

La motivación al logro en atletas de la especialidad de fondo del Atletismo (original)

Achievement motivation in Athletics long-distance race specialty in athletes.

Maximiliano León-Araujo, Combinado deportivo “Sierra Maestra”, rjorgeh@udg.co.cu, Cuba.

Leonel Russell-González, Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, russell@inder.cu, Cuba.

Rafael Jorge-Hernández, Facultad de Cultura Física de Granma, rjorgeh@udg.co.cu, Cuba.

Resumen

El desarrollo del deporte a nivel mundial evoluciona de manera muy dinámica, cada vez son mayores las marcas y los records alcanzados por los atletas y en ese aspecto particular el atletismo tiene un papel preponderante. Diversos son los adelantos científicos aplicados a las diferentes especialidades del llamado deporte rey, sin embargo lo que motiva a este investigador, es el mundo subjetivo de los atletas que se enfrentan a las exigencias y el rigor de modalidades como las carreras de fondo, aunque diversos investigadores han incursionado en el estudio de la motivación y la motivación al logro, en el presente trabajo se diagnosticó a un grupo de atletas de la modalidad de fondo de la categoría 14 -15 años del municipio Pílon en la provincia Granma, para valorar los mecanismos que permitan estimular la motivación al logro en estos atletas. La aplicación de diferentes test psicológicos, más la aplicación de métodos de la investigación científica permitieron arribar a importantes conclusiones, entre las que se destaca el hecho de que los dos corredores más competitivos fueran capaces de indagar y analizar las situaciones de la carrera, mostrándose motivados para lograr el éxito en ellas, reflejando su capacidad para reorientar su conducta atendiendo a objetivos y metas que pueden alcanzar.

Palabras clave: preparación psicológica / estimulación de la motivación al logro / objetivos/ metas/ Atletismo.

Abstract

The development of the sport at worldwide level maneuvers in a very dynamic way, each time is bigger the marks and the reached records for the athletes and in that particular aspect the athletics has a preponderant paper. Diverse are the scientific advances applied to the different

La motivación al logro en atletas...

specialities of the call deports king, however which motives to this investigator, it is the subjective world of the athletes that they meets face to face to the exigencies and the rigor of modalities as the background horse racings, although diverse investigators have incursionated in the study of the motivation and the motivation to the attainment, at present work it is diagnosed to a group of athletes of the background modality of the category 14 -15 years of the basin municipality in the Granma province, to value the mechanisms that permit stimulate the motivation to the attainment in these athletes. The application of different psychological test, more the application of methods of the scientific investigation permitted reach important conclusions, between those who is highlighted the fact that the two running more competitive thing was capable of investigate and analyze the situations of the run, by showing motivated to achieve the success in them/it, by reflecting your capacitance give to know again your conduct attending to objective and take in that they can reach.

Key words: psychological preparation/ stimulation of the motivation to the attainment/ objective/ meets/ Athletics.

Introducción

Con el triunfo revolucionario en enero de 1959, el deporte tuvo significativos avances que impusieron a la fuerza técnica grandes desafíos de superación para mantener y elevar la calidad de los resultados. Diferentes disciplinas deportivas ven estimulado su desarrollo, dentro de ellas, el atletismo; que desde muy temprano comienza a cosechar triunfos para el deporte revolucionario y lo continúa haciendo en nuestros días.

No obstante, el acelerado desarrollo de la ciencia y la técnica hace cada vez más difícil, en la época moderna, imponer nuevos record o alcanzar grandes metas; en el escenario atlético del siglo XXI, los resultados de los atletas están condicionados por la aplicación de los adelantos de ciencias como la Bioquímica, la Biomecánica, la Informática, la Medicina, la nanotecnología, la electrónica y la Psicología, entre otras, y esta situación exige cada vez más del fortalecimiento de la subjetividad de nuestros atletas y de una atención intencionada a las particularidades personológicas de cada uno, particularmente en lo referido a la motivación y la motivación al logro, que han sido abordados por diferentes investigadores.

En el caso particular de la motivación al logro se destacan los aportes de diversos autores tanto foráneos como nacionales, entre los que se destacan: Atkinson, (1974), Gould, D. (1992), Weinberg, R. S (1995), Cid, S. (2008), González Coll y col (2008), Luna, R. (2012)

Manassero, M.A., y Vázquez, A. (1998). Lucas, S. (2007) Mínguez, M. (2011) Álvarez, Y. (2006) Bello, M. (2007) Sanz, D. (2010) Siska B. (2008) quienes destacan la necesidad de atender a las habilidades psicológicas para poder proyectar, con intencionalidad, las acciones para estimular la motivación.

Desde esa perspectiva, se trabajó para diagnosticar el comportamiento de los atletas de la especialidad de fondo del Atletismo en la categoría 14 y 15 años en el contexto del el entrenamiento deportivo. Del análisis de la observación, las entrevistas y las encuestas aplicadas a los practicantes y entrenadores, en el municipio Pilón, se derivaron las siguientes manifestaciones:

- Poca disposición para trazarse y alcanzar nuevas metas desde el entrenamiento
- Inseguridad en la toma de decisiones relacionadas con la carrera
- Se muestran presionados, ansiosos antes y durante la carrera
- Negativas y resistencias a la realización en el entrenamiento de las distancias requeridas para la categoría
- Insuficiencias en la autopercepción y el auto reconocimiento de sus capacidades
- Poca disposición a sobreponerse a los efectos del desgaste físico generado en estas pruebas
- Falta de concentración antes y durante la carrera

Sobre la base de estas manifestaciones externas se sustenta la afirmación de que el insuficiente tratamiento desde el programa de preparación del deportista, a la temática de la motivación en general y a la motivación al logro en particular, impide la atención intencionada de los entrenadores a tan importante componente del entrenamiento deportivo contemporáneo.

Materiales/ metodología

La población objeto de nuestra investigación está integrada por 16 atletas comprendidos entre 14 y 19 años pertenecientes a las categorías escolares y juveniles del deporte Atletismo en el municipio de Pilón. La muestra tomada fue de 8 para un 50 %; el muestreo fue intencional; tomándose en consideración que ellos eran los que más presentaban condiciones físicas, técnica y psíquicas durante el entrenamiento deportivo, corresponden al sexo femenino (4), representando el 50 %, mientras que el sexo masculino estuvo representado por 4 atletas que

La motivación al logro en atletas...

representa el 50 %. En correspondencia con lo anterior, cuentan con una experiencia deportiva de 4,3 años.

Se utilizaron diferentes métodos de nivel teórico, los cuales posibilitaron realizar un estudio del objeto analizado y en el orden teórico-metodológico especificar aspectos significativos para la transformación de este. Así como métodos del nivel empírico, los que permitieron identificar el proceso y los sujetos, cotejando su evolución luego de aplicar la estrategia y la concepción que la sustenta. La comprobación empírica de la estrategia se realiza mediante el estudio correlacional, que incluye un pre-experimento, al evaluar antes y después de aplicada la estrategia en un mismo grupo, en el periodo correspondiente a septiembre 2014 – julio 2015.

Técnica para la recolección de los datos

Se aplicaron tres cuestionarios auto-administrados, los cuales permitieron conocer los criterios de éxito percibidos por el atleta en relación al entrenador CEPCEDEN, compañeros CEPCEDCO y padres CEPCEDPA, estos instrumentos permitieron medir cómo percibe el atleta su red de apoyo social y si esta tiene un impacto en su motivación a mantenerse en la práctica deportiva.

En ese mismo sentido se aplicó el Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ). Este test tiene como principal objetivo conocer cuál es el nivel de motivación al logro de manera intrínseca del deportista, para esto se debe conocer el grado de orientación del grupo en relación al ego y a la tarea. Por su parte el test de Competitividad-10 se realizó con el objetivo de indicar las vivencias que los deportistas pueden experimentar cuando compiten.

Discusión/ resultados

Los test de Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación con el Entrenador (CEPCEDEN), compañeros CEPCEDCO y padres CEPCEDPA son herramientas poseen una estructura cerrada ya que requieren por parte los sujetos en estudio la exposición de sus creencias y pensamientos a partir de puntuar su acuerdo o desacuerdo con los ítems a través de una escala compuesta de 16 ítems, de los cuales, 8 miden la percepción de un Clima Orientado al Ego, y otros 8 miden la percepción del Clima Orientado a la Tarea. Se forman por tanto, dos factores o dimensiones, Ego y Tarea, que diferencian los dos tipos de climas percibidos. Las respuestas a los ítems están reflejadas en una escala tipo Likert con un rango de respuesta de 0 a 100, en la que el 0 corresponde a totalmente en desacuerdo y el 100 a

totalmente de acuerdo con el enunciado del ítem.

En relación al orden de las ideas anteriores En la tabla número uno, se presentan los resultados del test de Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación con el Entrenador (CEPCEDEN) , mostrando que tres de los corredores que representan el 37 %, se sienten orientados por su entrenador hacia la tarea, los cuales precisan que su entrenador siente que tienen éxito cuando resaltan la obtención de metas, objetivos y habilidades en relación al trabajo durante el entrenamiento, Esa relación se caracteriza por valorar la habilidad en función de sí mismo, así como por dar mucha jerarquía al esfuerzo y a la ejecución por encima de los resultados. Los corredores no se confrontan con ningún elemento externo, y se ven ellos mismos como capaces para formarse algo nuevo y perfeccionarse en el aprendizaje de la destreza, tienden a poner más esfuerzo en el entrenamiento, demostrando mayor persistencia, mayor divertimento y expresando mayor satisfacción cuando terminan el mismo, lo que ocasiona como consecuencia buenos resultados a la hora de competir.

Resulta significativo que los seis corredores que se sienten orientados hacia el ego y se centran en sentirse superiores, en superar a los demás, ser los mejores en el entrenamiento en relación con los demás, tratar de evitar el fracaso para evadir la inferioridad, no sentirse menos inteligentes o habilidosos en comparación con otros, se someten a la aplicación o utilización de criterios normativos extras, se presionan con las ideas de conseguir la mejor puntuación u obtener el mejor lugar posible, sobrevaloran la opinión del entrenador, lo que influye significativamente en su motivación al logro.

Tabla Nº 1 . Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación al Entrenador (CEPCEDEN)

Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación al Entrenador (CEPCEDEN)		
	<i>f</i>	<i>fa</i>
Orientación al ego	5	63%
Orientación a la tarea	3	37%
	n=8	100 %

Resultados del test de criterios de éxito percibidos por el atleta en relación los Padres (CEPCEDPA)

La motivación al logro en atletas...

Como se puede percibir en la tabla número 2; seis de los ocho corredores, que representan el 75 %, afirman que sus padres perciben que tienen éxito cuando superan a los demás, ganan en las competencias y son claramente mejor que el resto, corroborándose más cuando tienen eventos, que durante los entrenamientos. Sobre la base de las consideraciones anteriores se evidencia una mayor motivación a resaltar cuando existen confrontaciones importantes y se sienten afligidos psicológicamente por el logro en las competencias.

En relación con lo anterior es necesario destacar que estos atletas sienten que sus padres los consideran exitosos, si exponen que son superiores a otras personas, por lo que las principales vías de percepción de una alta competitividad y expresión de su éxito, radica en alcanzar el lauro principal, triunfar en el torneo o lograr el mayor registro, ocasionando altos niveles de orientación al ego y baja percepción de habilidad en los atletas, lo que les permite seleccionar actividades muy fáciles en las que lograr éxito sin dificultad, o muy dificultosos al objeto de poder conservar inmune su sentimiento de competencia.

Por su parte en los casos en los que la acción es valorada en términos de éxito o fracaso, cabe decir que los corredores aprecian que sus padres valoran su nivel de habilidad, teniendo en cuenta su éxito como corredor y comparándolos con los demás, como argumento de predominio sobre los demás (orientación al ego), por otro lado los dos corredores que representan el 25% de la muestra se orientan a la tarea y señalan que sus padres los consideran exitosos cuando demuestran habilidad, y esta habilidad puede ser forjada por el sujeto como esfuerzo, trabajo duro, progreso y mejora personal.

Tabla N° 2. Criterios de éxito percibidos por el atleta en relación con los Padres (CEPCEDPA)

Criterios de éxito percibidos por el atleta en relación los Padres (CEPCEDPA)		
	<i>f</i>	<i>fa</i>
Orientación al ego	6	75 %
Orientación a la tarea	2	25 %
	n=8	100

Resultados del test de los Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación a los compañeros (CEPCEDCO)

Para este aspecto particular se tuvieron en consideración los criterios de éxito percibidos por parte de los atletas, destacándose que en este grupo de atletas las edades suelen ser concluyentes en la toma de decisiones y en la motivación al logro. Atendiendo a ello, en la tabla número 3, se muestra un nivel ascendente hacia el indicador de orientación al ego a diferencia de los resultados anteriores y se observa que de los ocho corredores, seis que representan el 75 % sienten que sus compañeros perciben que tienen éxito cuando ganan competencias, son mejores que los demás o se destacan en realizar cosas que los demás no dominan; mientras que los restantes, que representan el 25 % se inclinan a apreciar un mejor desempeño cuando se superan a sí mismos en las prácticas, en cuanto a las habilidades y destrezas del deporte y estos dos atletas coinciden con los que demostraron puntuaciones más elevadas.

Revistiendo gran importancia este resultado en la investigación; porque permite apreciar un sistema de amistades equilibrado que afirma los logros a alcanzar por parte de los atletas, al tiempo que los motiva, sin presión alguna, a progresar en la modalidad. El motivo fundamental de esta conducta está en descubrir desde la actividad la aspiración y pertenencia a un lugar entre los miembros del equipo, así como, tener una percepción más clara de su imagen corporal y las cualidades vinculadas a las relaciones interpersonales, todo lo cual tiene un peso significativo en la autovaloración y la autoestima.

Tabla Nº 3. Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación a los compañeros (CEPCEDCO).

Criterios de Éxito Percibidos por el atleta en relación a los Compañeros (CEPCEDCO)		
	<i>f</i>	<i>fa</i>
Orientación al ego	6	75%
Orientación a la tarea	2	25%
	n=8	100%

La motivación al logro en atletas...

Resultados del test de Percepción de Éxito (POSQ):

El inventario en cuestión consta de 12 ítems, 6 de los cuales responden a una orientación del deportista hacia la “tarea” (por ejemplo, “siento que tengo éxito cuando trabajo duro”) y los otros 6, informan de una orientación del deportista hacia el “ego” (por ejemplo, “siento que tengo éxito cuando soy el mejor”). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y responden a una escala tipo Likert que va de 0, valor que corresponde a totalmente en desacuerdo, a 100 que indicaba que el deportista está totalmente de acuerdo con lo que se le planteaba. Este cuestionario muestra valores alpha de 0.84 para la subescala tarea y de 0.91 para la subescala ego.

En correspondencia con los resultados en la tabla número 4, se puede apreciar que de los ocho atletas tomados como muestra, tres que representan el 37 %, se sienten orientados hacia la tarea de manera preponderante, mientras que cinco que representan el 63 %, manifiestan tener más éxito cuando se les reconoce a través de sus triunfos individuales. Esto está propiciado, en parte, porque los corredores no muestran una apropiada cohesión grupal, persiguen el perfeccionamiento de forma individualizada, correspondiéndose con la motivación hacia el logro en las competencias más que la cooperación para desarrollar hábitos en correspondencia con las técnicas y las tácticas de los atletas de la especialidad de fondo, estos aspectos hacen que se refuerce más la orientación al ego que la orientación a la tarea, con lo que se desocupan del trabajo en equipo.

Tabla Nº 4. Criterios de Percepción de Éxito (POSQ)

Criterios de Percepción de Éxito (POSQ):		
	<i>f</i>	fa
Orientación al ego	5	63%
Orientación a la tarea	3	37%
	n=8	100

Resultados del test de Competitividad-10

En los resultados de este instrumento expuestos en la tabla número 5, se observa que

en el indicador de motivación para el éxito tienen una mayor puntuación 2 de los corredores que representan el 25 %, lo que indica que estos tienen una mayor disposición a esforzarse por tener éxito en los entrenamientos, se centran en el logro del objetivo y lo que implica por alcanzarlo, especialmente cuando se compite con una norma, no así los seis corredores, que representan el 75 % y que se encuentran con una mayor puntuación en el indicador de motivación para evitar el fracaso, estos enfocan su atención en evitar el fracaso. Caracterizándose por la poca perseverancia, el tratar de ocultar los errores para que las demás personas no se den cuenta de ello.

Además son portadores, generalmente, de una gran preocupación por lo que otros puedan pensar de su actuación por lo que su interés se centra, no en el disfrute de lo que se hace, sino en buscar aceptación o reconocimiento, tendiendo a justificar las ejecuciones deficientes, evidenciándose la disminución de la disposición para alcanzar un desempeño exitoso, el indicador de la competitividad es negativo lo que se transcribe en que la competitividad es baja se evidencia que los corredores no se esfuerzan por superar su propia labor, así como la rivalidad y la superación de los demás.

Estos atletas no buscan nuevas alternativas para superarse, en consecuencia, el ambiente influye sobre sus conductas, de forma que si el escenario no es de logro tiende a percibirse menor expresión de la conducta de rendimiento óptimo y de competitividad; por otra parte, los corredores altamente competitivos tienden a investigar situaciones de carrera y están motivadas para lograr éxito en ellas, lo que es un reflejo de la superficie proactiva de la personalidad, la capacidad para establecer la conducta atendiendo a objetivos y metas que el individuo se plantea alcanzar.

Tabla N°5. Resultados del test de Competitividad-10

Competitividad-10			
	<i>f</i>	Media	<i>fa</i>
Motivación de éxito	2		25%
Motivación para evitar el fracaso	6		75%
Competitividad	-4		32
	n=8		100

Conclusiones

-Los dos corredores más competitivos fueron capaces de indagar y analizar las situaciones de la carrera, mostrándose motivados para lograr el éxito en ellas, lo que es un reflejo de la capacidad para reorientar su conducta atendiendo a objetivos y metas que pueden alcanzar.

-Las respuestas obtenidas permiten determinar varios aspectos que provocan la poca motivación al logro en los corredores de la especialidad de fondo: la poca perseverancia, la disminución de la disposición para alcanzar un desempeño exitoso, búsquedas de motivos externos, falta de concentración, todo lo cual influye negativamente en la competitividad de los atletas.

Bibliografía

1. Ames, C (1995). Metas de ejecución, clima motivacional y procesos motivacionales. En G. Roberts (ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio* (pp.197-214). Bilbao: Desclée de Brouwer.
2. Biddle, S. (1997). Cognitive theories of motivation and the physical self. En K. Fox (ed.), *The physical self* (pp. 59-82). Champaign: Human Kinetics.
3. Boixadós, M. y Cruz, J. (2000). Evaluación del clima motivacional, satisfacción, percepción de habilidad y actitudes de fairplay en futbolistas alevines e infantiles y en sus entrenadores. *Apunts. Educación Física y Deportes* (62), 6-13.
4. Boyd, M.; Weinmann, C. y Yin, Z. (2002). The relationship of physical self-perceptions and goal orientations to intrinsic motivation for exercise. *Journal of Sport Behavior*, 25(1), 1-18.
5. Burton, D. (1992). The Jekyll/Hyde nature of goals: Reconceptualizing goal setting in sport. En T. Horn (ed.), *Advances in Sport Psychology* (pp. 267-297). Champaign: Human Kinetics.
6. Cervelló, E.; Escartí, A. y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(1), 7-19.

7. Cervelló, E. y Santos-Rosa, F. J. (2000). Motivación en las clases de educación física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1), 51-70.
8. Duda, J. (1995). Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectivas de meta. En G. Roberts (ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio*(pp. 85-122). Bilbao: Desclée de Brouwer.
9. Weinberg, R., y Gould, R (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.
10. Roberts, G.; Spink, K. y Pemberton, C. (1999). *Learning experiences in sport psychology*. Champaign: Human Kinetics.
11. Ruiz, L. M.; Graupera, J. L. y Nishida, T. (2004). El test AMPET de motivación de logro para el aprendizaje en educación física: desarrollo y análisis factorial de la versión española. *Revista de Educación* (335), 195-214.

Recibido: 3/06/15

Aceptado: 9/09/15

La motivación al logro en atletas...