

**Ansiedad competitiva y clima motivacional
en jóvenes tenistas de competición del Club
de Tenis Alcúdia, Islas Baleares, en relación
con las habilidades percibidas y el
rendimiento percibido por su entrenado**



Universitat de les Illes Balears

Profesor: Gonzalo Adán Micó

Alumno: Pere David Sastre Martos

Técnicas de investigación social

Introducción

En el ámbito de la psicología del deporte, encontramos un creciente interés en el estudio de la motivación de los jóvenes deportistas y en la generación por parte de esta de ansiedad competitiva, como variables que pueden incidir en el rendimiento deportivo desde sus diferentes dimensiones, incluyendo altos niveles de activación del sistema autónomo, preocupación y cogniciones auto-orientadas que pueden alterar procesos atencionales y otras funciones cognitivas (Smith, 2008; Smith, Smoll y Passer, 2002; Smith, Smoll y Wiechman, 1998).

El estudio se justifica en la aportación que supone analizar la relación entre el clima motivacional y la ansiedad en jóvenes tenistas incluyendo la percepción del entrenador sobre el rendimiento y la habilidad del jugador, pudiendo contribuir a estrategias sobre estilos de entrenamiento que permitan generar el contexto deportivo más positivo y enriquecedor para el deportista permitiendo que este disfrute al máximo de la práctica del deporte y además lo haga con unos niveles de ansiedad que optimicen su rendimiento en la competición. Se analiza la relación entre variables a niveles tempranos de participación deportiva, que es cuando las actuaciones de los entrenadores pueden ser más influyentes.

Algunos deportistas informan de que la ansiedad facilita el rendimiento en tarea (Jpones y Swain, 1995). Numerosas investigaciones muestran diversos efectos de la ansiedad competitiva sobre el rendimiento.

En relación a los aspectos motivacionales, el contexto puede influir dependiendo de cómo sea interpretado por el joven atleta, es decir, según valore de manera subjetiva en función de dos líneas, una de éxito y otra de fracaso.

El marco teórico tiene sus orígenes en la teoría de las perspectivas de meta (Ames, 1984, 1992; Ames y Archer, 1998; Dweck, 1986; Elliot y Dweck, 1998; Nicholls, 1984, 1989) en la que los procesos cognitivos asociados a las respuestas motivacionales juegan un papel muy importante. Se asume que el principal interés de los individuos en las situaciones de logro es demostrar competencia o habilidad y evitar demostrar escasa habilidad, siempre en términos de éxito y fracaso, teniendo en cuenta que para unos sujetos es éxito para otros puede suponer fracaso.

Nichols (1984) indicó que los sujetos en situaciones de logro como es la competición deportiva en nuestro caso, actúan bajo dos perspectivas de meta, por un lado la meta implicada en la tarea (task involved) en la que se juzga su nivel de habilidad teniendo en cuenta las conductas, afectos y cogniciones que conllevarán a la máxima motivación, auto-superación, dedicación, interés intrínseco en la actividad, cogniciones centradas en el aprendizaje, atribuciones basadas en el esfuerzo y persistencia en la tareas, donde las estrategias de aprendizaje son más efectivas que conllevan al esfuerzo como puente para alcanzar el éxito, el deportista siente que se le recompensa el entrenar duro, mientras

que la meta implicada en el ego (ego involved), se basa en un clima centrado en la comparación social como base criterial del éxito, implica un modelo motivacional caracterizado por la reducción del esfuerzo, atribuciones focalizadas en la habilidad, disminución de la motivación intrínseca y de la persistencia, así como en cogniciones poco adaptativas, ya que los deportistas perciben que sus compañeros intentan superar a los otros y éstos eran castigados sí cometían errores y consideraban que el entrenador únicamente destacaba y recompensaba a los que tenían más talento.

En el área del deporte, diferentes investigaciones han ofrecido apoyo de forma consistente para la existencia de ambas perspectivas de meta (Duda, 1989; Duda y Nichols, 1992; Duda, Fox, Biddle, y Armstrong, 1992.)

Los trabajos sobre clima motivacional tienen sus desarrollos pioneros en el ámbito de la educación, estudiándose la influencia que el clima motivacional dominante en la clase tiene sobre las percepciones y las conductas de los escolares.

Un aspecto que abarca esta investigación y que ha sido menos estudiado es el de cómo se relaciona la percepción que tienen los entrenadores de la habilidad de sus jugadores, y de su rendimiento deportivo, con el clima motivacional generado por ellos, y la posible ansiedad percibida por sus jugadores. Estas percepciones de los entrenadores podrían ser relevantes (cómo ocurre con la “profecía autocumplida”, Wilkins, 1972), al afectar a la información que el entrenador ofrece del rendimiento y de su habilidad percibida por él) a sus jugadores, y que podrían estructurarse en un determinado clima motivacional (dependiendo del jugador) relacionado con algún nivel de ansiedad. Se introduce esta variable debido al posible impacto sobre los jugadores de las instrucciones, refuerzos, castigos, estilos de comunicación del entrenador hacia sus jugadores en función de ese rendimiento y habilidad percibidos.

Objetivo

El objetivo principal es el de analizar las relaciones entre el clima motivacional y la ansiedad competitiva percibidos en tenistas jóvenes de alta competición, en relación con el rendimiento y habilidades percibidos por los entrenadores.

Hipótesis

-Hipótesis 1:

Los jugadores que perciben los niveles más altos de clima motivacional centrado en el ego comunicarán los niveles más altos de ansiedad cognitiva en la dimensión de preocupación, de manera que se espera hallar una correlación positiva estadísticamente significativa entre ambas variables.

-Hipótesis 2:

Los jugadores que perciben los niveles más altos de clima motivacional centrado en el ego comunicarán los niveles más altos de ansiedad somática, de manera que se espera hallar una correlación positiva estadísticamente significativa entre ambas variables.

-Hipótesis 3:

Los jugadores que perciben los niveles más altos de clima motivacional de maestría comunicarán los niveles más bajos de ansiedad somática, de manera que se espera hallar una correlación negativa estadísticamente significativa entre ambas variables.

Método

Participantes

Los participantes fueron 23 jugadores del Club de Tenis Alcúdia perteneciente a la Real Federación Española de Tenis: 2 eran “Benjamines” (8’69%) del sexo masculino (jugadores que no cumplan 11 años de edad el mismo año del torneo), 8 “Alevines” (34’78%), 6 del sexo masculino y 2 del femenino (jugadores que no cumplan 13 años de edad el mismo año del torneo), 7 “Infantiles” (30’43%), 5 del sexo masculino y 2 del sexo femenino (jugadores que no cumplan 15 años de edad el mismo año del torneo), 3 “Cadetes” (13’04%), dos del sexo masculino y 1 del sexo femenino y 3 “Junior”(13’04%) , 1 del sexo masculino y 2 del sexo femenino (jugadores que no cumplan 17 años de edad el mismo año del torneo).

Instrumentos

1) Se utilizó la versión española del cuestionario de Clima Motivacional Percibido en el Deporte, adaptado al tenis, “Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire (PMCSQ-2) (Newton y Duda, 1996), el cual está diseñado para medir “*el clima motivacional*” predominante en un contexto deportivo determinado, en nuestro caso, el tenis. Consta de dos escalas que valoran el grado en que los deportistas perciben que el entrenador crea un clima implicado en la tarea “task involving” o bien un clima implicado en el ego “ego involving”. Dicho cuestionario es una adaptación al tenis del PMCSQ-2 y consta de 24 ítems que se agrupan en seis factores:

-Esfuerzo/Mejora (se percibe que el entrenador refuerza el trabajar duro, haciendo lo mejor que uno puede, así como el desarrollo de las habilidades y de la mejora personal).

-Importancia de Rol (se percibe que cada uno realiza una contribución, así como el papel que cada uno desempeña respecto a las rutinas de éxito).

-Aprendizaje Cooperativo (se percibe que el entrenador valora la colaboración entre los atletas y desea que los atletas se ayuden mutuamente en el aprendizaje y la mejora de las habilidades).

-Reconocimiento Desigual (se percibe que el entrenador ofrece más atención y refuerzo a los deportistas de mayor talento).

-Castigo por Errores (se percibe que el entrenador responde negativamente a los errores).

-Rivalidad intragrupo (se percibe que el entrenador promueve la comparación social y la competición entre los deportistas del mismo grupo/equipo).

Se asumió que los tres primeros reflejaban un clima implicado en la tarea (maestría), mientras que los tres últimos factores reflejaban un clima implicado en el ego.

2) “*La Ansiedad Competitiva*” en deporte fue medida utilizando la versión española de la escala Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2; Smith, Smoll, Cumming y Grossbard, 2006; Ramis et al., 2010), el SAS-2 se conforma en tres escalas de 5 ítems para medir

-Ansiedad Somática

-Preocupación

-Concentración Alterada

3) “*Las Habilidades y el Rendimiento percibido por los entrenadores*” se midió mediante un cuestionario diseñado ad hoc con dos preguntas referidas a cada jugador:

1) “En tu opinión, ¿cómo de bueno es el nivel de habilidad de este jugador?”

2) “En tu opinión, ¿cómo de bueno es el nivel de rendimiento de este jugador?”

Procedimiento

Después de obtener permiso por parte de entrenadores comenzó la recogida de datos. El investigador se reunió con los jugadores al final de una sesión de entrenamiento y los participantes completaron las escalas PMCQS-2 y SAS-2; y los entrenadores completaron el cuestionario de Habilidad y Rendimiento percibido. Todos los atletas participaron voluntariamente en el estudio.

Se efectuaron análisis correlacionales entre las variables del estudio mediante el paquete estadístico SPSS 21.0.

Resultados

A continuación se muestra la tabla de correlaciones (Speraman) simples entre Clima Motivacional, Ansiedad Competitiva y Habilidades y Rendimiento Percibido en Entrenadores.

	Ansiedad somática	Preocupación	Concentración alterada	Clima de ego	Clima de maestría	Habilidades percibidas	Rendimiento percibido
Ansiedad somática	1	,180	,190	,255	,010	,048	-,005
Preocupación	,180	1	-,111	-,035	,521*	,204	,027
Concentración alterada	,190	-,111	1	,306	-,283	-,394	-,514
Clima de ego	,255	-,035	,306	1	-,101	-,166	,047
Clima de maestría	,010	,521*	-,283	-,101	1	,451*	,203
Habilidades percibidas	,048	,204	-,394	-,166	,451*	1	,465*
Rendimiento percibido	-,005	,027	-,514*	,047	,203	,465*	1

Se ha hallado correlación positiva estadísticamente significativa entre habilidades y rendimiento percibido. Además, el rendimiento percibido halla correlación negativa estadísticamente significativa con la concentración alterada.

El clima de maestría correlaciona positivamente de manera significativa con la dimensión de ansiedad cognitiva, concretamente con la concentración alterada.

Observamos que el clima de maestría también correlaciona positivamente y de manera significativa con las habilidades percibidas.

En relación a las tendencias en las relaciones entre variables destacan aunque no alcancen niveles significativos, que la ansiedad somática muestra una relación con tendencia positiva con el clima de ego, a diferencia del clima de maestría con el que no muestra relación destacable.

Por su parte, la preocupación muestra una tendencia negativa en su relación con la concentración alterada, mientras que con las habilidades percibidas muestra una relación positiva.

La concentración alterada refleja una tendencia positiva en su relación con el clima de ego, mientras que con el clima de maestría refleja una tendencia negativa, similar a la tendencia con la habilidades percibidas, incluso ligeramente superior.

El clima de ego refleja una tendencia negativa con el clima de maestría y las habilidades percibidas por el entrenador, mientras que el clima de maestría muestra una tendencia positiva con el rendimiento percibido por el mismo.

Discusión

De acuerdo con las hipótesis planteadas, podemos afirmar que no se cumple la hipótesis 1, según la cual se esperaba hallar una correlación positiva estadísticamente significativa entre el clima motivacional centrado en el ego y los sujetos que obtuvieran puntuaciones elevadas en ansiedad cognitiva especialmente en preocupación.

En relación a la hipótesis 2, carecemos de niveles estadísticos significativos que permitan confirmar dicha hipótesis, ya que los jugadores que percibieron un clima motivacional centrado en el ego no obtuvieron correlación positiva significativa con la dimensión de ansiedad somática.

Por último, según la hipótesis 3, se esperaba hallar significación negativa en la correlación entre clima motivacional de maestría y ansiedad somática, pero los resultados impiden confirmar dicha hipótesis.

Por otro lado, en congruencia con las investigaciones previas, se han hallado resultados interesantes y en cuanto a las tendencias entre variables como los que se planteaban en

la hipótesis 3, sin llegar a niveles de significación deseables, pero que sí que reflejaban o siguen las tendencias de dichas relaciones, nos referimos a la relación entre clima motivacional de ego y ansiedad cognitiva, aunque no en la dimensión de preocupación, sino en la dimensión de concentración alterada (Alex García-Mas, Pere Palou, R. E. Smith, Xavier Ponseti, Pedro Almeida, Joao Lameiras, Rafael Jiménez y Alicia Leiva, 2011).

También siguen la tendencia los resultados en la relación entre clima de ego y concentración alterada y ansiedad somática, apoyando la base teórica, ya que la ansiedad que sufren estos jugadores podría deberse a las atribuciones focalizadas en la habilidad en respuesta especialmente al fracaso, elevada presencia de castigos en lugar de recompensas... y es que además, estos jugadores son percibidos por el entrenador como los menos hábiles tal y como refleja la tendencia negativa entre clima de ego y habilidades percibidas.

Cabe destacar que hallamos correlación positiva no solo en la tendencia sino que hablamos de una correlación significativa entre el clima de maestría y la preocupación, lo cual no era esperable, pero quizás podamos encontrar una explicación si tenemos en cuenta que los jugadores que perciben clima de maestría son percibidos por el entrenador como los que poseen mayores habilidades, variables entre las cuales se establece significación positiva, y ello se puede entender como que los mejores jugadores del club son los que mayor auto-exigencia se imponen así como por parte del entrenador, lo que puede llevar a estos jóvenes jugadores a preocuparse por su desempeño en la competición, aunque tal y como se defiende desde la teoría de las perspectivas de meta (Ames, 1992), ello no debería resultar así ya que al percibir un clima de maestría en el que no se llevan a cabo conductas punitivas por parte del entrenador sino que se refuerzan positivamente dimensiones como el esfuerzo personal, la auto-superación, el aprendizaje cooperativo la dedicación etc.. que llevan al jugador a adoptar estrategias de logro adaptativas, y la ansiedad cognitiva como es la preocupación no estaría dentro de ellas.

Observamos, que la concentración alterada muestra correlación negativa estadísticamente significativa con el rendimiento percibido, pudiendo sugerir los jugadores que tienen un mayor rendimiento percibido por el entrenador son los que menos problemas de concentración poseen, lo cual es deseable y adecuado a la hora de competir, convirtiéndose en un aspecto importante a la hora de competir para optimizar los resultados.

Otra relación estadísticamente significativa (positiva) es la que existe entre el clima de maestría y las habilidades percibidas, de esta manera, cabe interpretar que los jugadores que perciben dicho clima motivacional son aquellos que poseen las mayores habilidades, lo cual apoya las bases teóricas del estudio, y es que se permite a estos jugadores adoptar unas estrategias de logro adaptativas como son la selección de tareas desafiantes, el máximo esfuerzo en los entrenamientos, una mayor persistencia a reveses, se elicitó el orgullo por mejorar sin tener en cuenta como indicador de éxito la

competencia y la comparación social propios del clima centrado en el ego. Aquí entra en juego la introducción de la variable propia de los entrenadores en el clásico esquema de ansiedad-rendimiento en el que introducimos la percepción del clima motivación a partir de las instrucciones del entrenador. Estas percepciones de los entrenadores podrían ser relevantes como ocurre con la “profecía autocumplida” (Wilkins. 1972) al afectar a la información que el entrenador ofrece (del rendimiento y la habilidad percibida por él) a sus jugadores, que en este caso se sitúan en el clima de maestría, y es que si paramos atención, los jugadores que perciben clima de ego muestran una tendencia negativa con las habilidades percibidas, apoyando estas tesis aunque no se encuentren a niveles significativos.

Por otro lado destacar que el rendimiento y las habilidades percibidas correlacionan positivamente y de manera significativa, lo cual puede aportar información útil al preparador o entrenador como indicador de ambos, es decir, los jugadores hábiles tienen un rendimiento deseado.

Limitaciones del estudio

El presente estudio refleja limitaciones importantes, destacando la referida al tamaño de la muestra (n=23), lo que dificulta que se puedan generalizar los resultados al resto de la población. Siguiendo con la muestra, hay que destacar que todos los sujetos están compitiendo actualmente pero su nivel de exigencia y dedicación es más bien variado, por que la heterogeneidad de la muestra hace que los resultado no tengan en cuenta niveles d dedicación, exigencia y proyecciones de futuro, ya que en este grupo hay sujetos que saben que no llegarán a ser profesionales (o quizás no lo saben pero su entrenador sí) y por lo tanto el contexto de entrenamiento y el clima motivacional generado no es el mismo que el de otros jugadores que sí que tienen opciones de llegar al circuito profesional y consecuentemente reciben una mayor presión, atención, exigencia....

Otra limitación la encontramos en la ausencia de un marco teórico de las creencias de habilidades y rendimiento de los entrenadores.

Por otro lado, el estudio, ante una gran variedad de variables que ha dejado fuera, pueden destacar la no inclusión del clima motivacional generado por la familia y los padres.

Futuras investigaciones

Quizás hubiera resultado interesante introducir una variable cualitativa separando por niveles de habilidad y a partir de ahí observar las diferencias en las puntuaciones en ansiedad y diferentes climas motivacionales generados por el entrenador.

Otra variable interesante habría sido la de medir el nivel de satisfacción en la práctica deportiva, en el sentido de introducir la correlación de los climas motivacionales con una variable como podría ser el nivel de disfrute y satisfacción de los jugadores, para hallar posibles relaciones interesantes.

Perspectiva práctica

Los estudios de intervención en esta área se han centrado en la manipulación de diferentes aspectos del clima motivacional encauzándolo hacia el clima de maestría (e. g., Harwood y Swain, 2002, Sousa et al., 2006) dado que en las edades de iniciación los entrenadores se deberían centrar en fomentar los aspectos propios del clima motivacional de maestría en detrimento del contexto que genera el clima de ego (argumentos facilitados en la introducción teórica).

Aunque los resultados no permiten establecer recomendaciones de intervención taxativa, sí que parece interesante atender a las relaciones existentes entre el clima motivacional de maestría y algún factor de ansiedad y la posibilidad de incluir el análisis de las percepciones de habilidad y rendimiento en los programas de formación psicológica para entrenadores de jóvenes deportistas de competición, fomentando estilos de comunicación y programas de refuerzo que mejoren el contexto deportivo y permitan no solo una mejora en el rendimiento sino en el disfrute de la actividad deportiva.

Referencias

Ames, C. (1992). *Achievement goals, motivational climate, and motivational processes*. En G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.

Duda, J. L. y Hall, H. K. (2001). *Achievement goal theory in sport: Recent extensions and future directions*. En R. Singer, H Hausenblas y C. Jsnelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd de., pp. 417-443). Nueva York: Wiley.

Ramis, Y., Torregosa, M., Viladrich, C. y Cruz, J. (2010). *Adaptación y validación de la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS-2 para deportista de iniciación*. *Psicothema*, 22 (4), 1004-1009).

Smith, R. E., Smoll, F. L. y Wiechman, S. (1998). *Measurement of trait anxiety in sport*. En J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.