseca, la subescala con mayor puntuación es la *motivación extrínseca introyectada* ($M = 4.41$), existiendo una diferencia significativa en comparación a la *motivación extrínseca externa* ($M = 3.05$). También se ha de mencionar que la escala de *amotivación* fue la que presentó la puntuación más baja, existiendo una diferencia significativa con las demás ($M = 2.03$). En lo que respecta a las estrategias de afrontamiento, las estrategias orientadas a la tarea son las que obtienen las mayores puntuaciones, siendo *análisis lógico – esfuerzo* la estrategia con mayor puntuación ($M = 2.52$). No se evidencian diferencias significativas en las puntuaciones de las estrategias orientadas a la emoción y las estrategias orientadas a la evitación, presentado valores similares en la media, la mediana, la desviación estándar y el rango en sus subescalas.

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

Tabla 1*Estadísticos descriptivos*

	Rango	M	Me	DT	R
<i>Motivación</i>	1 - 7				
MI Conocer		5.71	6.00	1.20	5.13
MI Experimentar		5.98	6.25	1.09	6.00
MI Habilidades		5.81	6.00	1.12	5.00
ME Identificada		4.41	4.50	1.22	6.00
ME Introyectada		3.74	3.75	1.18	5.00
ME Externa		3.05	2.75	1.31	5.50
AM		2.03	1.50	1.15	4.75
<i>Estrategias de afrontamiento</i>	0 - 4				
Análisis lógico		2.52	2.50	.75	3.25
Búsqueda de apoyo		1.95	2.00	1.21	4.75
Relajación		2.29	2.25	1.03	6.00
Imaginería		2.39	2.50	.78	3.83
Resignación		1.05	.65	1.05	5.25
Salida de emociones		1.60	1.50	.95	4.00
Distracción mental		1.20	1.00	.88	3.00
Distanciamiento		1.13	1.00	.93	3.67

Nota: MI = Motivación Intrínseca, ME = Motivación Extrínseca, AM = Amotivación, MD = Mediana, DT = Desviación estándar, R = rango.

Fuente: Elaboración propia.

Análisis de varianza entre sexos

En lo que respecta a diferencias entre sexos, se puede llegar a observar ligeras diferencias en las medias y los cuartiles entre hombres y mujeres en la tabla 2, teniendo los hombres puntuaciones ligeramente superiores en la media y los cuartiles de motivación intrínseca, motivación extrínseca y las 3 dimensiones de las estrategias de afrontamiento. Sin embargo, ninguna de estas diferencias obtiene el nivel necesario de significancia estadística para ser considerada relevante ($p < .05$).

Análisis de correlación

Al no detectar diferencias significativas en las subescalas evaluadas entre hombres y mujeres, se procede a realizar la matriz de correlación de Spearman, pudiendo observar los resultados en la tabla 3, donde se evidencia correlaciones significativas positivas ($p < .01$) entre la estrategia de *análisis lógico* y las 3 subescalas de motivación intrínseca. De igual forma, las estrategias de *imagería* y *relajación* presentan correlaciones ($p < .05$) con escalas de motivación intrínseca, destacando la correlación significativa entre la *imagería* y la *motivación por obtener habilidades*. Otro dato por analizar es que 3 de las 4 estrategias orientadas a la tarea están relacionadas negativamente con la escala de *amotivación*, siendo las correlaciones más fuertes ($p < .01$) en las estrategias de *relajación* e *imagería*.

En lo que respecta a las estrategias orientadas a las emociones, se observa una correlación significativa entre la *resignación* y la *amotivación*. También aparecen correlacionadas la *motivación extrínseca introyectada* y la *salida de emociones desagradables*, ambas siendo significativas. Por último, en las estrategias orientadas a la evitación no se observa ninguna

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

correlación con las subescalas de motivación evaluadas, presentando puntuaciones p cercanas a la correlación nula.

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

Tabla 2*Análisis comparativo entre sexos*

	Hombres			Mujeres			<i>p</i>
	Md	Q1	Q3	Md	Q1	Q3	
<i>Motivación</i>							
MI Conocer	6.25	5.37	6.75	5.75	4.62	6.50	.204
MI Experimentar	6.50	5.50	6.87	6.00	5.31	6.75	.457
MI Obtener Habilidades	6.00	5.25	6.75	6.00	5.56	6.75	.860
ME Identificada	4.75	3.50	5.37	4.25	3.50	5.18	.528
ME Introyectada	4.00	2.75	4.75	3.75	3.00	4.50	.510
ME Externa	3.00	1.87	4.00	2.50	2.00	3.56	.275
AM	1.25	1.00	2.75	2.00	1.25	2.75	.430
<i>Estrategias de afrontamiento</i>							
Análisis lógico	2.65	2.12	3.18	2.37	2.00	2.84	.203
Búsqueda de apoyo	1.75	.75	2.87	2.25	1.50	3.00	.123
Relajación	2.50	1.75	3.00	2.00	1.50	2.87	.381
Imaginería	2.50	1.75	3.00	2.49	2.04	3.12	.463
Resignación	.75	.12	1.25	.87	.50	1.75	.273
Salida de Emociones	1.50	1.00	2.25	1.37	.75	2.25	.707
Distracción mental	1.00	.50	2.00	.87	.25	2.12	.505
Distanciamiento	1.00	.33	2.00	1.00	.33	1.66	.560

Nota: Md = Mediana, Q1 = Cuartil 1, Q3 = Cuartil 3. Fuente: Elaboración propia

Tabla 3*Correlaciones entre las subescalas de motivación y estrategias de afrontamiento*

	MI-C	MI-E	MI-H	ME-ID	ME-IN	ME-E	AM
Análisis lógico	.320**	.328**	.344**	.254*	.216	.146	-.260*
Búsqueda de apoyo	.008	.095	.221	.134	.249*	.200	-.015
Relajación	.263*	.193	.253*	.034	.015	-.127	-.321**
Imaginería	.239*	.277*	.335**	.268*	.127	0.75	-.383**
Resignación	-.121	-.328	-.161	-.167	.128	-.004	.409**
Salida de emociones	.164	.087	.213	.025	.300**	.127	.066
Distracción mental	.089	.055	.080	.056	.096	.059	-.037
Distanciamiento	-.053	-.053	-.011	-.124	.084	.043	.096

* $p < .05$, ** $p < .01$. Nota: MI-C = Motivación intrínseca por conocer, MI-E = Motivación intrínseca por experimentar, MI-H = Motivación intrínseca por habilidades, ME-ID = Motivación extrínseca introyectada, ME-IN = Motivación extrínseca introyectada, ME-E = Motivación extrínseca externa, AM = Amotivación.
Fuente: Elaboración propia

Discusión

Tal como se señaló al inicio de este trabajo, el objetivo del estudio es conocer las posibles correlaciones entre el tipo de motivación y las estrategias de afrontamiento usadas en competencia, teniendo en cuenta diferencias significativas en los constructos evaluados entre hombres y mujeres.

En esta línea, tras analizar los resultados obtenidos, se puede confirmar una hipótesis observada en las fuentes consultadas: existe una correlación significativa y positiva entre el nivel de motivación autodeterminada y el uso de estrategias de afrontamiento orientadas a la tarea, mostrando la tendencia que entre mayor sea el nivel de motivación, es más probable el uso de estrategias orientadas a la tarea, siendo estas predictoras de resultados positivos en situaciones estresantes (Gaudreau, Blondin y Lapierre, 2002; Skinner, Edge, Altman y Sherwood, 2003). Estos resultados corroboran lo observado en las investigaciones con deportistas profesionales y en diferentes disciplinas deportivas como el balonmano (Ovács y Agy, 2016), la esgrima (Dinca y Rosnet, 2007), el triatlón (Dietrich, 2012), la danza (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez Oliva y García-Calvo, 2011) y los estudios multideportivos realizados con adultos y con adolescentes en equipos sub 18 (Gábor et al., 2010; Gaudreau y Antl, 2008). Llama la atención que la estrategia *búsqueda de apoyo* haya sido la única de las orientadas a la tarea que no correlaciona de forma positiva con alguna de las subescalas de motivación intrínseca y tampoco presenta una correlación negativa con la amotivación, pero si se correlaciona con una subescala de motivación extrínseca. Esto puede tener sentido si se tiene en cuenta que Gaudreau, el autor de la prueba psicométrica usada, ha mostrado dudas respecto a la categorización de esta subescala, ya que si bien en la elaboración de la prueba la consideraba una estrategia orientada a la tarea, en un artículo elaborado pocos años después la categoriza como orientada a la evitación,

argumentando que buscar apoyo en una competencia permite una distracción momentánea (Gaudreau y Blondin, 2002; Gaudreau y Antl, 2008). En caso de ser analizado de esta forma, los resultados serían coherentes con la hipótesis planteada previamente. Aun así, en este estudio se decidió mantener la estrategia en la categoría de orientada a la tarea como lo han hecho las últimas validaciones, pero los resultados junto con los artículos mencionados permiten plantear dudas sobre la interpretación de la prueba (Campillo, Salguero, Márquez y Molinero, 2013; Hajji, Baaziz, Mnedla, Jannet y Elloumi, 2016).

En segundo lugar, se pudo identificar parcialmente la correlación entre los perfiles menos autodeterminados y el uso de estrategias orientadas a la emoción, ya que, si bien aparecieron 2 correlaciones significativas entre subescalas, las otras 6 correlaciones no arrojaron resultados que lo corroboren, por lo que no se pueden interpretar como contundentes. Estos resultados van en la línea de los hallazgos realizados por Gaudreau y Antl (2008), donde se encontró que la motivación no autodeterminada hacia el deporte era un mediador parcial en el uso de estrategias orientadas a la emoción y el perfeccionismo. Los resultados también concuerdan con lo encontrado por Dietrich (2012), donde los atletas de triatlón con un nivel bajo de motivación autodeterminada eran más proclives a evaluar las situaciones como amenazantes y utilizar estrategias orientadas a la emoción en busca de evitar el estrés y las emociones asociadas a no cumplir las metas propuestas. Este uso de las estrategias emocionales también aparece en el estudio de Mouratidis y Michou (2011), donde los autores proponen que los deportistas con una motivación extrínseca y controlada son menos capaces de reclutar estrategias de afrontamiento efectivas en situaciones estresantes, llevándolos a usar estrategias orientadas a la emoción que los desliga temporalmente de la competencia, afectando negativamente el rendimiento. Todos estos estudios van orientados a la idea que el afrontamiento emocional tiende a ser perjudicial

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

para los deportistas y los distrae de los factores importantes de la competencia. Pero existen estudios como los de Oliveira (2016), que afirman que la motivación autodeterminada está asociada a consecuencias positivas en el deporte producto del afrontamiento orientado a la tarea y a la emoción, señalando que el uso de estrategias orientadas a la tarea puede ser beneficioso.

En cuanto a las estrategias orientadas a la evitación, no se halló ninguna correlación relevante con las escalas de motivación, sobre todo con las subescalas de motivación extrínseca y amotivación. Esto se puede deber en parte a que las puntuaciones en las estrategias evitativas fueron significativamente más bajas que el resto de las subescalas, estando la gran mayoría de las respuestas ubicadas en el primer cuartil de la prueba. Lo hallado dista de los resultados de la mayoría de las fuentes investigadas, donde los deportistas que presentan bajos niveles de autodeterminación tienden a sentirse sobrecogidos por los errores, fallos y problemas, llevando al a un mayor uso de estrategias evitativas, las cuales desembocan en mayor preocupación, niveles elevados de autoexigencia y perfeccionismo y a un incremento en el afecto negativo, tanto en la precompetición como la post-competición (Amiot, Gaudreau y Blanchard, 2004; Gaudreau y Antl, 2008).

Por último, la hipótesis que planteaba la existencia de diferencias en la correlación de los perfiles de motivación y las estrategias de afrontamiento entre hombres y mujeres resultó falsa, difiriendo de las comparaciones realizadas por Ovács y Agy (2016) y Gábor (2010), donde los atletas hombres demostraban tener niveles más altos de motivación intrínseca, afrontamiento a la adversidad, uso de estrategias enfocadas a la tarea y menores niveles de amotivación que las mujeres. A la hora de interpretar los resultados se ha de tener en cuenta el mayor número de hombres que mujeres en el estudio y el hecho que la mayoría de las mujeres participantes pertenecieran a un mismo equipo deportivo, por lo que factores como las relaciones

interpersonales, las dinámicas grupales y el estilo del entrenador en ese grupo particular puede haber influido en los resultados obtenidos, como se ha sugerido en algunas investigaciones (Gábor et al., 2010).

Limitaciones del estudio y futuras direcciones

El presente estudio contiene varias limitaciones. En primer lugar, se evaluó solo de forma unidireccional los efectos de la motivación autodeterminada en el afrontamiento, partiendo de la premisa que el nivel de autodeterminación en la motivación afecta el comportamiento, pero también es posible que los atletas que reclutan mejores estrategias de afrontamiento se vuelvan gradualmente más autodeterminados (Skinner et al., 2003), por lo que se está ignorando los efectos recíprocos que pueden tener entre sí. Solo a través de estudios experimentales o longitudinales a largo plazo, en los cuales se controle el nivel inicial de motivación autodeterminada, se podría verificar la causalidad de la relación entre estas dos variables, lo cual se recomienda hacer en algún futuro cercano.

También se ha destacar el reducido tamaño de la muestra, que se centró únicamente en una universidad de la ciudad, por lo que no representa la realidad en el contexto regional y mucho menos del nacional. No obstante, la muestra se debe considerar relevante debido a la variedad de deportes que se abarca y a la gran cantidad de equipos competitivos que posee esta universidad. Por tanto, futuras investigaciones deben explorar contextos más amplios y abarcar una mayor población. Además, sería recomendable el empleo de modelos longitudinales con el fin de proporcionar nuevos parámetros de dichas relaciones a lo largo del tiempo y realizar un seguimiento a su evolución. Una recomendación para un futuro el estudio es utilización del

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

rendimiento deportivo como tercera variable de estudio, ya que, si bien en esta investigación se tuvo en cuenta parcialmente al aplicar el cuestionario de estrategias de afrontamiento después de una, por sucesos de fuerza mayor no se pudo incluir los resultados deportivos en el análisis. Con una medición objetiva del rendimiento deportivo, los investigadores podrían examinar cual es la relación entre la motivación y los resultados, si las estrategias de afrontamiento usadas están correlacionadas con el rendimiento y analizar si los resultados deportivos pueden afectar la motivación a largo plazo de los deportistas después de la competencia.

Una última preocupación de este estudio es la dependencia exclusiva a mediciones de auto reporte, las cuales pueden ser influenciadas por la deseabilidad social de los deportistas y pueden dar espacio a fenómenos como datos incompletos o falta de claridad en los reactivos a usar. Por ello, sería recomendable en futuros estudios realizar mediciones con otros métodos adicionales, como pruebas de léxico computarizadas, en la que los atletas asocien palabras relacionadas a su deporte con palabras clave que representen diferentes dimensiones de la motivación, como *diversión, importancia, culpa, recompensas o aburrimiento*, entre otras.

Conclusiones

Esta investigación se enfoca en las correlaciones existentes entre el tipo de motivación y las estrategias de afrontamiento usadas en competencia por deportistas universitarios. De acuerdo con los resultados, el tipo de motivación tiene correlación con la elección de estrategias de afrontamiento usadas en escenarios competitivos estresantes. Atletas con un alto nivel de motivación intrínseca serán proclives a implementar estrategias orientadas a la tarea, favoreciendo resultados positivos en competencia. Por otro lado, atletas con un bajo nivel de motivación autodeterminada tenderán a usar menos estas estrategias y recurrir a estrategias emocionales para buscar menguar los efectos de la situación estresante. Ambos hallazgos se observan por igual tanto en hombres como mujeres.

De esta investigación se puede extraer implicaciones prácticas para los profesionales que trabajan con deportistas universitarios. Se resalta la importancia del acompañamiento psicológico a deportistas, no solo por sus efectos en la motivación y el afrontamiento en competencias, si no por los posibles efectos positivos que puede brindar en la calidad de vida y la salud mental de los deportistas universitarios. También señala los grandes beneficios de crear ambientes de entrenamiento que sean intrínsecamente motivantes, fomentando así la capacidad de afrontamiento de los atletas.

Referencias

- Aguirre-Loaiza, H. H., Ramos Bermudez, S., & Agudelo, A. M. (2015). Motivación, Grupo de Deporte, Nivel competitivo Y Edad deportiva en deportistas caldenses. *Ludica Pedagogica*, 21(1), 141–151.
- Aguirre Loaiza, H., & González Gutiérrez, J. (2014). Factores motivacionales, variables deportivas y sociodemográficas en deportistas universitarios. *Tesis psicológica: Revista de la Facultad de Psicología*, 9(1), 130–145.
- Amado Alonso, D., Sanchez-Miguel, P. ., Marcos, F. M. L., Sanchez-Olivia, D., & Garcia-Calvo, T. (2011). Estudio de las relaciones entre la teoria de la autodeterminación, el flow disposicional y las estrategias de afrontamiento del estres en función de la modalidad de danza practicada. *European Journal of Human Movement*, 27, 43–58.
- Amado, D., Sánchez-Miguel, P. a, Leo, F. M., Sánchez Oliva, D., & García-Calvo, T. (2011). Estudio De Las Relaciones Entre La Teoría De La Autodeterminación , El Flow Disposicional Y Las Estrategias. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 27, 43–58.
- Amiot, C. E., Gaudreau, P., & Blanchard, C. M. (2004). Self-determination, coping, and goal attainment in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(3), 396–411.
<https://doi.org/10.1123/jsep.26.3.396>
- Aragón Borja, L. E., & Aragón, L. E. (2004). Fundamentos Psicometricos en la evaluacion Psicologica. *Revista Elctronica de psicologia Iztacala*, (1), 23–43.

Bahramizade, H., & Besharat, M. A. (2010). The impact of styles of coping with stress on sport achievement. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5(2), 764–769.

<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.181>

Balderrama-Ruedas, J. A., Díaz-Domínguez, P. J., & Gómez-Castillo, R. I. (2015). Activación Física Y Deporte: Su Influencia En El Desempeño Académico. *Ra Ximhai*, 11(4), 221–230.

Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/461/46142596016.pdf>

Balk, Y. A., Adriaanse, M. A., De Ridder, D. T. D., & Evers, C. (2013). Coping Under Pressure: Employing Emotion Regulation Strategies to Enhance Performance Under Pressure.

Journal of Sport & Exercise Psychology, 35(4), 408–418.

<https://doi.org/10.1123/jsep.35.4.408>

Bandura, A. (1977). Autoeficacia: hacia una teoría unificadora del cambio de comportamiento.

Revisión psicológica, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Barbosa, S. (2006). La psicología del deporte: una perspectiva hispanoamericana. *MedUnab*,

10(57–62).

Beckmann, J., Gröpel, P., & Ehrlenspiel, F. (2013). Preventing motor skill failure through

hemisphere-specific priming: Cases from choking under pressure. *Journal of Experimental*

Psychology: General, 142(3), 679–691. <https://doi.org/10.1037/a0029852>

Beltran, O. (2015). La influencia del estrés y la ansiedad en el rendimiento deportivo durante la competencia en tenis de campo. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 208.

Benson, H., & Klipper, M. (1975). *The Relaxation Response*. HarperCollins e-books.

- Brown, G. T. (2014). *Mind, Body and Sport: Understanding and Supporting Student-Athlete Mental Wellness*. NCAA Sport Science Institute. <https://doi.org/10.5582/bst.2018.01070>
- Campillo, J. D., Salguero, A., Márquez, S., & Molinero, O. (2013). Análisis de las estrategias de afrontamiento en futbolistas de categoría cadete. *EFDeportes, revista digital*.
- Canton Chirivella, E. (2010). La psicología del deporte como profesion especializada. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 237–245. <https://doi.org/10.4067/S0718-09342002005100014>
- Cantón Chirivella, E. (2013). Un caso paradigmático de la encrucijada actual en Psicología del Deporte: el trabajo e investigación en motivación. *Informació Psicològica*, 24–36.
Recuperado de
<http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/96>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Chu, T. L. (Alan), Zhang, T., & Hung, T. M. (2018). Motivational profiles in table tennis players: Relations with performance anxiety and subjective vitality. *Journal of Sports Sciences*, 36(23), 2738–2750. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1488517>
- Colegio oficial de Psicólogos. (2000). Psicología de la Actividad Física y del Deporte. *Perfiles Profesionales Del Psicólogo*, 11–22. Recuperado de
<https://www.cop.es/perfiles/contenido/deporte.pdf>
- Comlindo. (2011). Origen e historia del deporte.

De la Vega-Marcos, R., Ruiz-Barquín, R., Tejero-González, C., & Rivera-Rodríguez, M. (2014).

Relación entre estados de ánimo y rendimiento en voleibol masculino de alto nivel. *Revista de psicología del deporte*, 23(1), 49–56.

Dietrich, F. D. (2012). *Motivation and Coping in the Sport of Triathlons*. Florida State University.

Dinca, A., & Rosnet, E. (2007). Motivation , coping responses and fencers ' performance : an exploratory qualitative analysis. *Revista Europea de Psicología Aplicada*, 57, 201–211. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2006.09.004>

Flores Moreno, P. J., Pérez Ruvalcaba, S. L., Salazar C, C. M., Manzo Lozano, E. G., López Gutiérrez, C. J., Barajas Pineda, L. T., & Medina Mendoza, E. J. (2017). Fuentes, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés-competitivo en nadadores TT. *Rev. psicol. deport*, 26(2), 199–208. Recuperado de <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-166136>

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process. *Journal of personality and social psychology*, 48(1), 150–170. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/fulltext/1985-18642-001.pdf>

Gábor, G., Géza, V., Miklós, K., & József, B. (2010). Elite Young Team Players' Coping, Motivation and Perceived Climate Measures. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 46(1), 229–242. <https://doi.org/10.2478/v10141-009-0020-2>

García Gaviria, L. T. (2018). *Estrategias de afrontamiento en las selecciones femeninas de baloncesto, voleibol y fútbol sala de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales (UDCA)*. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales.

- Gaudreau, P., & Blondin, J. P. (2002). Development of a questionnaire for the assessment of coping strategies employed by athletes in competitive sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(1), 1–34. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00017-6](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00017-6)
- Gaudreau, P., Blondin, J. P., & Lapierre, A. M. (2002). Athletes' coping during a competition: Relationship of coping strategies with positive affect, negative affect, and performance-goal discrepancy. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(2), 125–150. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00015-2](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00015-2)
- Gaudreau, Patrick, & Antl, S. (2008). Athletes broad dimensions of dispositional perfectionism: examining changes in life satisfaction and the mediating role of sport-related motivation and coping. *Journal of sport & exercise psychology*, 30(3), 356–382. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.356>
- Geukes, K., Harvey, J. T., Trezise, A., & Mesagno, C. (2017). Personality and performance in real-world competitions: Testing trait activation of fear of negative evaluation, dispositional reinvestment, and athletic identity in the field. *Psychology of Sport and Exercise*, 30, 101–109. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.02.008>
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Rosnet, E. (2012). Examining the Motivation- Performance Relationship in Competitive Sport : A Cluster- Analytic Approach. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43, 79–103.
- Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(2), 155–161. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.10.004>

- Gillet, N., Vallerand, R. J., & Rosnet, E. (2009). Motivational clusters and performance in a real-life setting. *Motivation and Emotion*, 33(1), 49–62. <https://doi.org/10.1007/s11031-008-9115-z>
- Giovanny, H., Vargas, S., & Güichá-duitama, Á. M. (2014). Relación entre estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología. *médicas*, 27(2), 15–27.
- Guillen, N. (2007). Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 3, 21–32.
- Gutiérrez Sanmartín, M. (2004). El valor del deporte en la Educación Integral del ser humano. *Revista de Educación*, 335, 105–126.
- Gyomber, N., & Kovacs, K. (2016). ¿Los factores psicológicos desempeñan un papel crucial en el rendimiento deportivo? - Investigación sobre la personalidad y psicológicos variables de atletas en Hungría. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 223–232.
- Hajji, J., Baaziz, M., Mnedla, S., Jannet, Z. Ben, & Elloumi, A. (2016). Validation of the Arabic Version of the Inventory of Coping Strategies of Competitive Sport (ISCCS). *Advances in Physical Education*, 06(04), 312–327. <https://doi.org/10.4236/ape.2016.64032>
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Hogrefe, S., Ruiz-Barquín, R., & Molinero, O. (2018). Ansiedad y estrategias de afrontamiento en judokas de competición. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 13(2s), 23–26. <https://doi.org/10.18002/rama.v13i2s.5501>

Kim, M. S., Duda, J. L., Tomás, I., & Balaguer, I. (2003). Examination of the psychometric properties of the Spanish version of the Approach to Coping in Sport Questionnaire. *Revista de Psicología del Deporte, 12*, 197–212.

Langan, E., Hodge, K., McGowan, S., Carney, S., Saunders, V., & Lonsdale, C. (2016). The influence of controlled motivation alongside autonomous motivation: Maladaptive, buffering, or additive effects? *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 14*(1), 57–71. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2015.1016084>

Lautenbach, F., Putman, P., Angelidis, A., Laborde, S. J. P., & Raab, M. (2016). Attentional distraction by negative sports words in athletes under low- and high-pressure conditions: Evidence from the sport emotional stroop task. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 5*(4), 296–307. <https://doi.org/10.1037/spy0000073>

Lavallee, D., Kremer, J., Moran, A. P., & Williams, M. (2004). *Review of Sport Psychology: Contemporary Themes. Palgrave Macmillan* (Vol. 1). [https://doi.org/ISBN 1-4039-0467-7](https://doi.org/ISBN%201-4039-0467-7) hardback

Lazarus, R. (1999). *Stress and Emotion: a New Synthesis*. (H. Song, Ed.), Springer. New York: Springer Publishing Company.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*.

León Salcedo, J. D. (2015). Ansiedad de estado, estrategias de afrontamiento y sus efectos en el rendimiento de tenistas pre juveniles de competencia del equipo de la liga de tenis de Bogotá. Recuperado de <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2670/TE-18453.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Madigan, D. J., Stoeber, J., & Passfield, L. (2016). Motivation Mediates the Perfectionism–Burnout Relationship: A Three-Wave Longitudinal Study With Junior Athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 38(4), 341–354. <https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0238>
- Margarita, M., Reyes, V., Fernando, J., Muñoz, A., Gabriel, J., Molano, C., & Montoya, J. C. (2009). Factores motivacionales de los futbolistas profesionales , como deportistas y clientes internos en Boyacá , Colombia. *International Journal of Psychological Research*, 2(2), 148–157.
- María Urrea, Á., & Guillén, F. (2016). Motivación autodeterminada en deportistas colombianos con discapacidad visual. *Katharsis*, (21), 131. <https://doi.org/10.25057/25005731.765>
- Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International journal of clinical and health psychology*, 6(2), 359–378. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1983742&orden=65965&info=link%5Cnhttp://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=1983742>
- Martín González, J., Navas Sánchez, M., Notari Rodríguez, I., Olmedo Cortés, A., & Platero Ibañez, C. (2014). Motivación, optimismo y autoconcepto en deportistas. *ReiDoCrea: Revista electrónica de investigación y docencia creativa*, (3), 41–49.
- Molinero, O., Salguero, A., & Márquez, S. (2010). Propiedades psicométricas y estructura dimensional de la adaptación española del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva. *Psicothema*, 22(4), 975–982.

- Molinero, O., Salguero Del Valle, A., & Márquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: Estado de la cuestión. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 287–304. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02504>
- Moreno, J. A., & 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), 1–16. <https://doi.org/10.1080/17457289.2016.1145685>
- Mouratidis, A., & Michou, A. (2011a). Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(4), 355–367. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.03.006>
- Mouratidis, A., & Michou, A. (2011b). Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 12(4), 355–367. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.03.006>
- Mouratidis, A., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Sideridis, G. (2008). The Motivating Role of Positive Feedback in Sport and Physical Education: Evidence for a Motivational Model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(2), 240–268. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.2.240>
- NCAA Sport Science Institute. (2016). Mental Health Best Practices: Understanding and Supporting Student-Athlete Mental Wellness. National Collegiate Athletic Association.
- Nicholls, A. R., & Polman, R. C. J. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 25(1), 11–31. <https://doi.org/10.1080/02640410600630654>

- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. *Personality and Individual Differences*, *44*(5), 1182–1192. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.11.011>
- Núñez Prats, A., & Garcia Mas, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *RETOS: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, *2041*(32), 172–177. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6352297>
- Oliveira, L. P. De, Roberto, J., Junior, N., Ricardo, J., Vissoci, N., Ferreira, L., ... Lopes, L. (2016). Motivación autodeterminada y estrategias de afrontamiento en futbolistas : Un estudio con jugadores en diferentes fases de desarrollo deportivo. *Revista de Psicologia del Deporte*, *25*, 261–269.
- Oudejans, R. R. D., & Pijpers, J. R. (Rob. (2010). Training with mild anxiety may prevent choking under higher levels of anxiety. *Psychology of Sport and Exercise*, *11*(1), 44–50. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.05.002>
- Ovács, K. K., & Agy, B. N. (2016). Coping and Sport-motivation of Adolescent Handballers in Debrecen. *Practice and Theory in Systems of Education*, *11*(3), 205–222. <https://doi.org/10.1515/ptse-2016-0020>
- Paredes, J. (2003). *Teoria del Deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, *14*(3), 329–341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>

- Perez, E., & Estrada, O. (2015). Historia de la Psicología del Deporte. *Apuntes de Psicología*, 33(1), 39–46. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Pineda Espejel, A., Alarcon, E., Lopez Ruiz, Z., Trejo, M., & Sanchez, C. (2015). Propiedades psicometricas de la Escala de Motivacion en el Deporte revisada (SMS-II) adaptada al español hablado en Mexico. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 11(41), 226–244. <https://doi.org/10.5232/ricyde>
- Pinto, M. F., & Vázquez, N. (2013). Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: Su relación con el rendimiento en una muestra Argentina de jugadores amateurs de golf. [Competitive state anxiety and coping strategies: Their relationship with the performance of an Argentinean]. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 47–52.
- Potop, V., Grigore, V., Timnea, O. C., & Moraru, C. (2015). Analysis Of Personality Factors Influence On Sports Performances In Beam Event In Women's Artistic Gymnastics. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 197(February), 961–965. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.07.282>
- Reynoso-Sánchez, L. F., Flores, J. R. H., García-Dávila, M., Taraco, A. G. R., Jaenes Sánchez, J. C., López-Walle, J. M., & Hernández-Cruz, G. (2017). Cortisol y estrés-recuperación durante un periodo competitivo en jugadores de balonmano. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(269614), 125–131.
- Rosado, A., Dos Santos, A., & Guillén, F. (2012). Estrategias de coping en jugadores de baloncesto de alta competición. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(1), 125–147.

- Ruiz, M. C., & Hanin, Y. L. (2014). Interactive effects of emotions on performance: An exploratory study in elite skeet shooters. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 275–284.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic-dialectical perspective. En *Handbook of self-determination research* (pp. 3–33). University of Rochester Press.
- Salguero, A., & Rui, R. (2016). Relationship Between Resilience and Coping Strategies in Competitive Sport. *Perceptual And Motor Skills*, 122(1), 336–349.
<https://doi.org/10.1177/0031512516631056>
- Sánchez, J. C. J., Izquierdo, D. G., & González, F. M. R. (2009). Personalidad resistente en maratonianos: Un estudio sobre el control, compromiso y desafío de corredoras y corredores de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 217–234.
- Sancho, A. Z., & Ruiz-Juan, F. (2014). Análisis de la motivación en el atletismo: Un estudio con veteranos. *Universitas Psychologica*, 13(2), 501–515.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-2.amae>
- Sanjuán, P., & Ávila, M. (2016). Afrontamiento y motivación como predictores del bienestar subjetivo y psicológico. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 21(1), 1–10.
<https://doi.org/10.5944/rppc.vol.21.num.1.2016.15401>
- Schaefer, J., Vella, S. A., Allen, M. S., & Magee, C. A. (2016). Competition Anxiety, Motivation, and Mental Toughness in Golf. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 309–320. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1162219>

- Serrato, L. H. (2008). Historia de la psicología del deporte en Colombia. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 3, 277–300.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the Structure of Coping: A Review and Critique of Category Systems for Classifying Ways of Coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>
- Tamminen, K. A., & Crocker, P. R. E. (2013). “I control my own emotions for the sake of the team”: Emotional self-regulation and interpersonal emotion regulation among female high-performance curlers. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 737–747. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.05.002>
- Totterdell, P., & Leach, D. (2001). Negative mood regulation expectancies and sports performance: An investigation involving professional cricketers. *Psychology of Sport and Exercise*, 2(4), 249–265. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00016-4](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00016-4)
- Usán Supervía, P., Salavera Bordás, C., Murillo Lorente, V., & Megías Abad, J. J. (2016). Relación entre motivación, compromiso y autoconcepto en adolescentes: Estudio con futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 199–210.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senecal, C., & Vallieres, E. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003–1017.
- Vargas, C. (2012). Ciencias del deporte: Evolucion de aspectos teoricos cientificos. *Entramado*, 8(1), 140–165.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2014). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (Sixth Edit). Human Kinetics.

Zarauz, A. R., Juan, F. F., & Allende, G. (2016). Modelos predictores de la motivación en corredores de fondo en ruta en función de sus hábitos de entrenamiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 185–192.

Zeidner, M., & Endler, N. (1995). *Handbook of coping: Theory, Research, Applications*.

Anexos

Consideraciones éticas

Secreto Profesional:

La información personal que usted dará en el curso de este estudio es confidencial y permanecerá en secreto y no será proporcionada a ninguna persona diferente a usted en ninguna circunstancia. Sólo el estudiante y su asesor tendrán acceso para efectos del análisis y la comprensión de este

Derecho a la No-Participación:

Los participantes, al estar informados de la investigación y el procedimiento, tienen plena libertad para abstenerse de responder total o parcialmente las preguntas que le sean formuladas y a prescindir de su colaboración cuando a bien lo consideren.

Inconvenientes, Malestares y Riesgos:

La realización de las entrevistas no conlleva ningún riesgo o peligro; el único inconveniente son las preguntas sobre situaciones privadas, que pudieran causar incomodidad. Garantizamos su derecho a la intimidad y anonimato manejando esta información a un nivel confidencial absoluto. Nunca se publicará ni se divulgarán a través de ningún medio los nombres de los participantes ni datos que pudieran permitir su identificación.

Remuneración:

Debe quedar claro que no se otorgará ningún beneficio económico por participar en este estudio, así como tampoco plantea ningún costo económico para usted. Su participación es muy valiosa en tanto contribuye y aporta a la comprensión del estrés psicológico, que son de interés para la psicología y que revertirán en intervenciones futuras que permitan atender estas problemáticas.

Dignidad y bienestar de los participantes

De acuerdo con lo planteado en el código deontológico del psicólogo en Colombia, se abordará la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan con pleno conocimiento de las normas y estándares legales profesionales que regula investigación en humanos, teniendo en cuenta el numeral 9 del artículo 2 y el capítulo VII de la ley 1090 del 2006 (Congreso de la República de Colombia, 2006).

Consentimiento por parte de los participantes

De acuerdo con los artículos 24 y 25 de la ley 1090 (Congreso de la República de Colombia, 2006) a los participantes se les exigirá la lectura y firma de un consentimiento informado donde se les expliquen los objetivos de la investigación, los procedimientos a efectuar, los riesgos e inconvenientes y donde los participantes dejen constancia de su intención voluntaria e informada de participar. (Anexo formato de consentimiento)

Formato de consentimiento informado

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO PARA EL DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN:

“

_____”

GRUPO DE INVESTIGACIÓN

Investigadores:

Título del Proyecto: _____

INTRODUCCIÓN

A usted señor(a)..... lo estamos invitando
a participar de la investigación

“
_____”;
_____ del Grupo de investigación

Queremos que usted conozca que:

- La participación en este estudio es absolutamente voluntaria, esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin tener que dar explicaciones.
- Para efectos de la investigación es requisito contar con un documento que certifique que ha estado vinculada en algún tipo de tratamiento bien sea este, de forma particular o institucional.
- Esta investigación no tiene un propósito terapéutico, únicamente se realiza con fines de producción de conocimiento.
- Usted no recibirá ningún beneficio económico del estudio actual.
- En caso de ser usted menor de edad, se hace necesario que este documento sea conocido, aprobado y firmado por su padre o acudiente.

1. INFORMACIÓN SOBRE EL ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Antes de cualquier decisión de participación, por favor tómese el tiempo para leer este documento y de ser necesario para preguntar, averiguar y discutir todos los aspectos relacionados de este estudio, con el investigador o con cualquier persona que usted considere necesaria.

2. PROPÓSITO

Esta investigación se está desarrollando en la línea de investigación

El objetivo de esta investigación es

3. PROCEDIMIENTO

Si accede a participar en esta investigación será citada a entrevistas individuales y reuniones grupales con el objetivo de recolectar información que permita develar los significados atribuidos a su vivencia corporal.

En caso de que usted lo desee, al finalizar la investigación podrá obtener retroalimentación a partir de los resultados.

4. INCONVENIENTES Y RIESGOS

Esta investigación no involucra ningún tipo de riesgo físico, psicológico ni moral. Si usted considera que se pone en riesgo su integridad, podrá expresarlo a los investigadores o quien crea necesario.

Usted podrá ausentarse si por cualquier razón no puede participar de las sesiones de entrevista o demás actividades de la investigación. Le solicitamos que se comunique a tiempo con los investigadores para programar un nuevo encuentro.

5. RESERVA DE LA INFORMACIÓN Y SECRETO

Las entrevistas y las reuniones grupales están diseñados para identificar aspectos personales de su experiencia, garantizándose su derecho a la intimidad, manejando esta información a nivel confidencial. Los encuentros serán grabados y transcritos, y únicamente los miembros del equipo de investigación tendrán acceso a su información personal.

Nunca se publicarán ni se divulgarán a través de ningún medio los datos personales de quienes participen en esta investigación.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Después de haber leído y comprendido toda información contenida en este documento con relación a _____ la _____ investigación “ _____” y de haber recibido del investigador, _____ explicaciones verbales sobre ella y satisfactorias respuestas a mis inquietudes, habiendo dispuesto de tiempo suficiente para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que yo _____ he resuelto participar en la misma.

Además, expresamente autorizó al investigador para utilizar los resultados de esta propuesta en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia del investigador, _____ y un testigo, en el Municipio de _____ el día _____ del mes de _____ del año _____ .

MOTIVACIÓN Y AFRONTAMIENTO EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

Nombre, firma y documento de identidad del participante

Nombre: _____

Firma: _____

Cédula de ciudadanía _____ de _____