



Clima motivacional, apoyo a la autonomía, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo.

Almagro, B. J., Conde, C., Sáenz-López, P., y Moreno, J. A.

1.Introducción: Utilizando la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985, 2000) y el modelo jerárquico de la motivación intrínseca y extrínseca (Vallerand, 2001) como marco teórico, el objetivo del estudio fue analizar el poder de predicción del clima motivacional, el apoyo a la autonomía, las necesidades psicológicas y la motivación intrínseca sobre la adherencia a la práctica deportiva.

2.Método: Se utilizó una muestra de 580 deportistas de edades comprendidas entre los 12 y los 16 años. Se midió el clima motivacional, el soporte de autonomía, los mediadores psicológicos, la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo.

3.Resultados: Los resultados del análisis de regresión mostraron que el clima motivacional tarea, la competencia percibida, la relación con los demás y la motivación intrínseca predecía de forma positiva y estadísticamente significativa la intención de ser físicamente activo ($F = 38.80$; $p < .001$), obteniendo una varianza explicada del 34%. La variable que mayor peso de regresión presentó fue la necesidad psicológica de relación con los demás (ver Tabla 1).

Tabla 1. Resumen de los resultados del análisis de regresión mostrando únicamente el paso 4.

Variable dependiente	Paso	Variables independientes	R ²	Beta	t	p
Intención de ser físicamente activo	4	Tarea	.34	.14	2.90	.004
		Ego		.01	.35	.726
		Valoración del comportamiento autónomo		-.01	-.30	.762
		Interés en la opinión del deportista		-.06	-1.41	.159
		Autonomía		-.04	-.83	.409
		Competencia		.15	3.46	.001
		Relación		.29	6.56	.000
Motivación intrínseca	.21	5.04	.000			

4. Conclusiones: Coincidimos con otros estudios, en destacar la importancia de que los entrenadores intenten fomentar un clima motivacional de implicación a la tarea en sus deportistas, así como facilitar la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas y la motivación intrínseca, ya que éstas estrategias pueden ayudar a desarrollar el compromiso deportivo. Por tanto, climas en las que los entrenadores fomenten y valoren el esfuerzo, la mejora personal, el aprendizaje cooperativo, las relaciones sociales entre los compañeros, donde el deportista se sienta competente y motivado, van a ser propicios para que estos deportistas mantengan la adherencia a la práctica.

Palabras clave (máximo 3): Motivación; Adherencia; Autodeterminación.