

ADAPTACIÓN AL ESPAÑOL DE LA ESCALA REVISADA DE MOTIVOS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA (MPAM-R) Y EL CUESTIONARIO DE CLIMA DEPORTIVO (SCQ)

Gustavo Andrés Celis-Merchán¹
Universidad Nacional de Colombia, Colombia.

Resumen

En este trabajo se presenta la adaptación de las escalas *Motives for Physical Activities Measure, revised* (MPAM-R) de Ryan, Frederick, Lepes, Rubio & Sheldon (1997) y *Sport Climate Questionnaire* (SCQ) de Deci y Ryan (2000). La primera busca evaluar la fuerza de cinco motivos por las cuales se participa en actividades deportivas, éstos son salud, apariencia, competencia, social y diversión (motivación intrínseca). El SCQ se refiere al grado en el que los participantes en actividades deportivas perciben en su entrenador un soporte autónomo. En el estudio participaron 90 colombianos practicantes de actividades deportivas. Los análisis psicométricos mostraron un adecuado funcionamiento de las versiones en español de los instrumentos mencionados.

Palabras clave: Escalas psicométricas, Motivos para la actividad física, clima deportivo

Abstract

This article presents the analysis of an adaptation of the scales *Motives for Physical Activities Measure – Revised* by Ryan, Frederick, Lepes, Rubio and Sheldon (1997) and *Sports Climate Questionnaire* by Deci and Ryan (2000) from a sample of Colombians who practice sport activities (n=90). The *Motives for Physical Activities Measure - Revised* (MPAM-R) assesses the strength of five reasons for engaging in sports. These are fitness, appearance, competence, social and enjoyment (intrinsic motivation) motives. The *Sports Climate Questionnaire* (SCQ) evaluates sportsmen and sportswomen's perception of their coach as an autonomic support. Psychometric analyses showed a proper functioning of both Spanish version instruments.

Key words: psychometric scales, Motives for physical activities, Sport climate

Introducción

La motivación es uno de los temas de investigación en los que más se han ocupado los psicólogos por considerarlo un aspecto determinante en el origen y desarrollo del comportamiento humano. Los modelos actuales de la motivación sugieren que ésta desempeña un papel activo dentro de la acción ejecutada, razón por la cual se plantea la necesidad de explicar las relaciones que existen entre la ejecución de los comportamientos y la motivación, e incluso, los factores sociales que influyen en la producción de los comportamientos. Dentro de estas propuestas surge la *teoría de la auto determinación*.

La investigación sobre los motivos de práctica deportiva y la relación que ésta tiene con la persistencia o el abandono de la actividad, es muy infrecuente en Colombia; igualmente esca-

¹ Correspondencia: Cra 77bis # 64c-04. Bogotá, Colombia. E-mail: litost2002@yahoo.com.ar

Los trabajos sobre el clima motivacional que se genera en el entrenamiento y cómo esta percepción se relaciona con el tipo de motivación que se da en los practicantes con respecto a la tarea que realizan. Esto puede explicarse, en parte, por la falta de instrumentos que permitan medir de manera adecuada el proceso psicológico de la motivación dentro del ámbito deportivo y de la influencia que el factor social tiene en éste. Así, se hace importante empezar a investigar en esta dirección buscando instrumentos que permitan caracterizar esta población practicante de actividades deportivas y de esta forma contribuir en el mejoramiento de los programas que incluyen a la actividad deportiva. Las escalas *Motives for Physical Activities Measure, revised*, (MPAM-R) de Ryan, Frederick, Lepes, Rubio & Sheldon (1997) y *Sport Climate Questionnaire* (SCQ) de Deci & Ryan (2000), basadas en los presupuestos teóricos de la teoría de auto determinación, son instrumentos que pueden brindar información válida y confiable sobre la motivación en la práctica deportiva. Este trabajo presenta una adaptación al español de estas escalas que en su forma original se encuentran en inglés.

Teoría de Auto Determinación

La teoría de auto determinación (SDT) es una teoría general de la motivación y la personalidad que se ha desarrollado en las últimas tres décadas. Esta aproximación usa los métodos tradicionales empíricos y resalta la importancia de los recursos de los cuales disponen los seres humanos para su desarrollo. Esta construida bajo el presupuesto que para entender la motivación humana hay que tener en cuenta tres necesidades psicológicas innatas, estas necesidades son: competencia, autonomía y relación con otros (Frederick & Schuster, 2003). Al referirse a necesidades psicológicas innatas se recoge algo de los dos modelos más significativos que tenían en cuenta las necesidades dentro de sus explicaciones teóricas de la motivación. La teoría de la autodeterminación está de acuerdo con Hull, que habla de necesidades innatas y no adquiridas, pero se aleja de la teoría del impulso que postula sólo necesidades fisiológicas innatas al proponer necesidades psicológicas, de acuerdo con la tradición basada en los trabajos de Murray que sugiere que existen necesidades psicológicas (Deci & Ryan 2000). La teoría de auto determinación entonces postula necesidades psicológicas básicas y/o innatas.

Las necesidades psicológicas básicas son entonces las que “nutren” al organismo para producir un bienestar y un desarrollo psicológico saludable permitiendo al ser humano funcionar de una manera óptima. Estas necesidades son aspectos naturales de los seres humanos y por lo tanto son generales y se aplican a todos los humanos sin importar la cultura.

La *Necesidad de Relación* se refiere al deseo de sentirse conectado con otros y al mismo tiempo de lograr estas conexiones significativas con los otros. Es una necesidad ampliamente respaldada dentro de varios modelos teóricos como por ejemplo en la teoría del apego (Ainsworth, 1989) donde ocupa un lugar de vital importancia. La necesidad de relacionarse con otras personas, de desplegar comportamientos afectivos hacia ellas y de recibir retroalimentación positiva es un aspecto psicológico fundamental del desarrollo de los sujetos. En estas teorías, sin embargo, se plantea como una tendencia o deseo de relacionarse y sólo hasta la teoría de auto determinación se formula explícitamente como una necesidad (Deci & Ryan, 2000).

La *Necesidad de Competencia* se refiere a la necesidad del sujeto de sentirse hábil en su entorno, de verse como capaz de lograr lo que se propone, de tener los recursos personales necesarios para realizar un comportamiento (Deci & Ryan, 2000). Esta necesidad es una de las variables más importantes en las conductas de logro y de fijación de metas (Duda & Hall, 2001). Cuando los sujetos perciben que poseen una capacidad que les permite desempeñarse de manera adecuada, plantean sus objetivos de una forma más clara creando estilos más adaptativos para desenvolverse en su entorno. En casos en los que el nivel de competencia percibido es muy bajo, las personas optan por estilos menos adaptativos de comportamiento como plantearse objetivos imposibles o demasiado fáciles que resulten siempre en un resultado esperado; estos comportamientos generalmente desembocan en pocos avances en la actividad realizada. En otros casos la percepción de baja competencia resulta en deserción de la actividad (Ames, 1995; Duda, 1995).

La *Necesidad de Autonomía* se refiere al deseo del ser humano de organizar él mismo sus experiencias y comportamientos, de tener la libertad de que su comportamiento concuerde con el sentido integrado de lo que es él mismo (Deci & Ryan, 2000). Esta necesidad constituye la base de la teoría de auto determinación ya que, sin querer decir que las otras dos necesidades no tengan un gran valor, ésta se convierte un aspecto esencial para un funcionamiento psicológico saludable. La gran importancia del comportamiento autónomo se ve reflejada en el gran valor que tiene para los seres humanos los comportamientos que realiza basándose en un interés intrínseco en la actividad (Deci & Ryan, 2000).

Dentro de la teoría de auto determinación la motivación intrínseca es una variable de gran importancia ya que se ve como una facilitadora de la satisfacción de las necesidades básicas principalmente de las necesidades de competencia y autonomía. La conducta motivada intrínsecamente se produce por una elección libre del sujeto, no hay contingentes externos que lleven a realizarla, la actividad en sí misma le produce placer y/o diversión al sujeto por lo que la autonomía es evidente, de la misma manera las actividades que se realizan de manera autónoma facilitan el sentirse competente. Por el contrario, la motivación extrínseca para realizar una conducta es vista dentro de la teoría de auto determinación como una variable que no favorece la satisfacción de las necesidades básicas al estar por fuera del deseo del sujeto, esto no quiere decir que ninguna conducta extrínsecamente motivada cumplan un papel en la satisfacción de las necesidades psicológicas ya que el ser humano tiene procedimientos en los que regulariza actividades extrínsecamente motivadas acercándolas al comportamiento auto determinado (Deci & Ryan, 2000). Dentro de la teoría de auto determinación se propone que los seres humanos tienen una capacidad de auto regular las motivaciones extrínsecas (Ver tabla 1). El comportamiento humano no siempre es motivado intrínsecamente, los seres humanos realizan muchos comportamientos que no les producen placer y que muchas veces se realizan por variables externas al comportamiento en sí mismo, ya sea por recompensas o castigos internos o externos; así, el comportamiento puede verse como un continuo que va desde un nivel de no auto determinación hasta un nivel donde el comportamiento es completamente auto determinado.

Como puede observarse en la figura 1, se proponen ciertos *estilos regulatorios* que muestran cómo las personas incluyen ciertos comportamientos dentro de su vida, los estilos regula-

torios se refieren a la forma como el sujeto incluye dentro de su repertorio comportamientos buscando una internalización e integración de estos comportamientos con lo que él desea, estos procesos se ven fuertemente influenciados por el contexto social en que se desenvuelve el sujeto. “... los comportamientos extrínsecamente motivados no son interesantes generalmente, la primera razón para que la gente inicie estos comportamientos es que son estimulados, modelados o valorados por otros significantes con los que se sienten (o buscan sentirse) apegados o relacionados.” (Deci & Ryan, 2000 pag. 73). De esta forma el contexto social influye de manera activa en el sujeto creando presiones para realizar ciertos tipos de comportamientos y para cancelar otros, estas presiones no siempre están en congruencia con los valores que le da el sujeto al comportamiento y con el cumplimiento de necesidades del sujeto.

Comporta- miento	No Auto De- terminado					Auto Deter- minado
Motivación	Amotivación		Motivación Extrínseca			Motivación Intrínseca
Estilos Regulatorios	No Regulado	Regulación Externa	Regulación Internalizada	Regulación Identificada	Regulación Integrada	Regulación Intrínseca
Percepción de Locus de causalidad	Impersonal	Externa	Algo Exter- no	Algo Interno	Interna	Interna
Procesos Relevantes	No valorado Incompetencia Pérdida de control	Sumisión Recompensa y castigo externos	Autocontrol Recompensa y castigo internos	Importancia personal Valoración conciente	Congruencia Concientización y síntesis con el yo	Interés Diversión Satisfacción inherente.

Figura 1. El continuo de la auto determinación. Tipos de motivación con estilos Regulatorios, locus de causalidad y procesos correspondientes. Tomado de Deci & Ryan (2000)

Los estilos regulatorios de la motivación tienen características que se relacionan con la forma como el sujeto percibe el control sobre su ejecución, este se basa en una percepción de locus de causalidad, el sujeto percibe cuándo realiza un comportamiento por factores externos y cuándo lo está haciendo por factores internos mas relacionados con él, y esto tiene consecuencias en la ejecución del comportamiento. Se definen cuatro tipos de reguladores de la motivación extrínseca: los de regulación externa, los de regulación internalizada, los de regulación identificada y los de regulación integrada.

El estilo regulatorio externo se caracteriza porque el sujeto realiza el comportamiento por variables completamente externas al comportamiento en si mismo, este tipo de estilo regulatorio es polo opuesto del comportamiento autodeterminado, el locus de causalidad es percibido como externo. En el estilo regulatorio internalizado, el comportamiento está envuelto en un proceso de internalización pero no es completamente aceptado como parte del sujeto mismo, estos comportamientos son aquellos que son llevados a cabo por sensaciones de culpa o ansiedad (Deci & Ryan, 2000) o por comportamientos que el sujeto presenta para sentirse hábil

ante terceros (Duda, 1995). El sujeto percibe que existe un locus de causalidad externo, pero a diferencia del caso del estilo regulatorio externo, identifica ese algo externo que influye en la producción del comportamiento. El estilo regulatorio hacia la identificación se caracteriza porque el sujeto tiene una conciencia del valor del objetivo del comportamiento y éste es aceptado como importante dentro de sus deseos; el locus de causalidad ya se ubica en algún factor específico interno. Finalmente, el estilo regulatorio de integración es el que muestra el comportamiento más autónomo de los motivados extrínsecamente, estos comportamientos son completamente asimilados por el yo, es decir, el sujeto evalúa el comportamiento y encuentra una congruencia de este con los otros comportamientos valiosos para el sujeto y para sus necesidades. El comportamiento es percibido con un locus de causalidad interno al igual que en los comportamientos intrínsecamente motivados (Deci & Ryan 2000).

Teoría de la Evaluación Cognitiva

Las investigaciones realizadas en torno a la motivación en la actividad deportiva han afirmado que éste es un proceso clave para asegurar el mantenimiento de la práctica deportiva y para persistir en las metas que los practicantes y entrenadores se proponen. Las investigaciones abordan diferentes variables: Cognitivas, Emocionales y Afectivas (Roberts, 1995; Martínez & Tortosa 1990; Ryan; Frederick; Lepes & Rubio, 1997). Además de estas variables se menciona la importancia de factores externos que pueden influir en la motivación del deportista (Vallerand & Rousseau 2001).

Deci & Ryan (2000) han venido trabajando en deporte una sub-teoría dentro de la teoría de auto determinación denominada “Teoría de Evaluación Cognitiva” que intenta explicar cómo la motivación se ve influenciada por los refuerzos que las personas reciben y por el ambiente donde se da la interacción con un tercero significativo en un proceso de aprendizaje como lo es el deporte. Para la teoría de evaluación cognitiva lo realmente importante dentro del complejo motivación-refuerzo no es el refuerzo de manera a-priori sino cómo la persona evalúa estos refuerzos. Este modelo teórico tiene en cuenta la motivación intrínseca y extrínseca.

La orientación de evaluación cognitiva sobre la motivación está relacionada con el clima motivacional que percibe el practicante de actividades deportivas en su entrenamiento. Varias investigaciones (Neil & Kirby, 1985; Deci & Reeve, 1995; Alexandris, Tsorbatzoudis & Grouios, 2002; Gagne, Ryan & Bargmann, 2003; Cresswell, Hodge & Kidman, 2003; Deci & Vansteenkiste, 2003; Lutz, Lochbaum & Turnbow, 2003; Parish & Treasure, 2003; Von Meter, 2004; Amorose, Butcher, flesch & Klinefelter, 2005) han concluido que el clima donde se desarrolla una tarea puede influir en el desarrollo, sostenimiento y aprendizaje de conductas. En estas investigaciones se encontró que refuerzos negativos y dirigidos a bajo soporte autónomo se relacionaba con el abandono de la actividad deportiva y con malos resultados en la tarea. El soporte autónomo se relacionaba con motivos intrínsecos en la actividad deportiva y con mejores resultados en la tarea.

Por otra parte, la teoría de la auto determinación asume que en el proceso de aprendizaje de una actividad por parte de un entrenador debe tener características que le permitan al sujeto

sentirse autónomo en su aprendizaje para no afectar de manera importante la motivación intrínseca, asumiendo que ésta puede ayudar al aprendizaje (Deci & Ryan, 2000). El modelo de Evaluación Cognitiva ha proclamado la importancia de que los practicantes tengan una mayor motivación intrínseca con el objetivo de que se orienten al aprendizaje y a conductas que en general creen cohesión en la actividad saludable.

Otros estudios han evaluado los tipos de motivos que los practicantes de actividades deportivas presentan para realizar estas actividades. En el trabajo de Ryan, Frederick, Lepes, Rubio & Sheldon (1997) en el que evaluaron la relación entre el motivo de práctica deportiva y la adherencia al ejercicio en una población practicante de la actividad deportiva de Tae Kwon Do y una población practicante de ejercicio aeróbicos, los resultados mostraron que los primeros tenían motivos más relacionados con competencia y diversión mientras que los practicantes de aeróbicos tenían motivos más relacionados con apariencia; no hubo diferencias significativas en el nivel de adherencia en los dos grupos. En un segundo estudio con nadadores se trabajó la misma relación entre motivos y adherencia, los resultados indicaron que la adherencia fue asociada con motivos centrados en diversión, competencia e interacción social pero no con motivos relacionados con apariencia. En este estudio la escala MPAM-R obtiene una validez y confiabilidad adecuadas, con un alfa de Cronbach cercano al 0.90.

Otras investigaciones como las de Wang, Chatzisarantis, Spray & Biddle (2002), Frederick & Schuster (2003) y Wilson, Rodgers, Fraser & Murria (2004;) en el área deportiva han resaltado la importancia de identificar los motivos de la práctica deportiva para predecir conductas futuras como el abandono del deporte o el éxito deportivo.

Método

Participantes

La versión en español de las escalas fue respondida por 90 estudiantes de la Universidad Nacional con edad entre 18 y 25 años que se encontraban entre II y VIII semestre de sus programas académicos, todos estaban inscritos en el segundo o tercer nivel de uno de tres programas de cursos libres en deportes. Como requisito debían llevar más de seis meses asistiendo a los cursos libres del deporte específico. En total participaron 3 grupos. El primero estuvo conformado por 30 practicantes de *Tae kwon do*: 17 hombres entre los 19 y 25 años, 6 en nivel II y 11 de nivel III, y 13 mujeres entre los 18 y 25 años, 9 del segundo nivel II y 4 del tercero. En el segundo grupo participaron 30 practicantes de tenis de campo, 14 hombres entre los 18 y 24 años, 13 en nivel II y 1 de nivel III, y 16 mujeres entre los 18 y 25 años, 12 en nivel II y 4 en nivel III. Finalmente, el tercer grupo estuvo compuesto por 30 practicantes de tenis de mesa, 20 Hombres entre los 18 y 24 años, 19 en nivel II y 1 en nivel III, y 10 mujeres entre los 18 y 25 años, 9 en nivel II y 1 en nivel III.

Además, dentro del proceso de revisión de la traducción de las escalas originales se llevó a cabo una aplicación piloto en la que participaron otros 30 estudiantes de la Universidad Na-

cional de Colombia practicantes de Halterofilia, Escalada en muro artificial y Esgrima. Este grupo estuvo conformado por 17 hombres y 13 mujeres entre los 18 y 25 años.

Instrumentos

La MPAM-R es un cuestionario previsto para determinar la fuerza de cinco motivos para participar en actividades deportivas. Los cinco motivos son: (a) **salud** o deseo de ser físicamente sano, fuerte y enérgico; (b) **apariencia**, que se refiere al deseo de llegar a ser físicamente más atractivo, tener músculos definidos, verse mejor y alcanzar o mantener un peso deseado; (c) **competente** o deseo de mejorar en una actividad, de resolver desafíos, y de adquirir nuevas habilidades; (d) **social**, que se refiere a ser físicamente activo para estar con los amigos y gente con la que práctica el deporte; y (e) **interés intrínseco y diversión**, que refiere a ser físicamente activo porque es divertido, le hace feliz, y la actividad en sí misma le resulta estimulante y agradable. La escala se ha utilizado para predecir varios resultados del comportamiento, tales como atención, persistencia, o participación mantenida en una cierta actividad del deporte.

La escala es una revisión de una escala anterior con el mismo nombre, que era más corta e incluía solamente tres motivos (Frederick & Ryan, 1993). La versión más larga fue introducida y validada por Ryan, Frederick, Lepes, Rubio, & Sheldon (1997). La forma original tomada para la presente adaptación se muestra en el anexo A y la traducción al castellano que se realizó como parte del trabajo de adaptación, se muestra en el anexo B. La escala contiene 30 frases que evalúan cada uno de los motivos, 7 frases sobre motivos de interés intrínseco y diversión, 7 frases sobre motivos de competencia, 6 frases sobre apariencia, 5 frases sobre motivos sociales y 5 frases sobre motivos de salud. Los practicantes de actividades deportivas debían contestar en una escala de 7 puntos (tipo Likert) el grado en el que la frase que aparecía era cierta para él (7) o nada cierto para él (1).

El SCQ en su forma larga tiene 15 ítems y en la forma corta tiene 6 ítems, en esta investigación se usó la forma larga. Este cuestionario es usado normalmente para evaluar el clima en grupos deportivos. Se evalúa la percepción que tiene el deportista con respecto al entrenador. El lenguaje del cuestionario puede ser cambiado para ser aplicado a las características específicas de las investigaciones que se realicen y de las actividades deportivas en las que se realice la investigación. Las preguntas son pertinentes con las respuestas de soporte autónomo del entrenador. Los resultados obtenidos en esta escala brindan información sobre cómo el clima de entrenamiento está dirigido a un soporte autónomo por parte del entrenador, aspecto fundamental para mantener la motivación del deportista y para un aprendizaje adecuado.

La forma original de este cuestionario está en inglés y se muestra en el anexo C. La presente adaptación requirió una traducción al español que se muestra en el anexo D. Los practicantes de actividades deportivas debían contestar en una escala tipo Likert de 7 puntos según el grado en el que estaban de acuerdo con la frase que aparecía.

Procedimiento

Para efectos de este estudio las escalas se tradujeron al español, como primera evaluación de la versión traducida se realizó una aplicación piloto y se estimaron los índices de confiabilidad de las escalas; con base en los resultados de esta aplicación se conformó la versión traducida, se llevó a cabo la aplicación definitiva y se realizaron los análisis psicométricos; éstos últimos análisis incluyeron, además del alpha de Cronbach, el cálculo de los estadísticos descriptivos de los puntajes en el SCQ y un análisis factorial mediante extracción por componentes principales con rotación de varianza máxima (varimax), con el fin de evaluar la existencia de los cinco componentes propuestos por los autores para esta escala. Todos los análisis se llevaron a cabo con el Paquete Estadístico para Ciencias Sociales, SPSS versión 7.5.

La traducción inicial fue realizada por parte de un profesional en lenguas modernas con profundización en lengua inglesa y traducción, esta versión traducida se le entregó a dos profesionales psicólogos especialistas en el área deportiva y con conocimientos de la lengua inglesa para que actuaran como jueces expertos de manera independiente. Los jueces realizaron la revisión y propusieron las consecuentes correcciones acerca del contenido de las escalas, estas correcciones se analizaron desde el punto de vista de las normas de traducción de nuevo con el profesional en lengua inglesa y se ensamblaron las escalas finales que fueron aceptadas luego de una segunda revisión por parte de los especialistas en el área. Las versiones traducidas y sometidas a juicio de expertos, tal como aparecen en los anexos B y D, fueron utilizadas en las dos aplicaciones subsiguientes del estudio

Resultados

Fiabilidad de la aplicación piloto

Los resultados del alfa de Cronbach se aplicaron en búsqueda del nivel de confiabilidad interna de la escala. Los resultados obtenidos para la versión traducida de la MPAM-R mostraron un alfa de Cronbach general de la prueba de 0.91 que indica alta confiabilidad interna de la prueba. Este análisis también se realizó para las diferentes sub escalas que evalúan los diferentes motivos. Como aparece en la tabla 1, los resultados obtenidos muestran una confiabilidad interna alta para cada sub escala, siendo el valor mas bajo el de la sub escala social ($\alpha=0.752$). Esta versión traducida fue aceptada para ser aplicada en la aplicación definitiva del estudio.

Tabla 1
Resultados de alpha de Cronbach de la versión en español de la escala MPAM-R

Sub escala	N° de casos	N° de ítems	Alpha de Cronbach
Diversión	30	7	.7574
Competencia	30	7	.8756
Apariencia	30	6	.9069
Salud	30	5	.8149
Social	30	5	.7520
Escala total	30	30	.9111

A partir de las respuestas en los mismos 30 participantes de la aplicación piloto se obtuvo un α de 0.9105 para la versión traducida del cuestionario de clima deportivo, SCQ, tal como aparece en el anexo D. Este resultado indica una alta consistencia interna, de manera que esta versión sin modificaciones fue utilizada para los análisis subsecuentes

Análisis de la aplicación final

Los resultados de los análisis de confiabilidad fueron similares a los obtenidos a partir de las respuestas de la muestra piloto. Para la adaptación en español del SCQ, con la muestra de 90 participantes se obtuvo una consistencia interna bastante alta ($\alpha=.8998$). Además, los puntajes obtenidos para cada grupo de participantes según el deporte practicado, mostraron en general un nivel de soporte autónomo alto en los tres deportes. La actividad deportiva de Tae Kwon Do tuvo el soporte autónomo más alto seguido de Tenis de Mesa y por último de Tenis de Campo. Los estadísticos descriptivos aparecen en la tabla 2.

Tabla 2
Estadísticos descriptivos de los puntajes en el SCQ por grupo de participantes

Grupo	N° de casos	Puntajes			Desviación Estándar
		Mínimo	Máximo	Promedio	
Tae kwon Do	30	65	102	92.2	9.46
Tenis Campo	30	55	103	81.3	14.05
Tenis Mesa	30	61	102	83.8	11.40

Para la versión traducida de la MPAM-R los resultados obtenidos también mostraron índices de confiabilidad similares a los obtenidos en la aplicación el piloto, lo que indica que la versión traducida de la prueba tiene un adecuado nivel de confiabilidad. Los resultados para cada subescala y la escala total se observan en la tabla 3.

Tabla 3
Confiabilidad de las Sub Escalas del MPAM-R en la aplicación final

Sub escala	N° de Casos	N° de Ítems	Alpha de Cronbach
Diversión	90	7	.7640
Competencia	90	7	.8223
Apariencia	90	6	.9394
Salud	90	5	.8894
Social	90	5	.8365
Escala Total	90	30	.9021

Finalmente, los resultados del análisis factorial para la MPAR-R aparecen en la tabla 4. Esta escala de motivos de actividad deportiva está dividida en 5 diferentes sub escalas que miden diferentes motivos para realizar este tipo de actividades, de manera que el análisis factorial debía mostrar una agrupación similar a la propuesta por los autores. Los componentes

que se aislaron en el presente estudio incluyen algunos ítems de una de las sub escalas de la MPAM-R y en algunos casos de hasta dos sub escalas. Los ítems de la sub escala de diversión cargaron (con cargas superiores a 0,3 en valor absoluto) en los componentes 3 y 5, los de competencia en los componentes 2 y 3, los de la sub escala de apariencia se agruparon de manera bastante clara en el componente 1 y los de salud en el componente 2, aunque tres de éstos últimos también tuvieron cargas altas en el primer componente; por ultimo, cuatro de los ítems de la subescala social cargaron en el componente 4 y tan sólo el ítem 28 en el componente 3.

En general los resultados muestran una agrupación adecuada de los factores para las sub-escalas de apariencia, salud y social, y comportamiento menos claro para las otras dos. La agrupación de algunos ítems de manera significativa en varios componentes se discute mas adelante.

Discusión

Fiabilidad y validez de las versiones en español de las escalas

Los resultados de los niveles de fiabilidad de las versiones adaptadas de las escalas confirmaron que en general estas tienen niveles altos de confiabilidad. Sin embargo, el análisis factorial aplicado en búsqueda de determinar la validez de la adaptación de la MPAM-R generó algunos resultados que se deben discutir ya que hubo varios motivos agrupados en varios componentes de manera significativa.

Los ítems de diversión se agruparon en dos componentes, la mayoría de ellos en el componente 3, junto con los de la subescala de competencia, y tres ítems y en el componente cinco junto con uno de competencia (el ítem 8 con carga negativa). Los tres ítems restantes de la escala de competencia se agruparon en el componente dos (salud). Estos resultados son explicables desde la teoría de la auto determinación (SDT) de Deci & Ryan (2000). El motivo de diversión cae dentro de la misma definición de la motivación intrínseca, los comportamientos motivados intrínsecamente son aquellos basados en el interés y diversión inherentes al desarrollo de la actividad. La motivación intrínseca, agregan Deci & Ryan (2000), es un componente esencial de la auto determinación para los seres humanos, el poder realizar una actividad por sus características inherentes hace que las personas aumenten su sensación de autonomía y de esta forma puedan satisfacer una de las tres necesidades básicas psicológicas, la de Autonomía. En la misma forma que la motivación intrínseca es un punto clave en la satisfacción de las necesidades básicas psicológicas, el sentirse competente en la actividad que la persona realiza es un pilar en la sensación de auto determinación del sujeto que la ejecuta, el percibirse competente en algún comportamiento tiene un efecto positivo en la auto determinación del mismo al hacer que el sujeto realice el comportamiento como algo autónomo y propio de sí mismo y no como consecuencia de una presión externa. En este caso también se satisface la autonomía del sujeto precisamente al satisfacer la necesidad de sentirse competente.

Tabla 4
Análisis Factorial de la Escala MPAM-R.

Agrupación original	Componentes encontrados				
	1. Apariencia	2. Salud	3. Competencia y diversión	4. Social	5. Diversión
Diversión					
2					.835
7			.425		
11			.533		.599
18			.717		
22					.572
26			.701		
29			.778		
Competencia					
3		.857			
4			.546		
8			.526		-.411
9		.790			
12			.499		
14		.761			
25			.531		
Apariencia					
5	.826				
10	.829				
17	.843				
20	.812				
24	.906				
27	.811				
Salud					
1		.688			
13		.479			
16	.559	.558			
19	.539	.634			
23	.432	.628			
Social					
6				.689	
15				.786	
21				.684	
28			.776		
30				.823	

De otra parte, retomando las investigaciones de la teoría de las metas de logro, Duda & Hall (2001) encontraron que aquellos ambientes en los que se realizaba un entrenamiento deportivo dirigido a las tareas, es decir al desarrollo de habilidades que fomenten la sensación de ser competente en lo que se hace y a elementos que favorezcan esta percepción, dejando de lado la comparación con terceros, se relacionan de manera significativa con afecto positivo,

sensación de diversión e interés en la actividad que se está realizando, mostrando una relación entre sentirse competente con motivos intrínsecos para realizar la actividad. De esta forma la agrupación en el componente tres de los ítems de las sub escalas de Diversión y Competencia se puede explicar con la relación que existe entre estos dos factores, ambos parte importante en el cumplimiento de las necesidades básicas psicológicas y que dirigen a la persona a un mejor desarrollo social y bienestar personal. (Deci & Ryan, 2000).

Los ítems de la sub escala de Apariencia se agruparon de manera bastante clara en el componente uno y los ítems de la sub escala de Salud también lo hicieron en el componente dos, aunque estos últimos también presentaron puntajes altos de relación con el componente uno de apariencia; Este resultado puede explicarse teniendo en cuenta que los motivos de apariencia y de salud son de carácter extrínseco, es decir, estos motivos dan muestra de un comportamiento llevado a cabo por consecuencias exteriores a la actividad en si misma. Estos dos motivos además de ser extrínsecos también coexisten en su desarrollo en muchas ocasiones, es decir la salud de las personas está relacionada también con la apariencia de las mismas, aunque no en todos los casos, puede haber figuras esbeltas que no indican necesariamente salud. Esta coexistencia entre estos dos factores se refleja en los agrupamientos de los ítems de estas dos sub escalas.

Otra agrupación bastante clara se observó en los ítems de la sub escala Social que fue uno de los motivos menos expuestos como razón para realizar la actividad deportiva, éstos se agruparon en el componente cuatro siendo los únicos ítems en este componente.

Clima Motivacional y Motivos de Práctica Deportiva

Los resultados muestran que la percepción de un Clima Motivacional dirigido hacia un soporte autónomo se presentó en las tres actividades deportivas, el soporte autónomo percibido por parte de los practicantes de Tae Kwon Do es más alto y se diferencia de manera significativa a los puntajes obtenidos por los otros dos deportes. La teoría de auto determinación y su sub teoría de evaluación cognitiva propone que el clima motivacional de soporte autónomo fortalece la motivación en sus diferentes áreas, de manera primordial en aquellas relacionadas con la motivación intrínseca. La teoría de la Evaluación Cognitiva postula que un clima motivacional de soporte autónomo fortalece los motivos intrínsecos de las personas para realizar la actividad en la que se está percibiendo este tipo de ambiente, el clima motivacional menos autónomo y más dirigido al control puede producir que la motivación en general se vea menoscabada en especial en los aspectos relacionados con la motivación intrínseca (Frederick & Schuster, 2003).

El objetivo de este estudio fue lograr una adaptación de escalas que nos permitieran evaluar en el contexto colombiano los motivos de práctica deportiva y el clima motivacional en el deporte. Al respecto se puede concluir que la adaptación al español de las pruebas Motives for Physical Activities Measure – Revised (Ryan, Frederick, Lepes, Rubio & Sheldon, 1997) y el Sport Climate Questionnaire (Deci & Ryan, 2000) cumplen con las características de fiabilidad y validez necesarias para poder hacer uso de estos instrumentos en el contexto colombia-

no, ofreciendo así un aporte a la investigación en Psicología Deportiva y al trabajo práctico de esta área aplicada.

Por último es necesario recomendar seguir investigando la influencia del clima Motivacional y de los motivos de práctica deportiva en el deporte y la actividad física en general, sería importante también evaluar la influencia del clima motivacional con poblaciones mucho más amplias a la del presente estudio. Es también necesario comenzar a evaluar si estas adaptaciones son igualmente confiables en otros tipos de actividades como puede ser actividad física (aeróbicos, spinning, trotar) y en deportistas de rendimiento.

Referencias

- Ainsworth, M. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, **44**, 709-716.
- Alexandris, M., Tsobatzoudis, C., & Grouios, G. (2003). Perceived Constraints on Recreational Sport participation: Investigating Their Relationship With Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation and Amotivation. *Journal of Leisure Research. Arlington*. 34 (3), 233-245.
- Ames, C. (1995). Metas de Ejecución, Clima Motiovascular y Procesos Motivacionales. En G. Roberts (Ed). *Motivación en el Deporte y el Ejercicio*. 197-213. España: Desclée de Brouwer,.
- Amorose, A., Butcher, D., Flesch, S., & Klinefelter, L. (2005). Perceived Motivational Climate and Self Determined Motivation in Male and Female High School Athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 72 (1), 96-97.
- Cresswell, S., Hodge, K., & Kidman, L. (2003). Intrinsic Motivation in Youth Sport: Goal Orientations and Motivational Climate. *Journal of Physical Education New Zealand. Wellington*. 36 (1), 15-22.
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: human need and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227-268.
- Deci, E., & Vansteenkiste, M. (2003). Competitively contingent rewards and intrinsic motivation: can losers remain motivated. *Motivation and Emotion*. 27 (4), 273-299.
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 55, 68-78.
- Deci, E., & Reeve, J. (1995). Elements of the competitive situation that affect intrinsic motivation. *Society for Personality and Social Psychology*. 22 (1), 24-35.
- Duda, J. (1995). Motivación en los Escenarios Deportivos: Un Planteamiento de Perspectivas de Metas. G. Roberts (Ed). *Motivación en el Deporte y el Ejercicio*. (pp 85-121) España: Desclée de Brouwer,.
- Duda, J., & Hall, H. (2001). Achievement Goal Theory in Sport. En R. Singer, H. Haunsenblas & C. Janelle (Eds.). *Handbook of Sport Psychology*. New York: Wiley.
- Frederick, C., & Schuster, H. (2003). Competition and intrinsic motivation in physical activity: a comparison of two groups. *Journal of Sport Behavior*. 26 (3), 240-253.
- Gagne, M., Ryan, R., & Bargmann, K. (2003) Autonomy Support and Need Satisfaction in the Motivation and Well-Being of Gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372-390.
- Lutz, R., Lochbaum, M., & Turnbow, K. (2003). The Role of Relative Autonomy in Post – Exercise Afect Responding. *Journal of Sport Behavior*. 2, 137-140.
- Martínez, L., & Tortosa, F (1990). *Ámbitos de Aplicación de la psicología Motivacional*. España: Desclée de Brouwer, S.A.

- Neil, G., & Kirby, S. (1985). Coaching Styles and Preferred Leadership Among Rowers and Paddler. *Journal of Sport Behavior*, 1.
- Parish, L., & Treasure, D. (2003). Physical Activity and Situational Motivation in Physical Education: Influence of the Motivational Climate and Perceived Ability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2, 173-181.
- Roberts, G. (1995). *Motivación en el deporte y el ejercicio*. España: Desclée de Brouwer,.
- Roberts, G. (1995). Motivación en el Deporte y Ejercicio: Limitaciones Conceptuales. En G. Roberts (Ed). *Motivación en el Deporte y el Ejercicio*. (pp 27-55) España: Desclée de Brouwer,.
- Ryan, R., Frederick, C., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon, K. (1997). Intrinsic Motivation and Exercise Adherence. *Sport Psychology*, 28, 335-354.
- Rochester University. (2005). *Self Determination Theory*. www.rochester.edu.
- Vallerand, R., & Rousseau, F (2001). Intrinsic Motivation in Sport and Exercise. En R. Singer, H. Haunsenblas, & C. Janelle (Eds). *Handbook of Sport Psychology*. New York: Wiley.
- VonMeter, K. (2004). Coaching Adolescent Athletes. *Strategies*, 6, 17-20.
- Wang, C; Chatzisarantis, N; Spray, C & Biddle, S. (2002). Achievement Goal Profiles in School Physical Education: Differences in Self – Determination, Sport ability beliefs, and Physical Activity. *British Journal of Educational Psychology*. Tomo 72, parte 3, 433 – 446.
- Wilson, P., Rodgers, W., Fraser, S. & Murria, T. (2004). Relationships Between Exercise Regulations and Motivational consequences in University Students. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 1, 81-92.

Manuscrito recibido en octubre de 2005
Aprobado para publicación en noviembre de 2005

Anexo A

Motives for Physical Activities Measure – Revised (MPAM-R)²

The following is a list of reasons why people engage in physical activities, sports and exercise. Keeping in mind your primary physical activity/sport, respond to each question (using the scale given), on the basis of how true that response is for you.

1	2	3	4	5	6	7
not at all						very true
true for me						for me

- ___ 1. Because I want to be physically fit.
- ___ 2. Because it's fun.
- ___ 3. Because I like engaging in activities which physically challenge me.
- ___ 4. Because I want to obtain new skills.
- ___ 5. Because I want to look or maintain weight so I look better.
- ___ 6. Because I want to be with my friends.
- ___ 7. Because I like to do this activity.
- ___ 8. Because I want to improve existing skills.
- ___ 9. Because I like the challenge.
- ___ 10. Because I want to define my muscles so I look better.
- ___ 11. Because it makes me happy.
- ___ 12. Because I want to keep up my current skill level.
- ___ 13. Because I want to have more energy
- ___ 14. Because I like activities which are physically challenging.
- ___ 15. Because I like to be with others who are interested in this activity.
- ___ 16. Because I want to improve my cardiovascular fitness.
- ___ 17. Because I want to improve my appearance.
- ___ 18. Because I think it's interesting.
- ___ 19. Because I want to maintain my physical strength to live a healthy life.
- ___ 20. Because I want to be attractive to others.
- ___ 21. Because I want to meet new people.
- ___ 22. Because I enjoy this activity.
- ___ 23. Because I want to maintain my physical health and well-being.
- ___ 24. Because I want to improve my body shape.
- ___ 25. Because I want to get better at my activity.
- ___ 26. Because I find this activity stimulating.
- ___ 27. Because I will feel physically unattractive if I don't.
- ___ 28. Because my friends want me to.
- ___ 29. Because I like the excitement of participation.
- ___ 30. Because I enjoy spending time with others doing this activity.

² Frederick, Ryan, Lepes, Rubio & Sheldon (1997) Tomado de la página oficial en Internet de la Universidad de Rochester E.U

Anexo B

Medida de Motivos para Actividades Físicas-Revisado (MPAM-R). Versión en español

A continuación encuentra una lista de razones por las cuales las personas se ocupan en actividades físicas, deportes y ejercicio. Teniendo en mente su actividad deportiva, responda cada ítem (usando la escala que se le da) basándose en qué tan cierto es para usted lo que se dice. Gracias por su colaboración.

1	2	3	4	5	6	7
Nada cierto para mí						Muy cierto para mí

- 1. Porque quiero estar bien físicamente.
- 2. Porque es divertido.
- 3. Porque me gusta realizar actividades que sean físicamente un reto para mí.
- 4. Porque quiero desarrollar nuevas habilidades.
- 5. Porque quiero mantener un peso en el que me vea bien.
- 6. Porque quiero estar con mis amigos.
- 7. Porque me gusta practicar esta actividad.
- 8. Porque quiero mejorar mis habilidades.
- 9. Porque me gustan los desafíos.
- 10. Porque yo quiero definir o marcar mis músculos y verme mejor.
- 11. Porque me hace feliz.
- 12. Porque quiero mantener mi actual nivel de habilidades.
- 13. Porque quiero tener más energía.
- 14. Porque me gustan las actividades que son físicamente desafiantes.
- 15. Porque me gusta estar con otros que les interese esta actividad.
- 16. Porque quiero mejorar mi estado cardiovascular.
- 17. Porque quiero mejorar mi apariencia.
- 18. Porque pienso que es interesante.
- 19. Porque quiero mantenerme físicamente fuerte para vivir una vida saludable.
- 20. Porque quiero ser atractivo para otros.
- 21. Porque quiero conocer nueva gente.
- 22. Porque disfruto esta actividad.
- 23. Porque quiero mantener mi salud física y bienestar.
- 24. Porque quiero mejorar mi figura.
- 25. Porque quiero lograr mejorar en esta actividad.
- 26. Porque encuentro esa actividad estimulante.
- 27. Porque no me sentiría atractivo si no lo hago.
- 28. Porque mis amigos quieren que lo haga.
- 29. Porque me gusta la emoción que produce participar.
- 30. Porque me divierte ocupar mi tiempo con otros realizando esta actividad.

Anexo C

Sport Climate Questionnaire³

This questionnaire contains items that are related to your experience with your coach (trainer). Coaches have different styles in dealing with athletes, and we would like to know more about how you have felt about your encounters with your coach. Your responses are confidential. Please be honest and candid.

- | | | | | | | | |
|---|---|---|---------|---|---|---|----------------|
| 1. I feel that my coach provides me choices and options. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 2. I feel understood by my coach. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 3. I am able to be open with my coach while engaged in athletics. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 4. My coach conveyed confidence in my ability to do well at athletics. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 5. I feel that my coach accepts me. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 6. My coach made sure I really understood the goals of my athletic involvement and what I need to do. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 7. My coach encouraged me to ask questions. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 8. I feel a lot of trust in my coach. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 9. My coach answers my questions fully and carefully. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 10. My coach listens to how I would like to do things. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 11. My coach handles people's emotions very well. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 12. I feel that my coach cares about me as a person. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 13. I don't feel very good about the way my coach talks to me. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 14. My coach tries to understand how I see things before suggesting a new way to do things. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |
| 15. I feel able to share my feelings with my coach. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Strongly disagree | | | neutral | | | | strongly agree |

³ Deci & Ryan, (2000). Versión en Inglés tomado de la página oficial en Internet de la Universidad de Rochester, E.U

Anexo D

Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ). Versión en Español

Este cuestionario contiene frases que están relacionadas con la experiencia que usted tiene con su entrenador. Los entrenadores tienen diferentes estilos de tratar a sus deportistas, a nosotros nos gustaría conocer más de sus encuentros con su entrenador. Sus respuestas son confidenciales. Por favor sea honesto y sincero. Gracias por su colaboración.

1. Siento que mi entrenador me proporciona opciones y me permite elegir.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
2. Siento que me entiendo con mi entrenador.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
3. Puedo ser abierto con mi entrenador mientras hago ejercicio.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
4. Mi entrenador me transmite confianza en mis habilidades para hacer bien los ejercicios.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
5. Me siento aceptado por mi entrenador.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
6. Mi entrenador se asegura de que realmente entendí los objetivos de mi compromiso deportivo y que es lo que necesito hacer.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
7. Mi entrenador me estimula a hacer preguntas.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
8. Siento mucha confianza en mi entrenador.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
9. Mi entrenador responde a mis inquietudes completa y cuidadosamente.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
10. Mi entrenador escucha sobre como me gustaría hacer las cosas.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
11. Mi entrenador maneja las emociones de los practicantes muy bien.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
12. Siento que le importo a mi entrenador como persona.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
13. No me siento muy bien con la forma en que mi entrenador me habla.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
14. Mi entrenador trata de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva forma de hacerlas.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo
15. Siento que puedo compartir mis sentimientos con mi entrenador.

1	2	3	4	5	6	7	
Total Desacuerdo			Neutral				Total Acuerdo