



¿Influye la experiencia del entrenador en sus procesos motivacionales y su estilo interpersonal de apoyo hacia las necesidades psicológicas básicas de los deportistas en etapas de formación?

Does the coaches' experience influence on their motivational processes and on the need-supportive interpersonal style adopted with their youth athletes?

Juan J. Pulido¹, Miguel Á. López-Gajardo^{2*}, José C. Ponce-Bordón², Jesús Díaz-García², y Francisco M. Leo,³

¹Facultad de Educación y Psicología, Universidad de Extremadura; ²Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura; ³Facultad de Formación del Profesorado, Universidad de Extremadura

*Autor para correspondencia: malopezgajardo@unex.es

RESUMEN

Los entrenadores son considerados como agentes socializadores fundamentales en los procesos motivacionales de los deportistas, sin embargo, menos estudios han analizado los procesos motivacionales propios de los entrenadores. El objetivo del presente estudio era comprobar, según la experiencia, los procesos motivacionales de los entrenadores y la percepción que tienen estos sobre el estilo interpersonal de apoyo a las NPB de sus deportistas. Participaron 751 entrenadores de entre 18-67 años (86 mujeres; $M = 33.49 \pm 10.27$), que entrenaban en diferentes deportes colectivos. Los resultados mostraron una relación positiva entre la satisfacción de las tres NPB con la motivación intrínseca y la regulación integrada, y una relación negativa con la desmotivación. También, la motivación intrínseca y la regulación integrada se relacionaron positivamente con el estilo interpersonal de apoyo. Además, las regulaciones identificada, introyectada y externa se relacionaron positivamente con el apoyo a la autonomía. Por último, la desmotivación se asoció negativamente con la percepción de apoyo hacia las necesidades de competencia y relaciones sociales. Por otro lado, se realizó un ANOVA de un factor, en el que los resultados demostraron que los entrenadores con mayor experiencia tenían significativamente más satisfechas sus tres NPB y presentaban mayores niveles en la motivación intrínseca y la regulación integrada en comparación con los entrenadores que reportaron menos experiencia. Por tanto, la experiencia de los entrenadores de deportes colectivos parece ser determinante en la percepción de sus procesos motivacionales a la hora de entrenar. Futuras investigaciones podrían desarrollar programas formativos para aquellos entrenadores de menor experiencia y así poder mejorar sus procesos motivacionales.

Palabras clave: entrenadores; estilo interpersonal; experiencia; necesidades psicológicas básicas; motivación

ABSTRACT

Coaches could be considered as crucial socializing agent in the motivational processes of athletes, however, less is known about their own motivational processes. The aim of the current study was to compare, considering the experience, the coaches' motivational processes and their perceptions about need-supportive style adopted with their athletes. Participants were 751 coaches aged between 18-67 years (86 females; $M = 33.49 \pm 10.27$), who coached in several team sports. Results showed a positive relationship between coaches' need satisfaction and intrinsic motivation and integrated regulation, and a negative association with coaches' amotivation. Also, coaches' intrinsic motivation and integrated regulation were positively related to coaches' perceptions about the need-supportive coaching style. In addition, coaches' identified, introjected and external regulations were positively associated with autonomy-support. Lastly, coaches' amotivation was negatively related to coaches' perception of competence- and relatedness-supportive styles. Second, a one-factor ANOVA was conducted considering the coaches' experience. Coaches with higher coaching experience obtained greater satisfaction of their three basic psychological needs and had higher levels of intrinsic motivation and integrated regulation than those coaches with lower levels of experience. Hence, in team sports, coaches' experience could be essential



in coaches' motivational processes. Future investigations could develop training programs with less experimented coaches with the purpose to boost their motivational processes.

Keywords: basic psychological needs; coaching; experience; interpersonal style; self-determination theory.

INTRODUCCIÓN

En el contexto deportivo, numerosas investigaciones han analizado la importancia del entrenador en el desarrollo deportivo e integral de los deportistas (Matosic et al., 2016; O'Neil & Hodge, 2020). El estilo interpersonal adoptado por los entrenadores puede influir significativamente en los procesos motivacionales y en consecuencias positivas o negativas reportadas por los deportistas (Berntsen & Kristiansen, 2019; Duda et al., 2013; Matosic et al., 2016). Centrados en la figura del entrenador y en sus percepciones, estudios recientes han examinado antecedentes contextuales y personales de los entrenadores que pueden afectar a sus procesos motivacionales y al estilo interpersonal que adoptan con los deportistas (Matosic et al., 2016; Pulido et al., 2022; Rocchi & Pelletier, 2017). Antecedentes catalogados como “presiones provenientes de arriba” (i.e., presión por conseguir resultados, conflicto de vida-trabajo), o “presiones desde abajo” (i.e., motivaciones de los jugadores percibidas por el entrenador) han sido relacionadas con un estilo interpersonal determinado (Kim et al., 2019; Rocchi et al., 2013; Rocchi & Pelletier, 2017; Stebbings et al. 2012). Además, entre estos antecedentes y consecuencias relacionadas con el comportamiento del entrenador, van a existir unos procesos motivacionales que pueden modular la relación de las variables (Benish et al., 2020; Rocchi & Pelletier, 2017; Stebbings et al. 2012).

La Teoría de la Autodeterminación (TAD; Ryan & Deci, 2020) define a la motivación humana como un continuo, que se encuadra entre diferentes niveles de autodeterminación, desde la ausencia total de regulaciones intrínsecas y extrínsecas que regulan el comportamiento (i.e. desmotivación), hasta la realización de una actividad por el mero placer y disfrute que provoca el hecho de participar (i.e. motivación intrínseca; Ryan & Deci, 2020). Entre estos dos “picos” de motivación intrínseca y desmotivación, existen una serie de regulaciones extrínsecas que oscilan de mayor a menor nivel de autodeterminación (Ryan & Deci, 2020): la regulación integrada, en la que la persona se identifica con la importancia de las conductas, estas identificaciones se estructuran y se organizan junto con otras necesidades u objetivos. La regulación identificada, en la que los comportamientos son autónomos pero la determinación de participar en esa tarea proviene de algunos beneficios externos y no por la propia satisfacción que le provoca la actividad. La regulación introyectada, en la que aparecen sentimientos de presión y de culpa, que supone el establecimiento de obligación para la acción, y se relaciona con la esperanza de autoaprobación y la obtención de mejoras en su orgullo (Ryan & Deci, 2020). Por último, la regulación externa, en la que se buscan recompensas ajenas a la propia acción con el propósito de obtener una recompensa social o material (Deci & Ryan, 2000).

Dentro de la TAD, la Teoría de las Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) establece que van a existir tres necesidades universales, innatas y esenciales para que cualquier persona pueda experimentar motivaciones autodeterminadas, un óptimo desarrollo psicológico y bienestar personal (Deci & Ryan, 2000). Estas tres NPB son la necesidad de autonomía, que alude a la necesidad de experimentar que las acciones que realiza son por propia voluntad (Deci & Ryan, 2000). La necesidad de competencia, que se refiere a la percepción de capacidad de una persona para realizar de manera eficaz una tarea, teniendo en cuenta el control del resultado. Finalmente, la necesidad de relaciones sociales, que se entiende como el sentimiento de sentirse integrado en el grupo al que pertenece (Deci & Ryan, 2000).

Según sea el grado de satisfacción de las NPB de los entrenadores, así como el tipo de motivación y regulación motivacional que regule la actividad de entrenar, un técnico puede adoptar un estilo interpersonal más o menos de apoyo hacia las necesidades de sus deportistas (Conroy & Coatsworth, 2007; Pulido et al., 2022). Por ejemplo, los entrenadores pueden utilizar conductas de apoyo hacia la necesidad de autonomía, teniendo en cuenta la opinión de sus deportistas, sus preferencias y haciéndoles partícipes en el diseño y el desarrollo de responsabilidades y actividades (i.e. Delrue et al., 2019). Además, pueden apoyar la necesidad de competencia teniendo en cuenta el nivel de habilidad y el progreso de cada uno de sus deportistas, adaptando así las tareas u objetivos a la habilidad individual,



proporcionando feedback positivo, así como estableciendo objetivos y estructuras claras en cuanto a la organización y desarrollo de las actividades (Pulido et al., 2022). Por último, los entrenadores pueden adoptar conductas de apoyo hacia las relaciones sociales, mostrando apoyo y comprensión al deportista para promover su integración y la de su grupo (Rocchi & Pelletier, 2017).

En esta línea, la mayoría de investigaciones han estudiado directamente las percepciones de los deportistas sobre el comportamiento que adopta el entrenador y sus procesos motivacionales, pero un escaso número de estudios han evaluado la perspectiva desde el punto de vista de los entrenadores (Pulido et al., 2022; Rocchi & Pelletier, 2017; Stebbings et al., 2015). En este sentido, Pulido et al. (2022) obtuvieron que una mayor satisfacción del entrenador con el equipo se relacionaba positivamente con la satisfacción de sus NPB y, a su vez, determinaban la adopción de estilos de apoyo a las NPB de los deportistas por parte del entrenador. Por el contrario, una baja satisfacción con el equipo predijo sentimientos de frustración de sus NPB y, a su vez, la frustración fue un predictor positivo de los estilos de control hacia las necesidades de los deportistas. Del mismo modo, Stebbings et al. (2012) hallaron cómo el contexto del entrenamiento puede afectar a la salud psicológica de los entrenadores y su comportamiento interpersonal hacia los deportistas, ya que a mayor seguridad laboral y más oportunidades de desarrollo profesional, unido a un menor conflicto trabajo/vida, se asociaba positivamente con la satisfacción de las NPB de los entrenadores, que a su vez se relacionaba con un proceso adaptativo de bienestar psicológico y una mayor percepción de apoyo a la autonomía de sus deportistas. En esta línea, Rocchi y Pelletier (2017) obtuvieron que las percepciones de los antecedentes motivacionales (i.e., motivación percibida de sus jugadores, constreñimiento de tiempo, apoyo de los compañeros y de apoyo de su club) se erigieron como predictores positivos o negativos de las NPB de los entrenadores como factor global, que a su vez se asoció positiva o negativamente con su motivación autónoma y controlada. Esta última, predijo positivamente los comportamientos de control, mientras que la motivación autónoma predijo sus comportamientos interpersonales de apoyo hacia los deportistas.

Otro antecedente como la pasión armoniosa se relacionó positivamente con las conductas de apoyo a la autonomía (Kim et al., 2019), o las oportunidades percibidas de los entrenadores de desarrollo profesional y la motivación intrínseca que perciben de sus jugadores, se relacionaron positivamente con la motivación intrínseca de los propios entrenadores (Alcaraz et al., 2015). En el trabajo de Stebbings et al. (2015), se obtuvo que el bienestar psicológico de los entrenadores se asociaba con un estilo interpersonal de apoyo hacia sus deportistas. Por último, Pulido et al. (2017) hallaron que la motivación de los entrenadores con una formación intermedia es más intrínseca que en el caso de los no cualificados, y los entrenadores más cualificados se sentían más eficaces y menos agotados emocionalmente. Además, los entrenadores con mayor titulación académica obtuvieron menores niveles de frustración de competencia y relaciones sociales.

Por tanto, considerando todos los estudios previos que han analizado como los antecedentes motivacionales pueden afectar a los procesos motivacionales de los entrenadores y al comportamiento que adoptan con sus deportistas, este estudio tenía como objetivo analizar la posible influencia que podía tener la experiencia de los entrenadores sobre sus procesos motivacionales y la autopercepción de apoyo a las NPB de sus deportistas. Es decir, si los años que los entrenadores llevan entrenando pueden afectar de manera diferente o no a cómo perciben de satisfechas sus necesidades NPB, a los tipos de motivación para entrenar, y a la autopercepción de apoyo hacia las NPB de sus deportistas.

Así pues, en base a estos objetivos, se plantearon las siguientes hipótesis: Hipótesis 1. La satisfacción de las NPB del entrenador se asociará con motivaciones más autodeterminadas y, a su vez, con una mayor percepción de apoyo a las NPB de sus deportistas. Hipótesis 2. Los entrenadores con mayor experiencia reportarán mayores niveles de satisfacción de las NPB, motivaciones más autodeterminadas, así como una mayor percepción de apoyo hacia las NPB sus deportistas, con respecto a los entrenadores de menor experiencia.

MÉTODO

Diseño

Se siguió un diseño transversal y una metodología correlacional. La medición se realizó a mitad de temporada para así asegurar que los entrenadores habían transcurrido el tiempo suficiente para tener una percepción general de los equipos y habían participado en varias competiciones.

Participantes

La muestra estuvo compuesta por 751 entrenadores del suroeste de España con edades comprendidas entre los 18 y 67 años ($M = 33.49 \pm 10.27$). Concretamente, 665 entrenadores eran de género masculino y 86 de género femenino, que entrenaban en diferentes deportes colectivos en etapas de formación (fútbol = 519; baloncesto = 171; balonmano = 17; voleibol = 38; hockey = 6), y con una experiencia media de 8.74 años (± 7.87). La selección de la muestra fue intencional, utilizando contactos previos de los investigadores con diferentes clubes y entidades deportivas. La recogida de datos se realizó a mediados de temporada para asegurarnos de que los entrenadores ya habían pasado el tiempo suficiente con sus equipos y habían participado en varias competiciones.

Procedimiento

Para llevar a cabo la participación en el estudio, el investigador principal se puso en contacto con diferentes entrenadores, para explicar los objetivos y solicitar la cumplimentación del cuestionario. Los participantes contestaron al cuestionario de forma individual en una duración de aproximadamente 15 minutos. Paralelamente a esta recogida de datos presencial, se amplió la muestra a través de cuestionarios de Google Docs, denominado como “Cuestionario sobre el trabajo de un/a entrenador/a”. En ambos formatos de respuesta, todos los participantes fueron tratados de acuerdo con las pautas éticas establecidas por la *American Psychological Association* (2020), con respecto al consentimiento o confidencialidad de las respuestas.

Instrumentos

Satisfacción de las NPB de los entrenadores. Se utilizó una adaptación para entrenadores de la versión española (Pulido et al., 2016) de la *Basic Psychological Needs of Exercise Scale* (Vlachopoulos y Michailidou, 2006). Esta escala se compone de una frase inicial: “Durante mi labor como entrenador...”, seguida de 12 ítems (cuatro por sub-escala) para valorar la satisfacción de autonomía (i.e. “Puedo asumir responsabilidades en mi función como entrenador”), competencia (i.e. “Me siento competente realizando esta labor”) y relaciones sociales (i.e. “Cuando estoy con personas del club, siento que puedo confiar en ellos”).

Motivación de los entrenadores. Se adaptó para el contexto de entrenamiento la *Motivation at Work Scale* (Gagné et al., 2010). La pregunta inicial de esta escala “¿Por qué haces tu trabajo?” se reemplazó por “¿Por qué desempeña su papel como entrenador?” o pequeñas modificaciones de palabras como “trabajo” por “entrenar”. Este instrumento (cuatro ítems para cada sub-escala) mide la motivación intrínseca (i.e. “Porque me gusta mucho aprender cosas nuevas”), regulación integrada (i.e. “Porque vivo de acuerdo con mis propios principios”), regulación identificada (i.e. “Porque quiero dedicar mi carrera profesional a la formación”), regulación introyectada (i.e. “Porque la formación es mi vida y no quiero fallar”), regulación externa (i.e. “Porque me permite tener éxito”) y desmotivación (i.e. “Me hago esta pregunta, no parezco capaz de manejar las situaciones importantes relacionadas con mi rol”).

Percepción de apoyo a las NPB de los deportistas. Se utilizó la adaptación de la parte de apoyo del cuestionario *Coaches' Interpersonal Style Questionnaire* (CIS-Q) (Pulido et al., 2018). Dicha adaptación consistió en sustituir la palabra “deportistas” por “entrenadores”. El cuestionario se iniciaba con “Durante los entrenamientos”, más un total 12 ítems (cuatro por cada sub-escala) para valorar la necesidad de apoyo a la autonomía (i.e. “Pregunto a menudo a los deportistas sobre sus preferencias con respecto a las actividades a realizar”), apoyo a la competencia (i.e. “Intento que consigan los objetivos que se plantean en las actividades”) y apoyo a la necesidad de relaciones sociales (i.e. “Promover que todos los deportistas se sientan integrados”).

Todas las escalas descritas anteriormente tenían unas posibilidades de respuesta que oscilaron desde el 1 (*muy en desacuerdo*) al 5 (*totalmente de acuerdo*).

Experiencia. Para conocer la experiencia que tenían los entrenadores, se formuló una única pregunta: “¿Cuántos años llevas entrenando?” Esta experiencia se subdividió por percentiles del tamaño de la muestra, configurándose los cuatro subgrupos: muy baja experiencia = de 1 a 3 años ($n = 183$); baja experiencia = de 4 a 6 años ($n = 229$); alta experiencia = de 7 a 11 años ($n = 157$); y muy alta experiencia = más de 12 años ($n = 182$).

Análisis de datos

Para el tratamiento y análisis de los datos, se utilizó el programa estadístico SPSS 25.0 (2017). Inicialmente, se calculó la consistencia interna (coeficiente alfa de Cronbach). A continuación, se realizaron los análisis descriptivos y de correlaciones bivariadas (r de Pearson) entre las distintas variables del estudio. Seguidamente, se realizó un análisis de diferencias (ANOVA), tras crear grupos de entrenadores según sus años de experiencia (pruebas *post hoc*), en las variables de satisfacción de las NPB, tipos de motivación y el estilo interpersonal de apoyo.

RESULTADOS

Análisis descriptivo, correlaciones bivariadas y consistencia interna

En la tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos, las correlaciones bivariadas entre variables y la consistencia interna de las escalas utilizadas. En primer lugar, se observa que las tres satisfacciones de las NPB de los entrenadores se relacionaban positivamente con la motivación intrínseca ($p < .001$) y la regulación integrada ($p < .001$) y, negativamente, con la desmotivación ($p < .001$). Además, la satisfacción de competencia de los entrenadores se asoció positivamente con la regulación identificada ($p < .001$), con la regulación introyectada y con la regulación externa ($p < .05$). Por otra parte, las satisfacciones de las tres NPB de los entrenadores se asociaron positivamente con la percepción de apoyo ($p < .001$). Por último, se observa que la motivación intrínseca y la regulación integrada se relacionaron positivamente con el estilo interpersonal de apoyo a las NPB de los deportistas ($p < .001$), la regulación identificada, la introyectada y la externa se relacionaron de forma positiva con el apoyo a la autonomía ($p < .001$). A su vez, la desmotivación se asoció de forma negativa con la percepción de apoyo a la competencia y relaciones sociales ($p < .001$). Por otro lado, en cuanto a la consistencia interna de las escalas, los valores de fiabilidad oscilaron entre .61 (i.e. apoyo a la autonomía) hasta .86 (satisfacción de las relaciones sociales). Estos valores pueden considerarse aceptables para muestras con medidas auto-reportadas (Tabachnick & Fidell, 2007).

Tabla 1

Correlaciones bivariadas (r de Pearson) entre las variables de estudio

Variables	α	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Sat. Autonomía	.81	-											
2. Sat. Competencia	.78	.56**	-										
3. Sat. RRSS	.86	.57**	.39**	-									
4. Mot. Intrínseca	.69	.34**	.41**	.20**	-								
5. Reg. Integrada	.79	.18**	.32**	.12**	.55**	-							
6. Reg. Identificada	.80	-.03	.15**	-.03	.36**	.59**	-						
7. Reg. Introyectada	.75	-.05	.08*	-.03	.37**	.53**	.61**	-					
8. Reg. Externa	.76	-.03	.08*	.04	.33**	.43**	.64**	.66**	-				
9. Desmotivación	.74	-.27**	-.21**	-.19**	-.11**	.03	.21**	.41**	.36**	-			
10. Ap. Autonomía	.61	.14**	.24**	.12**	.23**	.21**	.17**	.13**	.14**	.03	-		
11. Ap. Competencia	.62	.34**	.40**	.24**	.32**	.19**	.08	.05	.02	-.18**	.33**	-	
12. Ap. RRSS	.71	.32**	.28**	.28**	.24**	.12**	.00	-.04	-.01	-.19**	.28**	.54**	-

Notas. * $p < .05$; ** $p < .001$; Sat. = Satisfacción; Mot. = Motivación; Reg. = Regulación; Ap. = Apoyo; RRSS = Relaciones Sociales.



Análisis de diferencias

En la tabla 2, se muestran los resultados obtenidos por grupo de variables tras el análisis de diferencias entre grupos.

Satisfacción de las NPB. En cuanto a la satisfacción de autonomía, en los entrenadores con experiencia muy baja se obtuvieron valores más bajos de manera significativa en comparación con los de alta y muy alta experiencia, así como los entrenadores de muy alta experiencia presentan una diferencia positiva tendencial con los de baja experiencia ($p < .07$). En cuanto a la satisfacción de competencia, los resultados mostraron que los entrenadores con muy baja y baja experiencia, respectivamente, percibían significativamente menor satisfacción de competencia que los entrenadores con alta y muy alta experiencia. En cuanto a la necesidad de relaciones sociales, los entrenadores con baja y muy baja experiencia obtuvieron menores puntuaciones con respecto a los de alta experiencia.

Tipos de Motivación. En cuanto a la motivación intrínseca, en los entrenadores con muy baja y baja experiencia se obtuvo una tendencia significativa negativa con los entrenadores de muy alta experiencia ($p < .07$). En cuanto a la regulación integrada, los entrenadores con muy baja experiencia percibieron menores puntuaciones en comparación con los entrenadores de alta y muy alta experiencia ($p < .05$). Además, los entrenadores con baja experiencia presentaron menores niveles en la regulación integrada que los entrenadores con muy baja experiencia. En el resto de regulaciones no se encontraron diferencias significativas entre los grupos de experiencia.

Percepción de apoyo a las NPB de los deportistas. No se encontraron diferencias significativas en la percepción de apoyo en los diferentes grupos de experiencia.

Tabla 2

Análisis de diferencias en las variables dependientes teniendo en cuenta los grupos de entrenadores según sus años de experiencia

Variables	Experiencia					F	p	η^2
	Total (n = 751) M(DT)	Muy baja (a) (n = 183) M(DT)	Baja (b) (n = 229) M(DT)	Alta (c) (n = 157) M(DT)	Muy alta (d) (n = 182) M(DT)			
Sat. Autonomía	4.63(.51)	4.51 ^{cd} (.58)	4.62 ^{d†} (.50)	4.66 ^a (.49)	4.75 ^{ab†} (.43)	6.91	<.001	1.78
Sat. Competencia	4.51(.48)	4.40 ^{cd} (.48)	4.45 ^{cd} (.51)	4.60 ^{ab} (.44)	4.59 ^{ab} (.45)	7.67	<.001	1.75
Sat. RRSS	4.31(.69)	4.21 ^c (.74)	4.28 ^c (.69)	4.47 ^{ab} (.62)	4.32(.69)	4.37	<.05	2.10
Mot. Intrínseca	4.27(.60)	4.20 ^{d†} (.59)	4.21 ^{d†} (.62)	4.36(.58)	4.35 ^{a†b†} (.57)	3.93	<.05	1.40
Reg. Integrada	3.91(.86)	3.70 ^{cd} (.88)	3.88 ^{d†} (.89)	4.00 ^a (.88)	4.10 ^{ab†} (.73)	7.34	<.001	5.38
Reg. Identificada	3.15(1.07)	3.14(1.00)	3.23(1.07)	3.15(1.10)	3.06(1.10)	0.91	.43	1.05
Reg. Introyectada	2.71(.95)	2.71(.93)	2.64(.94)	2.74(.96)	2.80(.98)	0.90	.43	0.82
Reg. Externa	2.81(.99)	2.78(.94)	2.79(1.02)	2.91(1.01)	2.79(.99)	0.64	.58	0.63
Desmotivación	1.73(.79)	1.78(.76)	1.75(.79)	1.59(.72)	1.78(.86)	2.07	.10	1.30
Ap. Autonomía	3.87(.60)	3.85(.58)	3.86(.57)	3.88(.61)	3.87(.64)	0.06	.97	0.02
Ap. Competencia	4.60(.39)	4.61(.35)	4.61(.40)	4.58(.38)	4.61(.42)	0.30	.82	0.04
Apoyo RRSS	4.71(.37)	4.72(.33)	4.70(.38)	4.72(.35)	4.71(.43)	0.10	.95	0.01

Notas. a = diferencias con grupo Muy Baja Experiencia; b = diferencias con grupo Baja Experiencia; c = diferencias con grupo Alta Experiencia; d = diferencias con grupo Muy Alta Experiencia; M = Media; DT = Desviación Típica; Sat. = Satisfacción; Mot. = Motivación; Reg. = Regulación; Ap. = Apoyo; RRSS = Relaciones Sociales.



DISCUSIÓN

Atendiendo al objetivo principal del estudio, centrado en analizar la posible influencia que la experiencia de los entrenadores podía tener sobre variables motivacionales (satisfacción de las NPB y tipos de regulaciones motivacionales) y la percepción de apoyo a las NPB de los deportistas, de manera general, se pudo comprobar que los entrenadores con más años de experiencia obtuvieron mayores niveles de satisfacción de las tres NPB y, a su vez, motivaciones más autodeterminadas.

Considerando la hipótesis 1, como se esperaba, la satisfacción de las NPB se asoció de forma positiva con las motivaciones más autodeterminadas y con la percepción de apoyo a las NPB de sus deportistas. A su vez, estas motivaciones más autodeterminadas (i.e., motivación intrínseca y regulación integrada) se relacionaron positivamente con la percepción de apoyo, es decir, que los entrenadores que tienen satisfechas sus NPB, también reportan motivaciones más autodeterminadas y, por consiguiente, perciben que apoyan más las NPB de sus deportistas. Esto puede deberse a que los entrenadores que perciben una buena relación con los componentes del equipo o del club, mayor capacidad para tomar decisiones y, además, se sienten más competentes en su trabajo, puede suponer que tengan motivos para entrenar más autodeterminados. A su vez, esto puede repercutir en que los entrenadores proporcionen más oportunidades a sus deportistas, para que, de esta forma, expresen o transmitan sus opiniones, dando más confianza a sus deportistas y fomenten unas relaciones interpersonales más satisfactorias. En el caso de la relación positiva de la necesidad de autonomía con motivaciones menos autodeterminadas como son las regulaciones identificada, introyectada y externa, se puede deber a que cuando el entrenador proporciona más autonomía a sus deportistas, aportando sus propios recursos, este comportamiento puede relacionarse con motivos menos autodeterminados en su labor como entrenador, incluso reportando una regulación externa para entrenar. En esta línea, estudios previos han identificado también como la satisfacción de las NPB se asoció con la percepción de apoyo de los entrenadores (Pulido et al., 2022; Rocchi & Pelletier, 2017; Stebbings et al., 2012) y, a su vez, la motivación autónoma predijo de forma positiva un estilo de apoyo (Rocchi & Pelletier, 2017). Además, si los entrenadores se sienten más competentes y autónomos en sus decisiones y, tienen buena relación con sus compañeros y deportistas, tendrán motivaciones más autónomas y será más probable que apoyen las NPB de los deportistas.

En cuanto a la hipótesis 2, se enunciaba que los entrenadores con mayor experiencia tendrían más satisfechas sus NPB, motivaciones más autodeterminadas y mayores percepciones de apoyo con respecto a entrenadores con menor experiencia. Concretamente, los resultados obtenidos demostraron que, los grupos de entrenadores de alta y muy alta experiencia en comparación con los de baja y muy baja experiencia, percibían más satisfechas sus NPB. Teniendo en cuenta el tipo de motivación que perciben los entrenadores para realizar su labor, se encontraron diferencias significativas en la motivación intrínseca y la regulación integrada. Los entrenadores con mayor experiencia presentaban motivaciones más autodeterminadas, es decir, que a mayor experiencia los entrenadores desarrollan su función de entrenador por motivos más intrínsecos, en los que el placer y disfrute por entrenar estaban más presentes que en los entrenadores de baja y muy baja experiencia, respectivamente. Una posible explicación a estos resultados puede ser que, a mayor experiencia del entrenador, los técnicos encuentren en la función de entrenar mayores recursos y habilidades para obtener que la práctica sea placentera, con una motivación más autónoma, dónde el bagaje de conocimiento puede ser mayor y ayudarles a que la práctica de entrenar sea un fin en sí misma. Además, a mayor competencia/habilidad que aporta la experiencia, tendrá menos presión o necesidad de encontrar motivaciones extrínsecas a la hora de llevar a cabo su trabajo. La literatura ha demostrado que una mayor satisfacción de las NPB conduce a las personas hacia motivaciones más autodeterminadas en los contextos en los que se desenvuelve, y esto puede asociarse con la percepción de apoyo hacia sus deportistas sea mayor y sienta más confianza en su práctica (Deci & Ryan, 2000). Otros estudios han determinado que los entrenadores con mayor experiencia se perciben más competentes en la planificación y la evaluación del entrenamiento (Cunha et al., 2010), por tanto, se observa como la percepción de competencia es mayor, al igual que en los resultados del presente estudio. Asimismo, cuanto mayor es la experiencia, más satisfechas están las NPB de los entrenadores y la motivación es más autodeterminada. Además, aunque en el presente estudio no se ha valorado el nivel de cualificación de los entrenadores, investigaciones previas hallaron que la formación académica y



federativa de los entrenadores era un factor diferenciador en las percepciones de las variables motivacionales analizadas (Pulido et al., 2017). Concretamente, los técnicos con una formación federativa media presentaban una mayor motivación intrínseca que aquellos que no tenían ningún tipo de cualificación, mientras que los entrenadores con una formación más alta mostraron más eficacia profesional y menor agotamiento emocional.

Limitaciones y perspectivas de futuro

En primer lugar, este estudio presenta una serie de limitaciones que deben ser reconocidas. Por un lado, en el presente trabajo se han valorado las percepciones de los entrenadores sobre sus satisfacciones de autonomía, competencia y relaciones sociales, motivaciones para entrenar y el estilo interpersonal de apoyo que adoptan hacia las NPB de sus deportistas. Estos resultados, por tanto, sobre todo en el estilo interpersonal adoptado por los entrenadores pueden estar sesgados, ya que no se miden comportamientos o variables que emanen de la visualización real de los entrenadores o mediante percepciones de sus deportistas. Ligado a la primera limitación, las variables de estudio se midieron con cuestionarios de autoinforme, lo que es insuficiente para aclarar la relación causal entre variables. Además, los resultados obtenidos en esta investigación se deben a una sola medición. El uso de una metodología longitudinal con varias mediciones a lo largo de la temporada hubiera servido para contrastar cómo fluctúan estas variables a lo largo del tiempo. Por último, los valores de fiabilidad de las sub-escalas de apoyo a la autonomía y apoyo a la competencia fueron relativamente bajos. No obstante, para medidas autorreportadas valores superiores a .60 pueden considerarse aceptables (Nunnally & Bernstein, 1994). En cuanto a las direcciones futuras, sería interesante valorar la experiencia del entrenador sobre variables psicosociales de los deportistas a los que entrena y comprobar en qué ámbitos deportivos, tanto por categorías como por modalidad, tiene mayor influencia dicha experiencia. Además, sería interesante analizar la influencia de la experiencia en variables como la frustración de las NPB y el estilo interpersonal controlador (Morbée et al., 2020), ya que este estudio se centra exclusivamente en analizar en cómo afecta la experiencia a la parte “luminosa” de la motivación.

Implicaciones prácticas

En primer lugar, los investigadores y profesionales en el contexto de entrenamiento deberían considerar los antecedentes del *coaching* que explican las consecuencias adaptativas (apoyo a las necesidades). En este sentido, todos los directivos de clubes o administraciones deportivas deben considerar y promover la satisfacción de las NPB del entrenador para que muestren motivaciones autodeterminadas que, a su vez, se relacionan con un estilo de apoyo a sus deportistas. Por otro lado, sería interesante formar a entrenadores con menor experiencia mediante estrategias basadas en el fomento de sus NPB, además de buscar la optimización de sus motivaciones más autodeterminadas. Matosic et al. (2016) indicaron que el estudio de los antecedentes del estilo interpersonal de apoyo podría ser orientativo para crear intervenciones tanto para entrenadores como para deportistas y ayudarlos a crear ambientes más positivos (Reynders et al., 2019).

CONCLUSIONES

La experiencia se demuestra como una variable diferenciadora en los niveles de satisfacción de las NPB de los entrenadores y en algunas regulaciones motivacionales que reportan en su labor. Por tanto, puede ser clave tener en cuenta las NPB de los entrenadores, ya que se consideran los nutrientes motivacionales para la adopción de un estilo interpersonal favorable que influye en las variables de sus deportistas, en sus necesidades de autonomía, competencia y relaciones sociales, así como en el resto de variables motivacionales y, por ende, en las conductas adaptativas o desadaptativas. Por último, no se encontraron diferencias significativas en la percepción de apoyo de los entrenadores hacia las NPB de sus deportistas según la experiencia.

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo ha sido financiado por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional y por la Junta de Extremadura (Consejería de Economía e Infraestructuras) [número 35 GR18KA20].



REFERENCIAS

- Alcaraz, S., Viladrich, C., Torregrosa, M., & Ramis, Y. (2015). Club and players' pressures on the motivation, vitality, and stress of development coaches. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 10(2-3), 365-378. <https://doi.org/10.1260/1747-541.10.2-3.365>
- American Psychological Association (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th. ed.). American Psychological Association.
- Benish, D., Langdon, J., & Culp, B. (2020). Examination of novice coaches' previous experience as athletes: Examples of autonomy support and controlling behaviors as influences on future coaching practice. *International Sport Coaching Journal*, 8(1), 48-61. <https://doi.org/10.1123/iscj.2019-0031>
- Berntsen, H., & Kristiansen, E. (2019). Guidelines for need-supportive coach development: The Motivation Activation Program in Sports (MAPS). *International Sport Coaching Journal*, 6(1), 88-97. <https://doi.org/10.1123/iscj.2018-0066>
- Conroy, D., & Coatsworth, J. D. (2007) Assessing autonomy-supportive coaching strategies in youth. *Psychology of Sport Exercise*, 8(5), 671-674. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.12.001>
- Cunha, G., Mesquita, I., Moreno, M. P., Boleto, A. F., Tavares, T. M., & Silva, P. F. (2010). Autopercepción de las competencias profesionales de los entrenadores de fútbol en función de la experiencia personal y de la formación académica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(1), 23-36.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Target Article: The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Delrue, J., Reynders, B., Broek, G. V., Aelterman, N., De Backer, M., Decroos, S., De Muynck, G. J., Fontaine, J., Fransen, K., van Puyenbroeck, S., Haerens, L., & Vansteenkiste, M. (2019). Adopting a helicopter-perspective towards motivating and demotivating coaching: A circumplex approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 110-126. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.008>
- Duda, J. L., Quested, E., Haug, E., Samdal, O., Wold, B., Balaguer, I., Castillo, I., Sarrazin, P., Papaioannou, A., Ronglan, L. T., Hall, H., & Cruz, J. (2013). Promoting adolescent health through an intervention aimed at improving the quality of their participation in Physical Activity (PAPA): Background to the project and main trial protocol. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4, 319-327. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839413>
- Gagné, M., Forest, J., Gilbert, M. H., Aubé, C., Morin, E. & Malorni, A. (2010). The Motivation at Work Scale: Validation evidence in two languages. *Educational and Psychological Measurement*, 70(4), 628-646. <https://doi.org/10.1177%2F0013164409355698>
- IBM (2017). *IBM SPSS statistics for windows, version 25.0*. (Corp. I, ed.). Armonk, NY.
- Kim, I., Lee, K., & Kang, S. (2019). The relationship between passion for coaching and the coaches' interpersonal behaviors: The mediating role of coaches' perception of the relationship quality with athletes. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 14(4), 463-470. <https://doi.org/10.1177/1747954119853104>
- Matosic, D., Ntoumanis, N., & Quested, E. (2016). Antecedents of need supportive and controlling interpersonal styles from a self-determination theory perspective: A review and implications for sport psychology research. *Sport and Exercise Psychology Research*, 145-180. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-803634-1.00007-8>
- Morbée, S., Vansteenkiste, M., Aelterman, N., & Haerens, L. (2020). Why do sport coaches adopt a controlling coaching style? The role of an evaluative context and psychological need frustration. *The Sport Psychologist*, 34(2), 89-98. <https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0197>
- Nunnally, B., & Bernstein, I. R. (1994). *Psychometric Theory*. New York: Oxford Univer.
- O'Neil, L., & Hodge, K. (2020). Commitment in sport: The role of coaching style and autonomous versus controlled motivation. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(6), 607-617. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1581302>



- Pulido, J. J., López-Gajardo, M. A., Ponce-Bordón, J. C., Vaquero-Solís, M., & Leo, F. M. (2022). Does coaches' satisfaction with the team determine their interpersonal style? The mediating role of basic psychological needs. *European Journal of Sport Science*, 1-29. <https://doi.org/10.1080/17461391.2021.1877358>
- Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Amado, D., & Chamorro, J. L. (2016). Adaptation of the Basic Psychological Need Exercise Scale to soccer. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11, 177-184.
- Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., Sánchez-Cano, J., & García-Calvo, T. (2018). Development and validation of coaches' interpersonal style questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 22(1), 25-37 <https://doi.org/10.1080/1091367X.2017.1369982>
- Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., González-Ponce, I., & García-Calvo, T. (2017). Frustración de las necesidades psicológicas, motivación y burnout en entrenadores: Incidencia de la formación. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(1), 27-36.
- Reynders, B., Vansteenkiste, M., Van Puyenbroeck, S., Aelterman, N., De Backer, M., Delrue, J., De Muynck, G.-J., Fransena, K., Haerens, L., & Broek, G. V. (2019). Coaching the coach: Intervention effects on need-supportive coaching behavior and athlete motivation and engagement. *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 288-300. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.04.002>
- Rocchi, M., Pelletier, L. G., & Couture, L. (2013). Determinants of coach motivation and autonomy supportive coaching behaviours. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 852-859. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.07.002>
- Rocchi, M., & Pelletier, L. G. (2017). The antecedents of coaches' interpersonal behaviors: The role of the coaching context, coaches' psychological needs, and coaches' motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 39(5), 366-378. <https://doi.org/10.1123/jsep.2016-0267>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Stebbing, J., Taylor, I. M., Spray, C. M., & Ntoumanis, N. (2012). Antecedents of perceived coach interpersonal behaviors: The coaching environment and coach psychological well-and ill-being. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 34, 481-502. <https://doi.org/10.1123/jsep.34.4.481>
- Stebbing, J., Taylor, I. M., & Spray, C. M. (2015). The relationship between psychological well-and ill-being, and perceived autonomy supportive and controlling styles: A longitudinal study of sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 19, 42-49. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.02.002>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Allyn and Bacon.
- Vlachopoulos, S. P., & Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 10(3), 179-201. https://doi.org/10.1207/s15327841mpee1003_4