



Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

Facultad de Psicología

*“La motivación dentro de la disciplina del Judo en la
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla”*

T E S I N A

Presentada para obtener el título de

Licenciatura en Psicología

P R E S E N T A

Edwin Jhonathan Soriano Marín

DIRECTOR DE TESINA

Mtra. Sandra Lucía Tapia López

Fecha de impresión y entrega:

Diciembre de 2017

DEDICATORIA

A mis padres, por siempre darme más de lo necesario, techo, alimento y su amor incondicional; cuidar de mí en salud y enfermedad, por estar conmigo en los momentos más difíciles de mi vida, enseñándome con vivo ejemplo y congruencia que las adversidades sólo nos hacen más fuertes, que son un simple recordatorio de que la vida sigue y debe continuar aprendiendo de las lecciones de estos mismos. Nunca olvidaré sus sacrificios por bienestar mío, pues vivo para recompensarles cada uno de ellos con cada éxito y logro en mi vida como muestra de mi gratitud. Gracias por siempre creer en mí y en mis sueños, y permitirme lograr cada uno de ellos, siempre daré mi mayor esfuerzo en todo lo que haga con el corazón, nunca los voy a defraudar.

A mis hermanos, por apoyarme cada uno a su manera a lo largo de mi vida, que de alguna manera ha contribuido a ser quien soy hoy en día, gracias por su amor y consejos.

A la Ing. Estefania Yañez Mota, por darme el apoyo, impulso y motivación para lograr concretar este proyecto de tesina, quien es pieza fundamental para nunca dejar de creer en mis capacidades aún en los momentos de mayor desesperanza en mi vida. Es inefable el sentimiento de agradecimiento, amor y respeto que le tengo, pues siempre será mi maestra de vida, ejemplo de dedicación y superación académica.

A mi asesora Mtra. Sandra Tapia, por creer en el proyecto, guiarme durante la elaboración del mismo y en mi formación como Psicólogo.

Al Mtro. Yoshinori Tameda Sakamoto, por toda su atención y paciencia en mi formación como judoka, y más que un entrenador, mi amigo. Un vivo ejemplo de los valores por los cuales se rige este hermoso deporte.

A cada una de las personas que han marcado significativamente mi vida de alguna manera y nunca dejaron de creer en mí y en mis sueños, muchas gracias.

Con agradecimiento, cariño y respeto: Edwin Jhonathan.

RESUMEN

El propósito de este trabajo es identificar cuáles son los factores motivacionales correspondientes que eviten la deserción en la práctica del judo; esto con la finalidad de desarrollar una propuesta que trabaje la motivación en conjunto a la enseñanza de esta disciplina, de acuerdo a las problemáticas que existan dentro de la organización, a lo cual, dicha propuesta pueda ser digerida en cuanto a contenido y aplicabilidad por quienes están a cargo de esta práctica deportiva dentro de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Para conocer los factores motivacionales en función de las perspectivas teóricas correspondientes, es necesario abordar desde la visión de la psicología del deporte y la psicología organizacional, lo que mencionan al respecto desde la Teoría de la Autodeterminación y la Teoría de las necesidades aprendidas de David McClelland, con la finalidad de lograr una sinergia de las mismas, que se amolden a las necesidades reales de la organización.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	5
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	7
OBJETIVOS	8
Objetivo General.....	8
Objetivos específicos	8
JUSTIFICACIÓN.....	9
CAPÍTULO I: JUDO	10
1.1. Antecedentes históricos del Judo	10
1.2. Filosofía del judo.....	12
1.3. El judo como deporte	14
1.4. El judo en México	16
CAPÍTULO II: PSICOLOGÍA DEL DEPORTE.....	17
2.1. Fundamentos de la Psicología del Deporte.....	17
2.2. Breve reseña histórica sobre la Psicología del Deporte.....	20
2.3. La Psicología del Deporte en México	23
2.4. La importancia de la comunicación entre el psicólogo del deporte y el entrenador	32
CAPÍTULO III: MOTIVACIÓN DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA GENERALIZADA.....	34
3.1. La motivación desde la Psicología del Deporte.....	35
3.2. Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci	36
3.3. La motivación desde la perspectiva teórica de David McClelland.....	40
3.3.1. Motivo de logro	44
3.3.2. Motivo de poder	45
3.3.3. Motivo de afiliación.....	47
CONCLUSIONES.....	50
CRONOGRAMA	57
REFERENCIAS	58

INTRODUCCIÓN

Los seres humanos nacen con el deseo de aprender, alcanzar y superar límites que le permitan tener un grado de satisfacción en su vida cotidiana; ya sean personales o socialmente establecidos, en los cuales pueda dejar su propia huella la cual marque la trayectoria hacia un nuevo camino para otro individuo. Sin embargo, al transcurrir el paso del tiempo e irse sumergiendo a un ritmo acelerado de vida, las experiencias positivas y logros muchas veces se ven afectados en una disminución progresiva trayendo como consecuencia bajo rendimiento e inclusive deserción.

A consecuencia de escuchar a diario las preocupaciones por parte del entrenador y deportistas de la disciplina de judo de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla en cuanto a resultados en competencia y deserción deportiva, de revisar diferentes fuentes de información desde la teoría motivacional correspondiente en la Psicología Organizacional, hasta los aspectos generales y de motivación que la Psicología del Deporte menciona; se detectó la necesidad de realizar un proyecto en el cual se enfatice la motivación a quienes representan nuestra universidad mediante este deporte marcial, pues los aquí mencionados se preguntaban cuáles eran las razones determinantes que mantenían la negatividad de su condición.

De esta manera, el motor que impulsó el desarrollo de este estudio de forma externa, es la condición que presentó el equipo de judo de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, y a su vez, que no se encuentran investigaciones previas en relación al tema de la motivación dentro de la disciplina del judo en Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, el cual es el tema elegido para nuestro trabajo.

Por otra parte, de manera interna, el desarrollo de este proyecto es realizar un capitulo que permita ligar y encajar la motivación desde la perspectiva de la psicología del deporte y la psicología organizacional en el plano de la motivación, con la finalidad de dar pie a futuras investigaciones que den seguimiento a este

proceso, el cual podrá beneficiar en una mejoría de resultados a quienes estén involucrados en dicha disciplina.

El objetivo principal de este estudio es identificar cuáles son los factores motivacionales correspondientes que eviten la deserción en la práctica del judo, para así identificar la relación entre la motivación y la práctica exitosa de este deporte, esto a fin de desarrollar una propuesta que trabaje la motivación en conjunto a la enseñanza del judo de acuerdo a las necesidades reales, la cual, pueda ser digerida en cuanto a contenido y aplicabilidad por quienes están a cargo de esta práctica deportiva dentro de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

Confiando y con la esperanza de contribuir al deporte desde una perspectiva psicológica -como aspirante al título de Licenciado en Psicología- es de vital importancia enfatizar el trabajo multidisciplinario para lograr un bien común.

El presente trabajo está realizado en base a la recopilación bibliográfica referente al tema que rige esta investigación siguiendo los lineamientos establecidos por la facultad de Psicología BUAP, para ser tomado en cuenta como una base de posteriores indagaciones en el tema.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El equipo de judo de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla durante el periodo 2015-2017 ha tenido una constante deserción de practicantes. De primera instancia a través del análisis del discurso, se percibe mediante los comentarios de los propios deportistas una falta de motivación y reconocimiento hacia ellos por parte de los entrenadores y autoridades correspondientes, asimismo una carente convivencia entre los deportistas y técnicos que conforman dicho equipo, lo cual no permite al equipo relacionarse de forma óptima y obtener resultados deseados.

Las instalaciones del salón de judo del complejo deportivo y de alto rendimiento no cuentan con los materiales apropiados para la práctica efectiva y del alto rendimiento del judo, así como la falta de un equipo multidisciplinario que se interese en el crecimiento del deportista durante su práctica y cara a las competencias correspondientes.

De no elaborar una propuesta que aborde cómo mejorar con la problemática de una clara falta de motivación que se presenta dentro de este ámbito, tendrá como consecuencias alarmantes bajos resultados en competencia y desintegración en gran parte del equipo de competencia.

Asimismo, es necesario desarrollar esta temática, puesto que no se encuentran investigaciones previas en el tema dentro de la universidad, consiguiendo con ello dar pie a futuras investigaciones de carácter interventor en dicha disciplina.

OBJETIVOS

Objetivo General

- Identificar los factores motivacionales para evitar deserción en la práctica de Judo dentro de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, en función de las perspectivas de la psicología del deporte y la psicología organizacional.

Objetivos específicos

- 1) Esclarecer las diferencias y similitudes entre las teorías motivacionales que permitan lograr una sinergia de las mismas, que se amolden a las necesidades reales para así cumplir con el objetivo general
- 2) Desarrollar una propuesta que trabaje la motivación en conjunto a la enseñanza del Judo dentro de nuestra universidad

JUSTIFICACIÓN

Enfatizar la importancia de la motivación como elemento fundamental dentro de una disciplina marcial, tal como lo es el judo.

A su vez, esclarecer el factor motivacional bajo la fundamentación de las bases teóricas correspondientes de la psicología del deporte y la psicología organizacional, suscitando el punto de encuentro entre el judo y la motivación, para así lograr una sinergia entre ambas perspectivas y desarrollar una propuesta que tenga como finalidad identificar los factores motivacionales que influyen en las personas para la práctica efectiva de este deporte, para así, tratar la problemática de la deserción

A su vez, no se encuentran investigaciones previas en relación al tema de *La motivación dentro de la disciplina del judo en la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla*, el cual es el tema elegido para este trabajo.

Asimismo, abrir camino a futuras investigaciones en el tema consiguiendo con ello dar pie de carácter interventor en dicha disciplina, ya que “el estudio de la motivación constituye uno de los aspectos de mayor importancia en el ámbito deportivo” (Aguirre y González, 2014).

CAPÍTULO I

JUDO

Haciendo un análisis de manera concisa a lo que se plantea dentro de esta tesina, para poder conseguir un mejor desempeño, una de las mejores cosas a fortalecer es la motivación. Antes de indagar en el tema de la motivación, específicamente del judo, es importante contextualizar y definir la manera más sólida dentro del judo para así, poder comprender los factores que involucran a las necesidades que existen y se buscan abarcar en nuestro tema de investigación.

El judo es un arte marcial de origen japonés y es clasificado como deporte olímpico. Para conocer más detalladamente sobre este deporte, es importante conocer su significado, origen, características del deporte y los principios morales por los cuales se rige.

A continuación se dará una reseña sobre los aspectos más relevantes de este deporte, para así, tener una noción detallada, ya que un claro conocimiento de dicho concepto, le será de gran utilidad al lector para una mayor comprensión del tema.

1.1. Antecedentes históricos del judo

La palabra judo se compone de dos términos japoneses, “JU” se traduce como arte, ceder, flexibilidad o suavidad; en tanto a “DO” se interpreta como el principio o el camino, así que las traducciones correctas que definen la palabra judo son “el camino de la suavidad” o “el arte de ceder”.

El judo fue fundado por el pedagogo Jigoro Kano en Tokio, Japón en 1882, quien en un arduo trabajo, recopiló parte de las técnicas de las escuelas del ju-jitsu, las cuales se consolidaban en la lucha cuerpo a cuerpo; estas mismas fueron practicadas por guerreros de estilo samurái dentro del campo de batalla en la época del Japón feudal; asimismo, dichas bases sirvieron para fundar el Kodokan, en la cual, se impartirían las primeras lecciones de este deporte, y que actualmente dicha institución es sede central de la comunidad mundial de judo (Villamón, 2011).

Cabe resaltar que el Dr. Kano, fue una mente brillante que revolucionó los deportes de combate, y regido por una gran ética, creó un arte marcial consolidado en fuertes cimientos, los cuales, eran tres elementos fundamentales y altamente eficaces.

Se comprenden dichos fundamentos como:

- 1) Shushin: es el conocimiento amplio de los valores morales por los cuales se debe regir correctamente un practicante de una disciplina, no solo para ser llevados a cabo dentro de la práctica del arte marcial, sino, ser adoptados para llevar un estilo de vida más congruente y estar en constante equilibrio psicológico.
- 2) Rentai: puede definirse como aquel conocimiento de la capacidad física y el desarrollo de la misma, es decir, tener una noción clave de la biomecánica lo que el cuerpo puede llegar a lograr; conseguir con un pleno desarrollo y crecimiento tanto física como psicológicamente, si al individuo se le da la guía y las estrategias adecuadas para un óptimo resultado.
- 3) Shobu: tener un conocimiento sólido sobre el arte del combate y su aplicación de forma estratégica.

Una breve observación a manera de hincapié en el concepto de Shobu, ya que es de suma importancia hacer valer lo que en otros contextos y que años atrás se suscitaba. Haciendo alusión a Sun Tzu, general chino del siglo V a.c.; quien en su libro *El arte de la guerra* (2015) revela que es necesario un claro conocimiento del arte del combate, ya que de esta manera, quienes dominen este principio someterán a sus contrincantes sin pelear, que la máxima habilidad será salir victoriosos sin derramar una sola gota de sangre, ya que esto se logra frustrando los proyectos, programas y planes del contrincante. Es de gran relevancia que muchos años después de las palabras de Sun Tzu, el Dr. Jigoro Kano conservara una idea y la apropiara como un principio fundamental en el cual se regía su proyecto; ya que como verá más adelante, el judo hace alusión a la práctica de mayor efectividad con el mínimo esfuerzo, lo cual refuerza ambas perspectivas por el cual se maneja esta disciplina.

Se puede considerar al judo como el arte del desequilibrio, pues sus principios de combate se centran en el mismo, pues como sea ha considerado, busca obtener el mayor resultado con el mínimo esfuerzo, haciendo para ello, un principio efectivo en la vida cotidiana.

1.2. Filosofía del judo

Es importante señalar los principios mediante los cuales, expertos en la materia, nos mencionan que se deberían implementar para la enseñanza correcta del judo, ya sea a niveles de clubes o escuelas y en sus respectivos niveles de enseñanza, de manera competitiva o de recreación.

A continuación, se muestran los principios fundamentales que según Figueroa (2004) comprenden la filosofía del judo:

- a) El mínimo esfuerzo y la máxima eficacia: cabe mencionar que el judo no puede considerarse como un deporte violento, puesto que dicho deporte carece de agresiones físicas como los golpes con cualquier parte del cuerpo, es decir, se ocupa la técnica para utilizar la fuerza del oponente, como su peso, movimiento o velocidad para convertirla en el desequilibrio y por consecuencia el derribe del rival. Podría decirse que la biomecánica en el judo se centra en aplicar un esfuerzo menor para poder potencializar al máximo la eficacia, eso se logra empleando el método adecuado, con el talento y la habilidad que solo el entrenamiento y la práctica constante otorgan al individuo.
- b) Satisfacción mutua: si bien es cierto que muchas veces se tiene una creencia errónea de que una disciplina debe ser rígida para así creer en la validez de su enseñanza; pero cabe resaltar que la práctica del judo debe tener sí, un cierto grado de seriedad, pero como elemento fundamental debe existir un gozo en su enseñanza-aprendizaje, ya sea en la interacción con los compañeros, el maestro con los alumnos y viceversa. El judo se constituye como un arte eficaz con satisfacciones mutuas. Cabe señalar que Figueroa (2004) hace hincapié a que si alguien está sintiendo un grado de incomodidad, tensión o algún temor, es porque posiblemente algo no

está bien dentro de las instalaciones y es motivo para que se haga una profunda valoración de la situación para así, buscar una solución lo más pronto posible, con la finalidad de que esto no afecte en la motivación a los alumnos que comprenden dentro de la institución y disciplina; puesto que el judo no fue creado para ser un nido de tensiones ; más bien, es una válvula de escape para liberarse de ellas y encontrar un equilibrio entre cuerpo y mente.

- c) Reigishido y Bushido: este principio se focaliza en la formalidad y los protocolos del judo y su respectiva práctica, las cuales se remontan a las antiguas tradiciones y enseñanzas del pueblo japonés, tales son en base al civismo, ética, la conducta, el respeto, sencillez, cortesía, humanismo, entre otras. Es importante resaltar que dentro de este punto se establece un código moral. Cabe destacar que los practicantes de esta disciplina se rigen mediante un código moral el cual es base para un óptimo desempeño y crecimiento psicológico, pues estos ayudan a formar el carácter del individuo. Dicho código moral comprende los siguientes valores:
- *Cortesía*: es el respeto o ceder ante los demás.
 - *Coraje*: regirse por la justicia.
 - *Honor*: fidelidad a la palabra dada.
 - *Sinceridad*: expresarse sin disfrazar el pensamiento.
 - *Modestia*: es hablar de uno mismo sin orgullo.
 - *Respeto*: la base de la confianza.
 - *Autocontrol*: saber callar cuando sube la ira
 - *Amistad*: ayudar y servir a otros.
- d) Educación Física: el judo es un excelente sistema de cultura física. Cabe señalar que este deporte prepara las articulaciones, ligamentos, músculos, la oxigenación del músculo, crecimiento de la masa muscular, tonifica, proporciona elasticidad, brinda una mejora en la autoestima, entre tantos beneficios. Cabe mencionar que las características psicológicas van de la mano con esta disciplina, mencionábamos que mejora el autoestima de sus

practicantes, fomenta la disciplina, coordinación psicomotora, reflejos, manejo de emociones, toma de decisiones, etcétera.

- e) Arte y ciencia del judo: es el último principio que menciona Figueroa (2004) en cuanto a la correcta enseñanza del judo, este principio muestra la biomecánica en las cuales se centra las técnicas empleadas, los principales fundamentos dinámicos de los movimientos o formas, los métodos de trabajo, estilo, tiempos, ataques, defensas, tipos de entrenamientos, todo aquello que comprenda de manera estructurada la enseñanza y práctica de este deporte.

1.3. El judo como deporte

El judo se caracteriza por ser un deporte con altas demandas de exigencia física, a pesar de los principios que se hacen mención anteriormente (máxima eficacia con mínimo esfuerzo), se considera de gran exigencia física.

Se clasifica como un deporte de mayor demanda física por el desgaste que se produce en un combate de esta disciplina, y a su vez, también en toda la energía empleada en su práctica diaria, factores como la fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, repetición de los ejercicios por tiempo, llevan al atleta a un grado de desgaste físico considerable.

En el aspecto mental, al ser un deporte de alto impacto, existen otras demandas de índole psicológica, tales como la concentración, la seguridad en sí mismo, fortaleza mental, toma de decisiones, planeación estratégica a la hora de práctica en competición.

Cabe resaltar que es imposible lograr resultados relevantes en competición dentro de este deporte sin la ayuda de un equipo que apoye, forme, guíe y motive a cada vez ir más allá de los resultados obtenidos con anterioridad. De estas necesidades surgen los códigos morales que rigen a los practicantes de dicha disciplina, alguno de ellos implícitos, tales como el compañerismo, el respeto tanto a los compañeros como a los rivales, sacrificio, solidaridad, lealtad al equipo, compromiso, dedicación, empeño, esfuerzo, amor, entre tantos valores que nos acompañan

(pues también como practicante de judo) al poner de manifiesto este deporte en nuestras vidas, enseñándonos una manera propia de conocernos a nosotros mismos y mantener un equilibrio dentro de lo cotidiano.

Como ya se ha mencionado con anterioridad, el judo es un deporte en el cual el deportista aprende a sentirse identificado con él, y a buscar alcanzar cada uno de sus objetivos, guiados de la mano de su maestro y compañeros que fungen como equipo y dan un sentido de pertenencia al individuo.

A grandes rasgos, lo que se puede decir de este deporte es que se considerara como un sistema ecléctico, esto partiendo de la idea y tomando como referencia a lo que Figueroa (2004) menciona que el judo tiene la particularidad de ser de las pocas disciplinas que aglutinan el tipo de técnicas de lances y proyecciones, la retención del adversario en el suelo, palancas a articulaciones y estrangulaciones, así como golpes, torceduras, dominio, saltos, y pérdida de conocimiento, coordinación, y armonía de movimientos.

En la modalidad de competición para ganar en judo es indispensable utilizar la propia fuerza del adversario para derribarlo mediante técnicas de desequilibrio, en caso de no concretar eficazmente un derribe para así lograr vencer al contrincante, se utilizan técnicas de suelo para lograr la sumisión o inmovilización por veinte segundos; todo esto sucede en un round de cinco minutos.

Estos conocimientos generales de lo que se ejerce dentro de la práctica del judo, abren el panorama a la comprensión de este deporte, y brindan con mayor grado de certidumbre qué proponer a lo largo de este proyecto.

Cabe señalar que no solamente con esta propuesta se busca que el deportista sea mejor en lo que hace dentro de su dojo (gimnasio designado a la práctica del judo) o en competición, sino, que también sea capaz de incrementar su salud mental, en poder aprender a sobrellevar todas esas emociones negativas que surgen a lo largo del tiempo de práctica y que generan un grado de frustración dentro de los involucrados en el contexto.

1.4. El judo en México

Acorde con Saucedá et. al. (2016) el judo en México se inició en el año de 1953 por el profesor Daniel Flores, este mismo fue el encargado de impartir las primeras clases de judo en el *Club Deportivo Hernández*. Dicho gimnasio de judo es considerado la cuna del judo mexicano. Durante el mismo periodo de 1953 se fundó la asociación mexicana de judo con características de federación. Mediante el *Club Deportivo Hernández* nacen en el aspecto deportivo los competidores más distinguidos de esa época, así como los primeros cinta negra tales como Félix Sosa, Federico Delon, Rafael Navarro, Gabriel, Salvador Goldschmied, Angel Tavisón y Antonio Márquez.

El judo dentro de la BUAP está alineado a la asociación de judo del estado de Puebla la cual está incorporada a la federación mexicana de judo, la cual se encuentra afiliada a la unión panamericana de judo y esta última en asociación a la federación internacional de judo. El reglamento está establecido por la federación internacional de judo.

CAPÍTULO II

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Para familiarizarse con esta perspectiva, y poder dar paso a lo que la motivación refiere desde la psicología del deporte, es de vital importancia hacer un breve recorrido sobre los aspectos generales que comprenden dicha rama de la Psicología, para así comprender de manera más digerible lo que se está enfatizando a lo largo de este proyecto de tesina.

A continuación, se dará una reseña sobre los fundamentos de la Psicología del deporte.

2.1. Fundamentos de la Psicología del Deporte

Se puede aseverar que muchos deportistas y equipos deportivos detectan la urgencia de implementar a psicólogos del deporte dentro de sus cuerpos técnicos correspondientes; ya que en la mayoría de los casos comprenden que esto beneficiará a gran escala su desempeño deportivo.

Brevemente, se hace mención de algunos casos en los cuales el psicólogo del deporte ha sido la pieza clave para alcanzar el éxito deportivo.

Uno de los casos más mencionados respecto al reconocimiento a un psicólogo del deporte que menciona Cox (2010) fue en 1998 a un psicólogo del deporte (cuyo nombre no se encuentra referencia en dicho texto) quien recibió mérito de haber influido en una decisión crucial en darle la oportunidad de seleccionar a Peyton Manning en lugar de Ryan Leaf en la designación de futbolistas profesionales en el año de 1998, esto sin duda marcaría el ascenso de la motivación y resultados en el jugador Manning, quien brindaría sus servicios para los Indianapolis Colts; después de este suceso, el jugador saltó al estrellato, el punto más alto de su carrera. Aunque este deporte es diferente a la disciplina que se aborda en este proyecto, es un claro reflejo de los buenos resultados que se obtienen implementando esta rama de la psicología.

Pero este caso sin duda hace preguntarnos, ¿cuál es la función que debería desarrollar un psicólogo del deporte? ¿es acaso la psicología del deporte un

servicio exclusivo de la individualidad? ¿puede la psicología del deporte darse abasto para brindar un servicio personalizado en equipos e instituciones? ¿qué significa o qué función desempeña la psicología del deporte? Si bien, para responder tales cuestiones es necesario hacer referencia a lo que autores expertos en el área nos puedan brindar al respecto.

Cox (2010) hace mención que el objetivo de ofrecer un servicio en psicología del deporte a cada persona que lo solicite, es una tarea muy complicada, inclusive, poco realista. En contraste con ello, el autor sigue mencionando que una alternativa para dar solución a una problemática a esto es instruir a los entrenadores y deportistas para que actúen como sus propios consejeros, y así ellos pudieran entrenar entre sí.

Podría decirse que siguiendo la perspectiva de Cox (2010) deja en claro cuál es la función del psicólogo del deporte, la cual, podríamos decir que se define de la siguiente forma: La función del psicólogo del deporte debe ser enseñar a los clientes a enseñarse y aconsejarse a sí mismos en cuanto a las actitudes y toma de decisiones en el ámbito deportivo al cual se refiere.

Entonces, teniendo esclarecida la función del papel que debería desempeñar el psicólogo del deporte, nace la pregunta base de este subtema: ¿cuál es el concepto de psicología del deporte?

A continuación se dará pie a conocer más de ello:

“La psicología del deporte es una rama de la psicología en la que se aplican los principios de la Psicología en el ámbito del deporte o la actividad física” (Cox, 2010).

En base a lo que Cantón (2010) habla sobre el término de psicología del deporte, mencionando que dicha disciplina no forma parte de un área de conocimiento dentro de la ciencia psicológica, sino que es solo un campo de actuación profesional. Es decir, lo que caracteriza de gran manera a esta disciplina es la

orientación aplicada a una faceta de la actividad humana; es un ámbito de intervención de una actividad aplicada.

Es efectivo abordar a Weinberg y Gould (1996) citados por Cantón (2010) quien hace mención sobre la psicología del deporte, ya de algunos años, pero con una base distinguida en lo que a la definición refiere y dan su opinión al respecto:” es un área de la psicología aplicada que se centra en el estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física.”

¿Entonces la psicología del deporte es solo un área que se focaliza en el campo de la actividad física?

Pues bien, en una definición más actualizada, referente a lo que implica la psicología del deporte, se aborda lo que dice Moreno (2013) al respecto; pues señala que la psicología del deporte es la ciencia que se ocupa de todos los aspectos psíquicos del comportamiento presente en toda actividad física o deportiva.

A su vez, es importante subrayar que aunque los distintos autores brindan una definición muy específica en cuanto a la psicología del deporte se refiere, sin embargo, es necesario hacer hincapié a lo que es la verdadera psicología del deporte en base a lo que Cox (2010) menciona que una verdadera psicología del deporte va más allá de interesarse o focalizar toda la atención al plano deportivo; sino, considera al deporte como un medio para que el ser humano pueda crecer y enriquecerse psicológicamente.

Entonces, retomando la función del psicólogo del deporte con las bases establecidas, podría considerarse que el profesional de la psicología debe ayudar al individuo en el plano deportivo a alcanzar su máximo potencial como deportista; haciéndolo ver que el desarrollo y la confianza como deportista, no solo depende de los resultados obtenidos, sino, el desempeño que se obtiene durante su trayecto de aprendizaje y práctica, lo cual ayudaría a mejorar la motivación intrínseca, que en un tiempo determinado, obtendría los resultados deseados.

2.2. Breve reseña histórica sobre la Psicología del Deporte

Hablar de psicología del deporte para muchos es algo fuera de lo común, puesto que existen grandes incógnitas en diversos psicólogos en formación al abordar esta temática por el escaso o nulo conocimiento del tema.

Si bien es cierto que es una rama de la psicología relativamente joven, se puede tomar como referencia lo que Cantón (2010) menciona al respecto sobre los orígenes de esta fascinante disciplina de la psicología.

Cantón (2010) afirma que fueron los propios deportistas y cuerpo técnico quienes demostraron un gran interés constante por tener noción de cómo es el funcionamiento de los procesos psicológicos en todo lo relacionado a la actividad que el sujeto realiza en su respectivo deporte. Además de cómo aprender a controlar sus propios pensamientos, emociones para así poder incrementar y/o mejorar su rendimiento y nivel de competición.

Cabe señalar que la psicología del deporte en sus inicios solamente era impartida en centros educativos cuya formación académica era exclusiva con las ciencias del deporte; esto se implementó dentro de la década de los 80.

En el ámbito de la investigación, en los principios de esta rama de la psicología, la psicología del deporte, se realizaban estudios descriptivos que tenían como objetivo dar respuesta a las problemáticas específicas de los deportistas; lo que dio pie al desarrollo de la investigación de carácter básico el cual fortalecería a las aplicaciones correspondientes.

Contemporáneamente podría aseverarse que la psicología deportiva ha dado pautas para ser aplicables en diversos ámbitos, los cuales comprenden en:

- Programas deportivos: dirigidos a mejorar el estado de salud de determinados grupos.
- Programas para el desarrollo de actividades físico deportivas: adultos mayores o etapas infantiles.

Cantón (2010) señala que la psicología del deporte, al ser considerada como un campo de aplicación, al paso del tiempo ha desarrollado un amplio repertorio de subcampos que funcionan como áreas de intervención dentro de la propia psicología del deporte, a lo cual, se han ido abriendo diferentes áreas de conocimiento y manteniendo un complemento de distintos enfoques de la psicología, desde la psicobiología hasta la psicología organizacional. Esto ha contribuido de forma óptima, puesto que permitió brindar una formación especializada, ya que los contenidos eran de mayor peso y relevancia; un contenido propio de la psicología, es decir, permitió brindar una oferta especializada de manera amplia.

A principios del siglo XXI se puede notar una gran distinción (hablando de la evolución de esta disciplina) que tuvo la psicología del deporte, puesto que ahora está reconocida por parte de entidades profesionales, académicas e instituciones públicas. Asimismo, es común encontrar organizaciones encargadas de la realización frecuente de encuentros científicos y profesionales, presencia de instrumentos de comunicación y difusión especializados (revistas, libros, páginas web), lo cual nos brindan un panorama favorable a la situación actual de la psicología del deporte, puesto que como podemos notar, se ha consolidado como una disciplina de respaldo y carácter científico.

En los aspectos más relevantes, se pueden señalar cosas positivas sobre la psicología del deporte. Primeramente y continuando con Cantón (2010), se enfatiza la demanda tan creciente por parte de las personas relacionadas al deporte, es decir, los atletas, equipos deportivos, cuerpo técnico, etc., tanto en estructuras de sector privado como organizaciones públicas. Actualmente no solo se busca la relación del psicólogo deportivo en el ámbito del crecimiento del nivel del atleta, sino, tiene como propósito considerar e implementar otras áreas, las cuales podrían ser las fases iniciales del aprendizaje deportivo (con una inclinación hacia la mejora de la motivación y el aprendizaje), manejo de estrategias para fomentar las habilidades sociales con la familia de los deportistas (implementando una psicología de tres niveles que trabaje en conjunto con las

instituciones en las que el deportista se relacione), o dar una mejor perspectiva de cómo brindar un mejor servicio referente a una institución deportiva.

Cabe destacar que el psicólogo del deporte actualmente es el profesional que ha desarrollado métodos, técnicas e instrumentos de evaluación específicos que son de gran utilidad para hacer valer su validez.

Para concluir con este breve repaso sobre la psicología del deporte y su trayectoria, es importante reforzar las funciones del psicólogo del deporte en sus respectivos niveles de intervención, tomando en cuenta los puntos de vista que los siguientes expertos en el área nos exponen.

Con referencia a lo que el COP (2006) menciona sobre los ámbitos de actuación del psicólogo del deporte son:

- Deporte de alto rendimiento.
- Deporte base e iniciación temprana.
- Deporte de ocio y tiempo libre.
- Poblaciones especiales.
- Organizaciones deportivas.

En cuanto a las funciones a desempeñar en psicología del deporte, se puede notar lo que el COP (2006) hace mención:

- Evaluación y diagnóstico: tests, cuestionarios, entrevistas, técnicas y procedimientos de auto-observación, registros fisiológicos.
- Planificación y asesoramiento: variables psicológicas, rendimiento y/o actuación, adherencia a la actividad, consecución de objetivos, habilidades sociales.
- Intervención: directa (entrenamiento psicológico), indirecta (diseño y aplicación de estrategias psicológicas).
- Educación y/o formación: actividades regladas (cursos entrenadores, capacitaciones, posgrados), actividades no regladas (conferencias, encuentros deportivos).

- Investigación: básica y aplicada.

Abordado el campo de la psicología del deporte, para comprender su definición, funciones y niveles en los que se desempeña, es oportuno revisar lo que la psicología del deporte en México ha llevado a cabo, con la finalidad de obtener una visión más clara de su contexto histórico, y seguir dando posterioridad a lo que se aborda acerca de la motivación, pues esta, será de gran contraste y a su vez, complementaria a las teorías motivacionales correspondientes que se abordarán lo largo de este proyecto.

2.3. La Psicología del Deporte en México

Si bien es necesario dar un panorama general de la psicología del deporte para conocer a cabalidad qué comprende y exista un claro conocimiento de la misma, es de vital importancia mencionar los aspectos históricos más relevantes que marcaron el rumbo de esta disciplina en el contexto mexicano hasta hoy en día, para así sustentar correctamente nuestra propuesta.

Durante la década de los 60, según con Velazco y Talavera (2015), esta rama de la psicología tiene sus orígenes en el deporte mexicano, específicamente en el balón pie, con el trabajo de Isidro Galván, quien incorporó dentro del plano deportivo la atención psicológica en el Club Deportivo Cruz Azul y en la Selección Mexicana que representaría a la nación en los juegos olímpicos de México 1968.

Como es de esperar la reacción a lo desconocido por parte de los medios informativos y los propios deportistas no comprendían la intervención aplicada por Isidro Galván según señala Rodríguez y Morán (2010).

En la década de los 70, es específicamente en el año de 1976 cuando el Dr. Octavio Rivas (quien es considerado pionero de la psicología del deporte en México) aportó a la psicología en el campo deportivo la utilización del análisis transaccional durante su estancia en el equipo de futbol de los Pumas en la cual consolida su trayectoria y credibilidad de función hasta la década de los 80, etapa en la cual el club toma una importancia a nivel nacional y surgen deportistas de

renombre y alto nivel de competición, tales como los casos de Hugo Sánchez, Manuel Negrete y Luis Flores. (Velazco y Talavera, 2015).

Rodríguez et al. (2010) mencionan al Dr. Rivas como el pionero en cuanto a impartir en México a finales de los años 70 la clase de Psicología aplicada al fútbol, como asignatura esencial en la formación de directores técnicos en el centro de capacitación de la federación mexicana de fútbol.

Aunque este proyecto de tesina no se centra en la disciplina del fútbol, es de suma importancia enmarcar los aspectos relevantes que fundamentan los orígenes de la psicología del deporte en el contexto mexicano, para así, tener un conciso esclarecimiento conceptual del mismo.

Velazco y Talavera (2015) mencionan que en la década de los 70, específicamente en el año de 1978, las instituciones de educación comenzaron a implementar contenidos que ayudaran a fomentar la cultura de la psicología del deporte. Un dato de referencia que es de suma importancia destacar es que en este mismo año se organiza el primer simposio internacional de psicología del deporte, el cual contaría con la presencia de psicólogos expertos en el área, tales como Ronald M. Bale, Andrew W. Mayers y Richard Suinn, dicho simposio contaría como sede y apoyo incondicional de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Dicho simposio serviría para fortalecer la estructura académica y profesional que le otorga sustentabilidad al profesional de la psicología del deporte

La década de los años 80 se destaca por ser la encargada de marcar los inicios de la estructura tanto curricular como teórica, referente a la psicología en el campo deportivo.

Algo que hace referencia a lo destacable fueron las bases que nos dieron la formación para la psicología del deporte. En el coloquio titulado *psicología aplicada al deporte*, se celebraría en 1981 en la sede de la facultad de psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), en el cual organismos

gubernamentales tales como el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y Promoción Deportiva del Distrito Federal. (Velazco y Talavera, 2015).

La Dirección General de Actividades Deportivas de la Universidad Nacional Autónoma de México fue la encargada de darle seguimiento a esta iniciativa de la cultura de la fomentación de la psicología del deporte, la cual, durante el periodo de 1982 a 1984, brindó una serie de cursos centralizados a los entrenadores deportivos. Fue hasta 1987 que la misma Dirección General de Actividades Deportivas de la Universidad Nacional Autónoma de México brindaría el primer diplomado en Psicología del Deporte, el cual tenía una durabilidad de 300 horas, este mismo estaba bajo la supervisión de la Psicóloga Martha Heredia.

Otro panorama en torno al campo de la psicología deportiva surgió en la Universidad de Guadalajara, la cual implementó como materia el nombre de la misma rama de la Psicología en la Licenciatura de Cultura Física y Deporte.

Según enmarca Rodríguez y colaboradores (2015) en 1987 se establece la Sociedad Mexicana de Psicólogos del Deporte, la cual fue impulsada por el psicólogo Guillermo Dellamary, quien pautaría mediante su revista llamada Psicosport, la evolución de la psicología del deporte mediante la ejecución de una serie de actividades a profesores de educación física y psicólogos (primeramente en el estado de Jalisco), en la cual, también solía abordar temáticas con un enfoque especializado hacia el rendimiento.

El 13 de diciembre de 1988 por decreto oficial de la Secretaría de Educación Pública (SEP) se crea la Comisión Nacional del Deporte (CONADE) bajo la finalidad de brindar y dar difusión mediante la promoción a la cultura deportiva, la cual tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida y formar deportistas de calidad y éxito deportivo. (Sánchez, 2013).

En acorde a lo que Velázquez y Talavera (2015) mencionan, la investigación en psicología del deporte era nula, limitándose a solo algunas tesis y pocos libros, tal ejemplo como la publicación titulada Tiempo y Espacio, publicado por el mismo Guillermo Dellamary, presidente de la Sociedad Mexicana de Psicólogos del

Deporte, quien en su aportación literaria, hace referencia al acercamiento psicosocial al futbol.

Un rasgo muy particular que hacen referencia Velazco y Talavera (2015) es que las bases reales de la psicología del deporte son en el plano de las sociedades deportivas y no específicamente en el ámbito educativo y universitario, pues si bien es cierto, los deportistas mismos fueron los que reconocieron la necesidad de implementar a la psicología misma dentro del campo en el que ellos independientemente se desarrollaban, puesto que esto hace denotar que existían muchísimos huecos en el plano de la formación oficial de psicólogos especializados en el área debido a la inaccesibilidad a la información extranjera y la inexistencia de posgrados y maestrías en el país, además de que la renovación de la materia recién iniciaba, sin olvidar las bases de la psicología general.

La psicología del deporte en la década de 1990 se destaca porque en ella se marcan sucesos de mayor grado de relevancia referente a la demanda de dicha rama de la psicología, dando así otra cara a la misma en el plano de la práctica, investigación y difusión.

A principios de la década de los 90 se generó la Dirección de Medicina y Ciencias Aplicadas como una parte complementaria de la Comisión Nacional del Deporte, la cual se convirtió en un espacio óptimo la desempeñar la función del psicólogo del deporte, el cual era el encargado de impartir temas relacionados al Alto Rendimiento. Esto llegó a consolidar el Departamento de Psicología del Deporte, el cual estaba dirigido por la Psicóloga Cristina Fink, en el cual dicho departamento conformado por psicólogos enfocados en el ámbito deportivo, se involucrarían directamente con la selección mexicana que participaría en el proceso olímpico de Barcelona en el año de 1992. (Velazco y Talavera, 2015).

Posterior a ello, se destaca la fundación de la Maestría en Ciencias Aplicada al Deporte en 1990 en la Universidad Autónoma de Chihuahua dentro de la Facultad de Educación Física y Ciencias del Deporte, este programa se destaca por ser el

pionero en presentar áreas que favorecen la especialización en Psicología del deporte. Las cuales se pueden mencionar a continuación:

- administración del deporte.
- biología del deporte.
- psicología del deporte.

Un punto a recalcar y que es de gran interés para la investigación, es que la psicología del deporte incursionó en el área científica por parte de María del Rocío Hernández, quien en apoyo con el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) y la Comisión Nacional del Deporte (CONADE), desarrolló su investigación enfocándose en atletas mexicanos y extranjeros durante los juegos del Caribe en la década de los 90, en el cual su estudio evaluaba la “Personalidad Tipo A” de los atletas; dicho estudio sería el primero en focalizar el grado de rendimiento de los deportistas. (Velazco y Talavera, 2015).

El primer encuentro nacional de psicólogos deportivos tuvo cita en el Centro Nacional de Medicina y Ciencias Aplicadas al Deporte en el año de 1991, según señala Velazco y Talavera (2015), lo cual marcó y estableció un avance significativo en las áreas psicológicas, nutricionales y médicas, dichos avances se vieron estancados por el recorte que hizo el gobierno al presupuesto de la Dirección de Medicina y Ciencias Aplicadas, esto debido al fracaso de la delegación mexicana en los juegos olímpicos de Barcelona.

Para el proceso olímpico de Atlanta 1996, la intervención psicológica solamente se brindó solo en algunas selecciones nacionales por profesionistas de la psicología que dependían del Comité Olímpico Mexicano.

A un punto de vista personal, se expone la existencia de una creencia errónea en la cultura mexicana, y esta es que las cosas se logran fácil y rápido; no se respetan los espacios de tiempo y práctica que se necesitan para desarrollar e implementar una metodología de trabajo que pueda facilitar el progreso del deporte, podría llamarle a esto como la cultura de lo desechable, tirar o restarle valor a lo que en poco tiempo no nos brinda un resultado, lo cual sin duda, no

permite focalizar ni alcanzar metas claras y reales, pues se desecha un proceso al primer error, sin recordar que estos nos sirven para perfeccionar y seguir creciendo desde el interior.

Siguiendo con Velazco y Talavera (2015), en el año de 1997, Guillermo Dellamary es nombrado Vicepresidente de la Sociedad Internacional de Psicología del Deporte (durante el periodo de 1997-2001), y por petición de Claudia Rivas (promotora de la Psicología del Deporte e hija del pionero de la Psicología del Deporte en México) se lleva a cabo el segundo encuentro nacional de psicólogos del deporte el cual tiene como sede el Centro Ceremonial Otomí en el Estado de México.

En 1998 Claudia Rivas con el apoyo de colaboradores la PSIDAFI, llevarían a cabo el primer congreso internacional de Psicología del Deporte en la Ciudad de México, donde hubo participación de exponente de España, Estados Unidos, Canadá y México; dicho congreso estableció las bases para formar el inicio de la Maestría en Psicología de la Actividad Física y el Deporte en la UNED, la cual daría como resultado la primer generación de Psicólogos del deporte con título de Maestría en México. (Velazco y Talavera, 2015).

El 18 de agosto de 2000 se conformó la PSIDAFI (Sociedad Mexicana de Psicología del Deporte y de la Actividad Física) la cual, sustituyó a la Sociedad Mexicana de Psicólogos del Deporte la cual cesó sus actividades en 1999. Dicho de otra manera, la PSIDAFI tienen como objetivo primordial “conformar un grupo sólido de profesionales del deporte, capaces de generar acciones que impulsen el ejercicio profesional y la correcta aplicación de la Psicología del deporte y de la actividad física en México” (Rodríguez y colaboradores (2010) citado por Velazco y Talavera, 2015).

Sin duda conocer las aportaciones y con ello la trayectoria que ha sumado la psicología del deporte al paso de los años, podemos darnos una perspectiva de lo que hoy se consolida como la misma, desempeñando roles establecidos en función a las necesidades que se presentaban de manera inmediata en los

deportistas de las diferentes disciplinas según las instituciones deportivas para las cuales regían.

Velazco y Talavera (2015) siguen haciendo mención que en los años 2000 y 2004, en los respectivos juegos olímpicos (Sídney y Atenas) se implementó el proyecto CIMA (Compromiso Integral de Médico con sus Atletas), el cual a cargo de Cristina Fink, buscaba colocar psicólogos del deporte en diferentes recursos o papeles a desempeñar, para enfatizar el trato a los deportistas de alto rendimiento que participarían en el proceso olímpico respectivo. A su vez, instituciones y asociaciones deportivas según menciona Rodríguez (2010) comenzaron a incorporar psicólogos del deporte para el trabajo con jugadores de fútbol en el plano de fuerzas básicas.

Fue también en esta década donde reside el punto máximo de la psicología del deporte, puesto que existe una demanda creciente en la realización de congresos y conferencias a lo largo del territorio nacional, lo cual es un indicador primario de que en México hay un interés real en esta disciplina y es necesario seguir abordando este tema con la finalidad de difundir nuevos contenidos que permitan actualizar y mejorar la calidad de vida en función deportiva.

Por señalar fechas y sucesos como lo hemos venido haciendo con anterioridad basándonos en Velazco y Talavera (2015) podemos enmarcar que fue el 20 y 21 de octubre del año 2001 cuando se organizó el Cuarto Congreso Internacional de Psicología del Deporte por parte de la AMPD (Asociación Michoacana de Psicología del Deporte) el cual se celebró en Morelia, Michoacán, teniendo como objetivo reforzar la Psicología del Deporte en México de una manera eficiente, esto siendo a través de los contenidos que se implementaron en dar a conocer estrategias de intervención, materiales a implementar en el área de trabajo, técnicas aplicables en función a la tarea a desempeñar y el campo de la investigación que se ha desarrollado al paso del tiempo en el ámbito deportivo; así como la posibilidad de integrarla a un campo multidisciplinario en el campo de la psicología.

Los congresos posteriores y de gran peso que marcarían una pauta de gran relevancia dentro de la psicología del deporte serían El Quinto Congreso Internacional de Psicología del Deporte, el cual tendría lugar en el año de 2003 organizado por la PSIDAFI con sede en Toluca. Y en el año de 2007, el sexto congreso internacional de Psicología del Deporte y la Actividad Física con sede en Monterrey, con apoyo de la PSIDAFI y la UANL, fue todo un éxito, asegura Rodríguez et al. (2010).

Por otra parte, en la Universidad Jesuita de Guadalajara, se implementan los congresos en psicología del deporte, tal es el caso del Primer Congreso de Psicología del Deporte ITESO y el Segundo Congreso de Psicología del Deporte y Salud Universitaria en el año 2003. Cabe resaltar que dicha universidad se expandió a las jornadas de Psicología del Deporte y Actividad Física, en los años de 2004 y 2005 en el estado de Jalisco. (Rodríguez et al. 2010).

Otro congreso que se enmarca es el Primer Congreso SIPD que se llevaría a cabo en las fechas del 11 al 18 de septiembre de 2006 en Guadalajara, el cual se implementó un marco ideal para así poder detectar las necesidades reales en la psicología del deporte, y concientizar de las limitaciones de la actuación de la misma.

En el plano de la investigación y las publicaciones más relevantes de la psicología del deporte en México, es necesario rescatar textualmente lo que Rodríguez et al. (2015) mencionan al respecto.

- En el 2001 la ITESO publicó el libro *Estrés en el alto rendimiento*, bajo la autoría de Luis Gustavo González
- La Revista de Psicología del deporte hace la publicación del artículo con el título *Intervención psicológica en adiestramiento ecuestre*. Bajo la edición de Claudia Rivas, quien a su vez en 2002 mostraría otro artículo de suma importancia titulado: *Intervención psicológica en deportistas paralímpicos*.
- En 2005 se publica el libro compilado *Alto rendimiento, psicología y deporte*, el cual es escrito por Marcelo Roffé.

- En 2005 la Facultad de Psicología de la UANL publica el libro: *la actividad física y la psicología del deporte*.
- En 2006 se publica el cuaderno de psicología *la magia del esfuerzo: restos y bienestar emocional en el deporte*, el cual es escrito por Arturo Alba.
- Edición de la revista científica de máxima importancia *Revista de ciencias del Ejercicio*, la cual surgió en la Facultad de Organización Deportiva de la UANL”.
- Séptimo Congreso Guadalajara 2008 *Sumar para crecer*, el cual se llevó a cabo del 10 al 12 de octubre con sede en ITESO, en el cual se abordaron las temáticas sobre rendimiento deportivo, la psicología del deporte para el entrenador de alto rendimiento, la iniciación deportiva, etcétera.
- Octavo Congreso Puebla 2009 *Inteligencia aplicada al deporte* con sede en el Complejo Cultural Universitario; en colaboración con el cuerpo académico de la Facultad de Psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Noveno Congreso Mérida 2010 *Por un país activo y un deporte competitivo* con sede en el Hotel Hyatt Regency de Mérida con la colaboración de la Universidad Autónoma de Yucatán.
- Décimo Congreso Guadalajara: *Estudio de las variables psicológicas implicadas en los juegos Panamericanos* el cual se llevó a cabo en junio de 2011 con sede en el ITESO, Universidad Jesuita de Guadalajara.

La conclusión expuesta en el artículo de Velazco y Talavera (2015) hace mención al panorama de la psicología del deporte en el contexto mexicano, la cual se puede considerar que denota una mala estructuración a pesar de las buenos propósitos que esta pueda tener, puesto que nos menciona que en México el psicólogo deportivo tiene una trayectoria aunque participativa, es tardía, en la cual, desde sus orígenes de su aparición, no se apoya sino se cuestiona, que no profundiza a plenitud en las cuestiones teóricas o investigativas, sino que solo busca implementar metodologías que den resultados positivos en escaso tiempo. Cabe señalar que se defiende la postura de plantear un trabajo multidisciplinario

del psicólogo deportivo en conjunto a deportistas, entrenadores y otros profesionistas involucrados, a fin de favorecer el proceso de motivación en el deportista, para que el mismo pueda alcanzar sus objetivos de una forma natural bajo el lazo de confianza y continuidad en el deporte correspondiente.

2.4. La importancia de la comunicación entre el psicólogo del deporte y el entrenador

Si bien es cierto, como aborda en el subtema anterior, es de vital importancia la existencia de un trabajo multidisciplinario en el cual se involucre al deportista en conjunto con el entrenador y el psicólogo deportivo, para así mejorar el rendimiento de cara a una competición. Se comprende a su vez que “la motivación de una persona puede ser sumamente compleja, contradictoria o puede diferir de acuerdo con sus necesidades”. (Gómez et al., 2015).

Una propuesta que es de gran relevancia fue estipulada por Sánchez (2017) quien expuso en el decimo ciclo de conferencias de cultura física y deporte una ponencia con titulada *introducción a la psicología del deporte*, en la cual menciona la importancia de conocer el perfil del especialista con el cual se trabajará en conjunto al deportista, haciendo mención en una formación específica en una licenciatura en psicología, el cual, de manera deseable y obligatoria, debería tener un acercamiento a la psicología clínica, especialización y gran interés en el deporte.

Cabe resaltar que Sánchez hace hincapié en lo que se menciona con anterioridad, sobre la formación del psicólogo del deporte, que este mismo, no solo se debe enfocar en el plano deportivo del atleta, sino, debe recordar que “el atleta es un ser humano”. (Sánchez, 2017).

Sánchez (2017) recalca la importancia de que el entrenador y el psicólogo deportivo establezcan una correcta relación de trabajo en conjunto para así lograr tener un objetivo esclarecido, el cual se debería trabajar desde la formación del deportista antes de su preparación ante una competición cercana, esto con la finalidad de tener una imagen del deportista, conocerlo y establecer estrategias

específicas que permitan a los entrenadores dejar de improvisar en la etapa de la competencia.

Asimismo, Sánchez (2017) hace mención que una correcta intervención comprende desde una correcta evaluación al atleta o con el equipo deportivo que específicamente se trabaja, mediante la realización de una entrevista con el deportista y entrenador, para de esa manera especificar los objetivos que se buscan lograr, después de ello se elabora una planeación acorde a los resultado y en base a esto se realiza un plan de trabajo.

A opinión personal, focalizar la parte de conseguir objetivos, es propio de que el psicólogo aclare al entrenador y deportista, que al trazar un lineamiento de metas, estas sean reales y de alcance en un tiempo aproximado, esto para favorecer la motivación y darle un respectivo seguimiento al crecimiento del deportista. Concientizar a los entrenadores que es un proceso evolutivo, y que los resultados se obtienen llevando como consecuencia un mismo ritmo, para así, rechazar la idea de los métodos desechables y fomentar la cultura de continuidad en los procesos.

Sin duda conocer la visión contemporánea y la importancia de implementar el trabajo multidisciplinario fomentará una mejor cultura deportiva, pues esto es parte esencial de la motivación, el interesarse en el individuo en el plano personal y lo que pudiera llegar a desarrollar con la estimulación adecuada, lo cual podría tomarse como un incentivo de afiliación. Se puede considerar como motivo de afiliación al “interés por establecer, mantener o restaurar una relación afectiva positiva con una o varias personas”. (Saavedra y Madrigal, 2015). Asimismo, interesarse en la integridad del deportista, no solo en el plano deportivo, reflejará los resultados en un tiempo determinado.

CAPÍTULO III

MOTIVACIÓN DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA GENERALIZADA

El punto de partida de este capítulo recae sobre el esclarecimiento del mismo concepto, pues es común escuchar con regularidad la creencia errónea de que la motivación es un rasgo de la personalidad, que solo reside en algunas personas y que otras claramente carecen de ella.

Lo que se puede decir acerca de la motivación es que se comprende como un grado de la influencia recíproca donde el individuo se ve involucrado. Cabe mencionar que cada persona tiene un impulso motivador distinto, y que la intensidad de la motivación varía según las situaciones.

En base a ello, diversos autores nos brindan su propia perspectiva referente al concepto de motivación, tales como podemos notar en seguida.

La motivación para Martínez-Salanova (2011) es el interés que muestra un individuo por su propio aprendizaje o las actividades que lo conducen a él, y esta misma se puede intensificar o disminuir en base a los elementos intrínsecos y extrínsecos.

Wolman (2010) hace referencia en que la motivación es el proceso considerado apetitivo en oposición a un proceso afectivo, que produce cambios en el ambiente que concuerdan con ciertas representaciones internas.

Por otra parte se hace referencia al concepto de la siguiente manera “motivación es considerada como el impulso que conduce a una persona a elegir y realizar una acción entre aquellas alternativas que se presentan en una determinada situación. La Motivación está constituida por todos los factores capaces de provocar, mantener y dirigir la conducta hacia un objetivo”. (Ribas, 2013).

Jara (2013) hace mención que la motivación es el conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad, la

intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y el rendimiento.

Olivero (2006) citado por Álvarez (2014) expone que la motivación es un sentimiento provocado por diferentes razones, como son las creencias, valores, intereses, miedos, y algunas fuerzas tanto internas como necesidades, intereses y las creencias; como externas, ya sea peligro o medio ambiente.

Haciendo un análisis a lo que plantean los diferentes autores en cuanto al concepto de motivación, se puede sustentar de una manera digerible que este término hace referencia a que la motivación es el resultado de un proceso en el cual están involucrados una serie de factores externos que guían la conducta a una meta u objetivo definido.

Cabe resaltar que para comprender mejor las bases teóricas de la motivación, es necesario realizar un proceso para revisar las fases que corresponden a lo que cada autor plantea en su respectiva teoría, asimismo, analizar la motivación desde una perspectiva más meticulosa, es decir, lo que la Psicología del deporte nos plantea al respecto, a su vez, dar a conocer la teoría motivacional que brinda David McClelland (1989) apegado a este proyecto, para así tener un contenido teórico fundamentado sólidamente.

En el siguiente punto se expone la visión que nos brinda la psicología del deporte referente a la motivación, que sin duda, es de gran relevancia para muchos de nosotros.

3.1. La motivación desde la Psicología del Deporte

En el área de la psicología del deporte, la cual se ha desarrollado de una manera óptima a favor del bienestar de quienes se sirven de ella, ha diversificado y acoplado a su enfoque múltiples teorías que focalizan sus cimientos en el estudio de la motivación.

Pero ¿qué dice la psicología del deporte acerca de lo que comprende como motivación? ¿qué factores juegan un papel importante dentro de la motivación?

Si bien es cierto “la motivación puede estar anclada en forma intrínseca en la persona. Pero también la motivación depende de condiciones externas”. (Hecker, 2015)

¿Pero qué se comprende por motivación intrínseca y extrínseca, y cómo es posible que estas funcionen de una manera adecuada? Para profundizar en ello, se aterriza este proyecto en una de las teorías más relevantes y que se ajusta al tema manejado con la finalidad de dar una sustentabilidad apropiada a las propuestas a desarrollar.

3.2. Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci

Es importante resaltar la teoría de la autodeterminación (Self-determination theory (SDT por sus siglas en inglés)) expuesta por Ryan y Deci (2000) la cual habla sobre los motivos que inician y mantienen la conducta de las personas; trata sobre el grado en que las conductas están autodeterminadas, es decir, “el grado en el que las personas realizan las actividades de un modo voluntario, en lugar de por presiones externas. Desde esta perspectiva teórica se proponen tres dimensiones de la motivación. De mayor a menor grado de autodeterminación serían las siguientes: la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la amotivación.”(León, Núñez, Domínguez, y Martín-Albo, 2013).

Dicha teoría explica que los seres humanos, considerados como organismos activos tienen tendencias innatas hacia el crecimiento personal, los cuales se implican de manera eficaz en el entorno en el cual les ha tocado vivir.

Cabe mencionar que dicha teoría marca una pauta bastante relevante, es decir, menciona que si el individuo en su interacción con el medio suele regular su conducta de forma voluntaria, lo cual favorece a su bienestar cotidiano. En contraste, si el ambiente actúa de forma rigurosa y controladora, esta tendencia innata se verá afectada desarrollando malestar. (Ryan y Deci, 2002).

Ryan y Deci (2002) mencionan que el individuo cuando se relaciona e interactúa con su ambiente, tiene una necesidad de sentirse competente desempeñando una función la cual le permita de manera eficaz, desenvolverse en el medio que le

rodea, a su vez, surge la necesidad de autonomía respectivo a su deseo de libre elección, lo cual, es el iniciador de sus propias acciones. Asimismo también surge la necesidad de estar en relación, o bien, sentir el deseo de pertenecer a un grupo, estar conectadas con las personas que rigen en él y recibir respeto y aceptación por ellas. Todo este conjunto de elementos hacen pleno desarrollo de la motivación auto determinada y del bienestar biológico según Ryan y Deci (2002).

Desde una perspectiva similar, haciendo referencia al contexto en el cual el individuo se ve relacionado, cabe destacar el punto de vista desglosado que nos exponen los autores Duda, Cummine y Balaguer (2005) al respecto de la satisfacción o frustración, las cuales están influidas por el ambiente social, específicamente por las figuras de autoridad. Resalta que cuando las figuras de autoridad asumen un papel controlador, obligando o imponiendo al individuo, comportándose de una manera autoritaria, exigencia exagerada, se genera un efecto contrario a la motivación, es decir que todas las conductas deseadas para obtener serán nulas. Sin embargo al apoyar la autonomía del individuo, fomentando la libertad, alentando al individuo a su toma de decisiones, la autonomía, competencia y relaciones sociales se ven favorecidas.

Para Ryan y Deci (2000) el apoyo a la autonomía connota como significado la disposición con la que un individuo con cierto rango de autoridad pueda situarse en el lugar de un miembro de menor jerarquía, para así poder detectar las necesidades, convertirse en un facilitador de contenido específico de cada miembro para la ejecución en su tarea, así como la capacidad de elección favorable.

Un aspecto relevante que ofrece la teoría de la autodeterminación es que distingue dos tipos de motivación, las cuales veremos a continuación:

1. Motivación autónoma: actuar con un sentido de vocación y con la percepción de que el sujeto es libre de elegir.
2. Motivación controlada: actuar con un sentido de presión, sentimiento de realizar una acción de forma obligatoria.

Se puede decir entonces que los deportistas que intrínsecamente están motivados participan en su respectivo deporte bajo las actitudes o sentimientos de diversión, se muestran interesados y satisfechos catalogándolo como inherentes a su actividad. En cambio, los deportistas que extrínsecamente están motivados llevan a cabo la realización de su actividad por las consecuencias de la misma, las cuales son independientes de la actividad correspondiente. Por otra parte, quienes no son motivados no poseen la intención de actuar ni están intrínseca ni extrínsecamente motivados. (Ryan y Deci, 2000).

En un estudio realizado por Balaguer, Castillo y Duda (2008) se tomó como base la teoría de la autodeterminación para analizar la importancia del clima motivacional establecido por el entrenador y el bienestar de los deportistas de competición, con el objetivo de puntualizar la percepción del apoyo a la autonomía que brindaba el entrenador, la cual favorecería la satisfacción de las necesidades básicas, las cuales se relacionarían positivamente con la motivación autodeterminada.

Los resultados respecto a la influencia de los factores sociales indicaron que “se establecen relaciones positivas entre la percepción del apoyo a la autonomía ofrecida por el entrenador y la percepción de autonomía y de relaciones sociales”. (Balaguer, Castillo y Duda, 2008). Estos resultados arrojan una respuesta bastante interesantes, pues mencionan que cuando los deportistas perciben a sus entrenadores como personas que ofrecen alternativas de elección y se sienten identificados y comprendidos por ellos, es más probable que se sientan que ellos mismos son la causa de sus propias acciones, lo cual sirve para desarrollar percepción de autonomía.

Además Balaguer, Castillo y Duda (2008) siguen haciendo mención que cuando el deportista percibe que el entrenador se comporta de forma empática y se sienten comprendidos y apoyados por él incondicionalmente, y no en función de los resultados que se obtienen, estos se sienten valorados por sus compañeros y se ven favorecidas sus relaciones sociales.

En cuanto a las características de competencia, autonomía y relación sobre la motivación autodeterminada, los resultados en el estudio de Balaguer, Castillo y Duda (2008) indican que las tres necesidades que actúan como buenos predictores, aunque cabe resaltar que la motivación autodeterminada arrojó puntajes más altos, lo cual sugiere que la necesidad de autonomía es la más importante para se desarrolle la motivación autodeterminada. Esto quiere decir que a mayor motivación autodeterminada, hay mayor satisfacción en la vida de los deportistas, puesto que tienden a valorizarse más, y con ello, cuando los deportistas de competición actúan con un grado de autonomía, brindando congruencia en sus acciones, favoreciendo el bienestar psicológico, puesto que el deporte se convierte en una práctica positiva teniendo influencia sobre la motivación autodeterminada, la autoestima y la satisfacción con la vida de los deportistas. (Balaguer, Castillo y Duda, 2008).

Es importante fomentar la motivación en los individuos, ya que como hemos considerado con anterioridad, y en base a lo que en un estudio realizado por Zamarripa, Ruiz, López y Garrido (2011) menciona que los individuos amotivados son incapaces de prevenir las consecuencias de sus comportamientos, es decir, no perciben la base de sus motivos, lo cual es desfavorecedor ya que dudan de sus acciones y probablemente desistan en el futuro.

Zamarripa, Ruiz, López y Garrido (2011) enmarcan tres tipos de amotivaciones, los cuales se exponen a continuación:

- *Amotivación por creencias de resultados:* surge cuando un sujeto cree que un comportamiento específico no será eficaz para lograr la meta deseada.
- *Amotivación por creencias de esfuerzos:* se origina cuando las personas creen, piensan o sienten que no podrán ejercer el esfuerzo sostenible para realizar y mantener un comportamiento.
- *Amotivación por creencias de valor:* emerge cuando la actividad o comportamiento a realizar no representa un componente integral en la vida de una persona.

Conocer los tipos de amotivaciones sirven para analizar dicha problemática y poder concretar estrategias de intervención claves para fortalecer la motivación, y evitar que sea un problema frecuente, no solamente en el campo de visión que nos aporta esta teoría, sino, tener panorama complementario de la misma que fortalezca los lazos conjuntos de una sinergia entre ambas perspectivas.

3.3. La motivación desde la perspectiva teórica de David McClelland

McClelland realizó uno de los estudios más importantes de la historia referentes al ámbito de lo motivacional, el cual sirvió para la construcción de su respectiva teoría; en las cuales se ven implicados tres motivos los cuales son las necesidades de logro, poder, y afiliación (teoría de las necesidades aprendidas).

Según McClelland (1989) todos los individuos poseen estas necesidades, sin embargo, hay una que se manifiesta más que la otra y con ello, esto sirve para determinar el comportamiento.

Antes de ahondar en la teoría de McClelland, es necesario enfatizar su concepto sobre la motivación misma. McClelland (1989) hace mención a la motivación como “las inferencias relativas a propósitos conscientes que hacemos a partir de la observación de conductas”. Asimismo, se resalta a cabalidad que la conducta es un factor esencial en la motivación, pues esta misma comprende desde el cómo inicia, es mantenida, dirigida e interrumpida.

Es decir, hay que visualizar todo lo que existe detrás de la conducta, tales como los determinantes de la misma y no solo hacer observación en el aspecto motivacional del sujeto. Dicho en otras palabras, notar lo que implica el proceso para tener como resultado una conducta enriquecedora que es consecuencia de un determinado periodo.

McClelland (1989) marca una pauta esencial para identificar y poder atribuir una correcta motivación a una persona. Esta se señala de la forma en observar un resultado, es decir, esta se halla conformada por la habilidad que tiene un individuo para la práctica efectiva en la realización de una tarea.

Una particularidad que señala McClelland (1989) en base a la motivación humana, son los propósitos conscientes, ya que estos los considera parte de tener, conseguir o realizar algo para alcanzar sus objetivos, es decir, lo que una persona hace consciente en efectuar una tarea específica se encuentra estrechamente relacionado con lo que hará; ya que los propósitos conscientes facilitan el aprendizaje.

Haciendo una pequeña observación en este punto a modo de ejemplificar este proyecto de tesina e ir dando sustentabilidad progresiva al mismo, se puede coincidir que cuando un deportista se encuentra focalizado en querer ser mejor durante su práctica, este mismo se esmerará en conseguir su objetivo con una mentalidad en el presente, visualizando un resultado favorecedor, comprendiendo el proceso que implica alcanzar dicha meta trazada; esto en suposición de que hay más probabilidades de realizar dicha meta de quien no lo estipula como objetivo.

Una problemática al señalar es que al centrarse en los propósitos conscientes no se analizan los procesos motivacionales con relación a esto, ya que se considera a los propósitos tanto conscientes como inconscientes el resultado de las variables motivacionales y no motivacionales.

Esto abre una vertiente bastante importante dentro de la teoría, la cual nos hace preguntarnos ¿por qué se encuentran influidos los individuos al fijarse un objetivo? Si bien, las respuestas de los sujetos pueden estar inclinados por las disposiciones de motivo, ya sea el incentivo que obtendrán al realizar una tarea de forma efectiva, las dificultades que implican la realización de una tarea (capacidad de resolución), la función adecuada a desempeñar, y también es vital la determinante ambiental, es decir, todo lo que influye o mantiene relación el individuo en el exterior. Esto en un principio fundamental no se debe confundir con las disposiciones de motivos que se producen en una situación determinada.

Acorde con McClelland (1989) estipula que el propósito de los determinantes predice la capacidad de elección en el aquí y el ahora, esto solamente cuando los

factores determinantes son conocidos y específicos, lo cual, tiene mucho menos valor para la predicción de resultados en la conducta a largo plazo cuando los determinantes no son tan fáciles de especificar.

En tanto a los propósitos inconscientes, pudiese decir que a la conclusión que establece dicho autor, es que lo que las personas manifiestan acerca de sus motivos debe ser aceptado literalmente, es decir, las personas suelen ignorar cuál es el motivo. McClelland (1989) señala la dificultad real de poder hacer un análisis motivacional bajo esta perspectiva, pues no lo considera algo convincente, ya que el pensamiento asociativo se halla bajo la influencia de las fuerzas motivacionales conscientes.

Si bien, ¿qué más se podría considerar para que el sujeto tenga el motivo de disposición que le permita efectuar una tarea de forma constante y cada vez de una manera más efectiva? Sin duda, es necesario mencionar el factor del incentivo que con anterioridad se abordó.

¿Qué se comprende por el término incentivo? Hace alusión a “aquello que mueve a desear o hacer algo. Puede tratarse de algo real como dinero o simbólico, tal como la intención de dar u obtener una satisfacción” (Aguilar et. al. 2016).

Dicho de otras palabras, el incentivo que se le ofrece a algo o alguien (personas, empresas, instituciones de cualquier índole) tiene como objetivo fundamental mejorar el rendimiento, el cual favorecerá con los resultados deseados.

Chiavenato (2014) hace referencia al incentivo como una recompensa, gratificación, tangible o intangible, a cambio de la cual las personas asumen su membresía en la organización (decisión de participar) y una vez en ella, aportan tiempo, esfuerzo y recursos personales (decisión de desempeño).

Es importante hacer mención a que la organización debe tratar de mantener un equilibrio en medida a los incentivos. Puesto que se puede suponer que como menciona Aguilar et. al (2016) cada persona aporta a la organización en la medida

que recibe los incentivos a cambio, tales como salarios, reconocimiento, promociones y premios.

Los incentivos son activadores de los motivos por ejemplo una forma de recompensar a las personas con alta necesidad de logro es hacer su actividad de forma bien, para una persona con alta necesidad de afiliación sería complacer o ayudar a alguien, y el del poder sería dirigir un grupo (Saavedra y Madrigal, 2015).

Así mismo, -una vez esclarecido el concepto incentivo- continuando con los motivos de disposición, se les considera a los mismos como “las diferencias individuales en la intensidad de los estados anticipatorios de objetivos o las redes de asociaciones establecidos en torno a los incentivos naturales.” (McClelland, 1989).

Tal argumento comprende la idea de que un sujeto, ya sea a través de estímulos o por sí mismo, puede obtener satisfacción en la realización efectiva de tareas que impliquen un cierto grado de desafío. Es probable que desarrolle un *motivo de logro*, el cual es fuertemente sustentado mediante las probabilidades de que se repitan las situaciones favorables en tanto a la satisfacción que conlleva realizarlas, por ende, habrá mayor frecuencia de las mismas.

Es importante hacer mención que las posibilidades que implican un grado de satisfacción se contemplan como objetivos, pues el individuo puede no saber el por qué de su esmero en la realización de sus tareas o funciones que desempeña.

En contraste a ello se puede mencionar que el objetivo del observador es darse cuenta del por qué trabaja el sujeto enérgicamente en torno a las funciones, hacerlo consciente de las posibilidades de encontrar satisfacción en la realización de las mismas y qué hacer para aprender de manera más acelerada lo que es necesario para obtenerla.

Se puede aseverar entonces que “los motivos impulsan, orientan y seleccionan la conducta” (McClelland, 1989; Redorta, 2011).

3.3.1. Motivo de logro

Para McClelland citado por Sánchez (2015) la motivación de logro se define como la tendencia a alcanzar el éxito en una situación que contemple la evaluación del desempeño de una persona en relación con estándares de excelencia, es un impulso por vencer desafíos, avanzar y crecer. Este tipo de motivación conduce a metas e impulsos más elevados, ya que las personas trabajan mejor y alcanzan adelantos más sobresalientes.

Entonces ¿cuál es la premisa para el motivo del logro? Si bien, el incentivo natural del motivo de logro es hacer algo mejor, es decir, implicando el actuar, ya sea el bien por sí mismo, por la satisfacción intrínseca de hacer algo mejor en la realización de determinada función o tarea.

En concordancia con Koch y de Bustamante (2016) la motivación de logro impulsa al sujeto a construir su propia concepción mediante objetivos, retos, metas realistas, oportunidades de desarrollo personal donde el empeño y la persistencia son la herramienta principal de dicho éxito.

La necesidad del motivo de logro se puede comprender como el menester del sujeto para la realización efectiva y convincente de tareas que tiene a su cargo, con el objetivo de la satisfacción personal.

Es decir, las personas con alta necesidad de logro están movidas por la realización de sus actividades y que estas se puedan llevar a cabo de la mejor manera posible, demostrando así su capacidad, eficiencia, el perfeccionamiento que puedan lograr en la realización de la misma y puedan darse a notar.

McClelland (1989) señala que la razón primordial por la cual las personas bajo esta necesidad eligen este tipo de tareas es porque si consideran que son fáciles, realmente no sabrán si el éxito obtenido es debido a sus esfuerzos -ya que consideran a estas actividades como algo que todo el mundo pudiese realizar- y con las tareas de dificultad excesiva tampoco son capaces de decir que sus esfuerzos fueron realmente determinantes porque consideran que fracasarán al realizar dicho tarea, por ello, eligen tareas con moderado grado de dificultad

porque con ello pueden atribuir que su realización y el éxito obtenido es mediante sus propios esfuerzos.

A manera de digerir mejor el contenido de esta necesidad, se muestran las características de las personas con motivación de logro encontramos las siguientes:

- Prefieren realizar tareas con un grado de dificultad moderado ya que éstas contienen mayor valor de retroinformación.
- Sienten satisfacción después de ser responsables de un resultado en base a un rendimiento.
- Materializado en alcanzar metas de mediana dificultad, obtener éxitos profesionales y reconocimientos por los mismos.
- El trabajador con una alta necesidad de logro, a la hora de realizar su labor, ni por el elevado riesgo ni por la excesiva facilidad.
- Necesidad de retroinformación sobre el rendimiento.
- Tienden a ser persistentes, ya que consideran al fracaso como una experiencia para aprender.
- Tienden a querer romper las expectativas que se tienen sobre ello.
- Tienen mayor capacidad de innovación. (Sánchez, 2015).
- Les gusta tomar responsabilidades personales, no se queja en contra de su mala suerte, no culpa a sus superiores, competidores, subordinados. (Tovar, 2012)

3.3.2. Motivo de poder

Haciendo referencia al poder, se puede resaltar que este converge la relación entre los sujetos, es decir, una de ellas ejerce control sobre la conducta de los demás, o que bien pudiese considerarse como la capacidad para modificar el comportamiento de otros, interés por el dominio del comportamiento de otros, las cuales se podrían traducir como una tendencia constante a ejercer influencia, persuadir y con ello, conseguir reconocimiento.

Entonces, ¿qué se entiende como motivo de poder? Podría definirse como la necesidad constante de impactar, controlar o influenciar a otra persona, grupo o el mundo en general. (Sánchez, 2015).

Según Sánchez (2015) los sujetos con alta necesidad de poder se esfuerzan por mantener el reconocimiento como los líderes de su respectivo grupo, estos se caracterizan por tener impulsos frecuentes hacia la agresión, aceptan dispuestamente riesgos, tienden a trabajar en lugares donde puedan ejercer alguna influencia y acumulan pertenencias prestigiosas.

Hay factores de tipo ambiental que pueden aumentar el motivo de poder, especialmente en situaciones donde la persona tiene cierto grado de influencia sobre el destino de otra. (Aldana, 2014; Sánchez, 2015).

Una de las diferencias que destacan entre las necesidades de poder ante las necesidades de logro, es que estos sujetos –de motivo de poder- tienden a ser conservadores para mantener la situación actual intacta; en contraste a los sujetos identificados con el motivo de poder, ellos aceptan de manera favorable los cambios que ayuden a mejorar el rendimiento, asimismo, no están interesados en la influencia sobre otros.

Las personas con una elevada necesidad de poder tienden a buscar situaciones o actividades donde puedan persuadir e influenciar a otros.

Un aspecto relevante a esto es que las personas con motivo de poder elevado tienden a ver las relaciones interpersonales como un medio para conseguir sus objetivos, es decir, tienden a crear lazos para usar a las personas y las habilidades que éstas posean para conseguir sus metas, es decir, consideran que el prestigio ante los demás es algo de gran relevancia para ellos.

Normalmente se rodean de personas que admiran su forma de comportarse y que estos mismos puedan ser seguidores y no representen un grado de competitividad, ya que prefieren relacionarse con grupos que establecer

relaciones con escasas personas, ya que de esta manera pueden tener mayores oportunidades de obtener un grado de reconocimiento en el aspecto social.

Se puede agregar que las personas con una elevada necesidad de poder influyen más en las decisiones del grupo, “buscan provecho personal, abordan temas que les interesa, evalúan más negativamente al resto de la gente y u comportamiento se considera agresivo”. (Saavedra y Madrigal, 2015).

A medida de puntualizar de manera resumida las características de estas personas son:

- Búsqueda de puestos que permitan ejercer influencia.
- Se presta una atención principal a comportamientos que provoquen o consoliden capacidad de dominio sobre otras personas.
- Buscan hacer situaciones competitivas.
- Dan importancia al estatus
- Utilizan a los miembros del grupo al que pertenecen para obtener beneficio personal. (Saavedra y Madrigal, 2015).
- Suelen hacer alianzas de conveniencia con otras personas, que las deshacen en el momento que no obtienen el provecho que habían planificado. (Saavedra y Madrigal, 2015).
- Pueden llegar a ser buenos líderes, en el caso de que su comportamiento se oriente a la tarea y se rehúya el beneficio personal. (Saavedra y Madrigal, 2015).

3.3.3. Motivo de afiliación

Es la razón por la cual los seres humanos tienen la necesidad de interactuar con otros individuos, pues esto se considera como el interés de establecer, mantener o restaurar relaciones afectivas positivas con las personas en general.

Según Saavedra y Madrigal (2015) en estos sujetos residen en la necesidad constante de tener relaciones cercanas con otros, ya que se puede comprender que su conducta va a estar dirigida a tratar de satisfacer dicho motivo. Así que es de esperar que como característica sobresaliente de estas personas sea la

búsqueda de amistades, el requisito constante de conocer personas nuevas, integración a grupos u organizaciones, y la evitación de conflictos.

Esto en contraste con las personas situadas en la necesidad de poder, los sujetos con necesidad de afiliación buscan los grupos para crear lazos, ya que tienden a rechazar la idea de permanecer solos.

Según McClelland, citado por Sánchez (2015) las personas temen a la desaprobación por parte de otros, y buscan con gran ímpetu la seguridad de ser reconocidos. Esto se puede esclarecer de la siguiente manera, las personas que están motivadas en el motivo de afiliación son más productivas cuando reciben algún incentivo de cualquier índole, y tienden a rodearse de personas que fomenten su crecimiento.

Según Saavedra y Madrigal (2015) existen seis características que determinan el significado de pertenecer a un grupo para quienes se encuentran situados en el motivo de afiliación: *identidad, reputación, conformidad, apoyo instrumental o emocional, amistad, y fuente de actividades.*

Estas mismas pueden emerger en el individuo una serie de consecuencias positivas que refuerzan y promueven la afiliación, o negativas, que conllevan a rehuirla.

Cabe resaltar que los sujetos con motivaciones de afiliación, a manera de puntualización presentan algunas de las siguientes conductas:

- a) Desarrollo de las relaciones interpersonales. “Las personas con alta necesidad de afiliación suelen unirse a más grupos sociales que las personas con baja necesidad de afiliación [...] las personas con alta necesidad de afiliación están más tiempo interactuando con los demás y cuando inician amistades suelen establecerlas de forma más estable y duradera que las personas con necesidad de afiliación baja” (Sánchez, 2015).

b) Mantenimiento de las redes interpersonales. Para Sánchez (2015) las personas con alta necesidad de afiliación buscan constantemente la convivencia con sus respectivos círculos sociales, distinguidamente más que las personas con baja necesidad de afiliación:

- Tienen a elegir a sus amigos como compañeros de trabajo en vez de a expertos. (McClelland, 1989).
- Tienen a atribuir el buen trabajo a lo bien que se llevan los miembros y no a lo bien de la realización de la tarea en sí (Saavedra y Madrigal, 2015).
- Temen al rechazo de las demás personas. (McClelland, 1989; Saavedra y Madrigal, 2015).
- Evitan discusiones.

Saavedra y Madrigal (2015) mencionan que una persona puede tener una alta necesidad de afiliación, baja necesidad de poder y una necesidad moderada por el logro, este tipo de persona tendería a pensar más en amistad que en hacer un buen trabajo y controlar a otros, su motivación al trabajo se diferenciaría de alguien que estuviera situado con un mayor grado en interés por pertenecer al motivo de logro o poder.

CONCLUSIONES

El punto inicial para abrir este apartado es que es necesario exhortar al lector a considerar al equipo deportivo de judo y a la institución en la cual desarrolla su práctica como una organización; esclareciendo que a pesar de ser un deporte individual -como muchos pudiesen creer erróneamente- es importante hacer ver que este deporte comprende principalmente al trabajo en equipo y a la identificación del sujeto con el propio lugar u organización en el cual se desempeña, a fin de lograr sentirse parte del mismo mediante los motivos de afiliación, alcanzar metas trazadas que implican el sobresalir dentro de la disciplina como un motivo de logro, y/o obtener un grado de autoridad y reconocimiento dentro de la misma como un motivo de poder.

Como se ha destacado en el primer capítulo, se abarcan los principios fundamentales que comprenden el judo, pero desde la perspectiva psicológica, algo que cabe señalar y es de crucial importancia mencionar en este apartado, es el segundo principio que nos menciona Figueroa (2004) el cual refiere a la *satisfacción mutua*. Dicho principio recae en la necesidad de implementar y concientizar a quienes enseñan y practican esta disciplina a tener un grado de seriedad y tomarlo como un compromiso para obtener los resultados deseados, es decir, implementarlo tanto en la enseñanza como en el aprendizaje, fomentando la interacción que favorezca el ambiente en el que se desarrolla la disciplina para lograr un sentido de pertenencia.

Para ello es necesario evaluar los aspectos que impidan la integración grupal, tal como menciona Figueroa (2004) que las situaciones a evaluar tendrían que ser las inconformidades existentes y ocultas en el grupo, tensiones, inquietudes, aspectos relacionados con las dinámicas al llevar a cabo en el entrenamiento o competición, y hasta el lugar en tanto a lo tangible donde se desenvuelve el sujeto. Una vez identificados es necesario comenzar a trabajar en ellas desarrollando una propuesta a favor del bienestar del equipo, para así, evitar las situaciones de amotivaciones (amotivación por creencias de resultados, creencia de esfuerzos y

creencia de valor), puesto que hay que recordar lo que la psicología del deporte plantea al respecto de la actividad física, y esta es comprender que es “un medio para que el ser humano pueda crecer y enriquecerse psicológicamente”. (Cox, 2010).

Un punto relevante a esto es que dichos aspectos hacen referencia a la Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci (2000) a quienes se hace mención en el tercer capítulo, proponen que los motivos por los cuales se inician y se da continuidad a una conducta es mediante el grado en el que las personas realizan actividades de modo voluntario, en lugar de presiones externas; es decir, que cuando las figuras de autoridad (entrenadores y compañeros de mayor jerarquía) se emergen en un papel controlador y/o autoritario, esto afecta directamente a la motivación y al ambiente que existe dentro del contexto. Es por mencionar que se logra un efecto contrario al deseado y se sigue manteniendo la negatividad de condición que propicia el estudio de este proyecto. Sin embargo, apoyar la autonomía de cada miembro del equipo desde la función que se desempeñe - desde el menor grado hasta el entrenador- alentándolo mediante incentivos tales como gratificaciones a fin de fomentar el deseo de participar y con ello, crear un sentido de pertenencia al grupo, pues cabe mencionar que los miembros de este, aportan e invierten esfuerzos, tiempo y recursos personales, y esto debe ser razón de reconocimiento y crédito público a ello.

Se debe recordar que los incentivos sirven para darse cuenta del motivo por el cual llevan a cabo la práctica del judo, y mediante estos se compromete al deportista a darlo todo por conseguirlo. Como menciona con anterioridad Aguilar (2016) cada miembro de la organización va a aportar en medida que recibe los incentivos.

Por ejemplificar lo que nos expone McClelland (1989) en su teoría motivacional, adaptado a este deporte y/o organización, es que los deportistas que se identifiquen con el motivo de afiliación, brindarles un sentido de pertenencia mediante el dejarles ayudar a alguien en las dinámicas realizadas durante la práctica, mejoras en materiales apropiados para la práctica efectiva y del alto

rendimiento del judo, en el espacio físico donde se desenvuelven en la práctica a fin de evitar riesgos que pongan en peligro su integridad física; generará que esté interesado en seguir aportando a la organización, puesto que refuerza su constante necesidad de crear lazos sociales que le permitan sentirse seguro y parte del equipo al desempeñarse en él. Un incentivo específico para los deportistas situados en la necesidad de logro es el reconocimiento personal y público a sus méritos, haciéndoles sentir que el trabajo que ha desempeñado ha sido fructuoso a pesar de los tropiezos que puedan suscitar en el ejercicio de función que desempeñan; y a su vez, quienes se encuentren situados en el motivo de poder, una característica a destacar es que ellos pueden llegar a ser grandes líderes sabiéndoles formar en valores, tales que se implementan en el código moral del judo, pero a estos mismos individuos pudiese permitirles crecer en el equipo en cuestión de jerarquía, fomentando el liderazgo con una base sólida en el apoyo a la autonomía de los demás miembros del equipo.

¿Qué tanto se permite la autonomía o el ser autodidacta dentro del gimnasio? Si bien, es un tema delicado, pues cada maestro tiene sus diferentes técnicas de enseñanza, pero es de gran relevancia intentar cambiar la visión a fin de beneficiar a las nuevas generaciones de practicantes de judo para así fortalecer y evitar a cierto grado la deserción en la práctica.

Es importante exhortar a llevar a cabo la conducta del autodidacta e incentivar a fin de mantenerla, puesto que Ryan y Deci (2002) hacen referencia a que el individuo tiene una necesidad de sentirse competente desempeñando una función la cual le permita de manera eficaz, y le surge la necesidad de autonomía (en relación al aprendizaje) respectivo a su deseo de libre elección, y este es el iniciador de sus propias acciones, pues un principio fundamental que ha sido implementado para el éxito deportivo que favorece al clima motivacional es la adaptación, tal como menciona Saucedo et al. (2016) el cual permite la retroalimentación favoreciendo la corrección para la mejora en la práctica del judo.

Sin duda el tratar de ubicar a cada sujeto en un motivo de determinada conducta para así incentivarlo desde el panorama que se ofrece desde la perspectiva de

McClelland (1989), o el tratar de concientizar a entrenadores y directivos mediante lo que la teoría de la autodeterminación nos ofrece, es una tarea ardua. Sin embargo, ¿esto sería solamente lo que se necesita para llegar a mejorar el clima motivacional dentro de la disciplina del judo? ¿qué se pudiese implementar para que esto fuera un plan de acción real? ¿solamente recae como obligación a la organización implementar lo que se expone? ¿qué distingue o marca la diferencia en cuestión a resultados positivos respecto a otras organizaciones?

Bien, como se comprendió en el capítulo dos, es necesario implementar el trabajo multidisciplinario en el cual se involucre al deportista en conjunto con el entrenador y el psicólogo deportivo, para así mejorar el rendimiento de cara a una competición, también se suscitó la importancia de que el entrenador y el psicólogo deportivo establezcan un sólido de trabajo en conjunto que permita lograr la realización de objetivos específicos reales, los cuales se puedan trabajar desde la formación del deportista antes de su preparación ante una competición cercana, esto con la finalidad de tener una imagen del deportista, conocerlo y establecer estrategias específicas que favorezcan el lazo de autonomía tal como lo menciona Ryan y Deci (2000) en la teoría de la autodeterminación.

Es necesario hacer comprender a los involucrados en el tema que el deportista debe de estar preparado física, técnica, estratégica y psicológicamente para dar su máximo rendimiento.

Un factor fundamental que puede dar resultados y que no está implementado dentro de esta organización, y que sin duda, instituciones que lo han implementado han tenido resultados sobresalientes, es la creación de un departamento especializado de psicología deportiva para brindar atención a los deportistas que presentan problemas tanto de tutoría académica como deportiva; el cual se integre de profesionales de psicología, prestadores de servicio social, así como prácticas profesionales, interesados en la psicología en la mejora y bienestar de los deportistas de esta disciplina a fin de mejorar las condiciones en los factores motivacionales; y que realmente se respeten los protocolos y perfiles

de puestos de quienes conformen dicho departamento, esto con la única finalidad de uso exclusivo en beneficio a los deportistas.

Las funciones a desempeñar por parte de este departamento o grupo de trabajo haría hincapié en el trabajo multidisciplinario (psicólogo, entrenador y deportista), es decir, el entrenador de la disciplina canaliza al deportista que presente alguna dificultad psicológica que afecte a su rendimiento, a fin de enseñar al deportista a sobrellevar la situación negativa de su condición.

Asimismo ofrecer a los entrenadores capacitaciones en temas referentes a la motivación para que cuenten con las bases necesarias para aprender a guiar a sus respectivos alumnos, tal como lo marcan los principios de la psicología del deporte.

Como se mencionó anteriormente, es sumamente importante concientizar a los entrenadores que los resultados en el deporte dependen de un proceso evolutivo, y que estos mismos se obtienen llevando como consecuencia un mismo ritmo y un trabajo en conjunto con el profesional a cargo, es este caso el psicólogo, de esta manera se defiende la postura de no desechar los procesos y las nuevas propuestas que nacen a fin de mejorar el clima motivacional que tiene como objetivo la mejora y el éxito deportivo en el judo, puesto que como hemos visto en la historia de la psicología del deporte, cortar un proceso es retrasar la evolución y mantener la negatividad en la motivación deportiva. Asimismo lograr una sinergia de las mismas, fomentando la cultura de continuidad en los procesos; puesto que la paciencia es la clave de los grandes resultados, puesto que recordemos que quien olvida la historia está destinado a repetir el pasado.

Comprendiendo así la necesidad del trabajo conjunto de ambas teorías, recayendo en la implementación de las ya mencionadas con anterioridad, a fin de mejorar la calidad del clima motivacional. Es decir, se comprende que los deportistas dentro de la necesidad urgente a la nula motivación involucrados en la disciplina del judo, remarcan la falta de reconocimiento a sus esfuerzos, y el carente lazo que entre las deportistas que conforman dicho equipo, lo que podría

traducirse como una constante necesidad de logro, a su vez, una necesidad de afiliación, esto se confirma con lo que asevera McClelland (1989) que algunas necesidades se rigen en mayor demanda que otras, y es necesario incentivarlas para reforzar dicha conducta.

Lo que se pretende hacer notar es que la Teoría de la Autodeterminación sirve para concientizar a entrenadores y directivos, (pues el entrenador converge como factor motivacional externo) para implementar un equipo multidisciplinario que se interese en el crecimiento del deportista durante su práctica y cara a las competencias correspondientes; esto mediante brindar y confiar en la autonomía del deportista, tal como lo enmarca dicha teoría, pues como se comprendió con anterioridad, cuando los deportistas se les refuerza en su autonomía por parte de miembros como entrenadores, y estos fomentan la libertad y alientan al individuo a su toma de decisiones, la autonomía, competencia y relaciones sociales se ven favorecidas.

A su vez, la teoría de la autodeterminación va de la mano con la teoría motivacional de McClelland, pues comprende y establecen similitudes (aunque algo que los diferencia es que la TAD no clasifica ni es tan específica como McClelland en su teoría) como la necesidad de estar en relación, o bien, sentir el deseo de pertenecer a un grupo, estar conectadas con las personas que rigen en él y recibir respeto y aceptación y reconocimiento a su esfuerzo por ellas, tal como lo estipula McClelland (1989) en las necesidades de afiliación y logro, y tentativamente lograr un motivo de poder; por ello es necesario que estas dos perspectivas trabajen en conjunto a fin de lograr una sinergia.

Cabe destacar que este proyecto no tiene como intención descalificar ni señalar negativamente la valiosa labor que realizan los cuerpos técnicos y deportivos, sino, buscar proponer una alternativa a fin de mejorar el clima motivacional y por ende, obtener mejores resultados gracias al trabajo en conjunto.

A manera de propuesta, puntualizaremos lo siguiente:

- Concientizar a la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla a implementar un departamento de psicología deportiva con la finalidad de brindar atención psicológica a los deportistas que presentan dificultades o problemas tanto de tutoría académica, personal, como deportiva; el cual se integre de profesionales de psicología, prestadores de servicio social, así como prácticas profesionales, interesados en la mejora y bienestar de los deportistas de esta disciplina a fin de fortalecer las condiciones en los factores motivacionales; haciendo hincapié en la importancia del trabajo multidisciplinario (intervención de tercer nivel).
- Intervenir mediante la capacitación a entrenadores y deportistas mediante ponencias y talleres con las bases teóricas motivacionales correspondientes a fin de estructurar, dinamizar, flexibilizar y mejorar la enseñanza del judo a fin de obtener los resultados deseados en beneficio de la comunidad deportiva y universitaria.
- Exhortar a la comunidad estudiantil de psicología a interesarse en esta fascinante área del conocimiento a fin de dar pie a futuras investigaciones que contribuyan al beneficio del desempeño y rendimiento deportivo de la universidad desde nuestra perspectiva psicológica.

REFERENCIAS

- Aguilar, Z., Avejaneth, K. (2016). *Diseño de un plan de incentivos no económicos para el logro de la eficiencia empresarial*. (Bachelor's thesis). Recuperado el 22 de octubre de 2017 en: <http://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/3277>
- Aguirre, H., González F. (2014). *Factores motivacionales, variables deportivas y sociodemográficas en deportistas universitarios*. Tesis Psicológica, 9(1). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/1390/139031679011/>
- Aldana, C. (2014). *La motivación como principio esencial en el desempeño empresarial efectivo*. (Bachelor's thesis, Universidad Militar Nueva Granada). Recuperado de: <http://unimilitar-dspace.metabiblioteca.org/handle/10654/11445>
- Álvarez, G. (2014). *Psicología del Deporte. La motivación y el Rugby*. Universidad de la Republica Facultad de Psicología: Uruguay. Recuperado el 04 de agosto de 2017: http://sifp1.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_g_alvarez.pdf
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J., (2008). *Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la Teoría de la Autodeterminación*. *Revista de Psicología del Deporte* 17(1), 123-139. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/html/2351/235119246002/>
- Cantón, E. (2010, diciembre). *Evaluación psicológica y aplicaciones de la psicología al deporte, psicología y lesiones deportivas, funciones psicólogo del deporte*. *Papeles del psicólogo: Psicología del deporte*. Recuperado 11 de octubre de 2017: <http://www.edu-fisica.com/Revista-12/Psicologia-en-deporte.pdf>

- Chiavenato, I., Acosta, L..., & Collazos, A. (2014). *Introducción a la Teoría General de la Administración* (No. 658 Ch5y 2004.). McGraw-Hill/Interamericana. Recuperado 22 de octubre en: https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/36557602/Introduccion_a_la_Teoria_General_de_la_Administracion.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1508716864&Signature=ul49q3kZKpx1fAuKK3ntnUX8y28%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DIntroduccion_a_la_Teoria_General_de_la_A.pdf
- Colegio Oficial de Psicólogos de España (2006). *Perfiles profesionales del psicólogo*. Madrid: COP.
- Cox, R. (2010) *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones*. España: Editorial Medica Panamericana. Recuperado: 12 de octubre de 2017: <https://books.google.com.mx/books?id=Kd-gACAIW0IC&printsec=frontcover&dq=psicolog%C3%ADa+del+deporte&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjy4fGprOzWAhUMyYMKHdIJBmkQ6AEIJzAA#v=onepage&q=psicolog%C3%ADa%20del%20deporte&f=false>
- Duda, J. L., Cumming y Balaguer, I. (2005). *Enhancing athletes' self regulation, task involvement and Self-determination via psychosocial skills training*. En D. Hackfort, J. Duda, y R. Lidor (Eds.) *Handbook of Research in Applied Sport Psychology* (pp. 159-181). Morgantown, WV: FIT.
- Figueroa, N. (2004). *Judo Kodokan: Teoría y sistema*. Sinchi Judokan Institute: E. U. A. Recuperado en: <http://sinchijudokan.com/wp/wp-content/uploads/2012/02/JUDO-KODOKAN-TEORIA-Y-SISTEMA-ByN1.pdf>
- Gómez, A. Y. O. (2015). *Motivación y equipos de alto desempeño*. Unaciencia, (12). Recuperado en: <http://revistas.unac.edu.co/index.php/Unaciencia/article/viewFile/163/144>

- Hecker, G. (2015). *Posibilidades para fomentar la motivación en la enseñanza del deporte*. Educación Física y Deporte.5 (3), 32-38. Recuperado el 19 de octubre de 2017 en: <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/23079>
- Jara, P. (2013). *Motivación para la práctica de actividad física y deportiva*. España: Ediciones Díaz de Santos. Recuperado el 04 de agosto de 2017: <https://books.google.com.mx/books?isbn=8499695388>
- Koch, S., de Bustamante, C. (2016). *Motivación de logro, actitud hacia el trabajo, satisfacción laboral y estrés*. Revista Interamericana de Psicología Ocupacional 13(1), 35-48. Recuperado en: <http://revista.cinzel.com.co/index.php/RPO/article/view/9>
- León, J., Núñez, J., Domínguez, E., Martín-Albo, J. (2013). *Motivación intrínseca, autoconcepto físico y satisfacción con la vida en practicantes de ejercicio físico: análisis de un modelo de ecuaciones estructurales en el entorno de programación R*. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 8(1). Recuperado en: <http://www.redalyc.org/html/3111/311127595003/>
- Martínez, E., Sánchez, S. (2011). *La Motivación En El Aprendizaje*. Recuperado el 17 De Julio De 2017: <http://www.Uhu.Es/Cine.Educacion/Didactica/0083motivacion.Htm>
- McClelland, D. (1989). *Estudio de motivación humana*. Madrid: Narcea.
- Moreno, G. (2013). *La psicología en el deporte* Colombia: Universidad de Tolima. Recuperado el 10 de octubre de 2017: <http://www.educacionfisica.com/Revista-12/Psicologia-en-deporte.pdf>

- Pulgarín S.; Cardona, M. (2011). *Caracterización del comportamiento emprendedor para los estudiantes de administración de la Universidad del Rosario*. *Revista EAN*, (71), 22-39. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0120-81602011000200003
- Redorta, J. (2011). *Gestión de conflictos: lo que necesita saber*. Editorial UOC. Recuperado en: https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=gZUNowBKRIEC&oi=fnd&pg=PA13&dq=gestion+de+conflictos+redorta&ots=a9aDLNtzRT&sig=OiKNFWfzuPzip_OqQBm4iVqHNR0#v=onepage&q=gestion%20de%20conflictos%20redorta&f=
- Ribas, J. (2013). *Cómo ponerse en “modo creativo”*. España: Punto Rojos Libros. Recuperado el 04 de agosto de 2017: <https://books.google.com.mx/books?isbn=162934155X>
- Rodríguez, M. y Morán, C. (2010). *Historia de la psicología del deporte en México*. Las Palmas de Gran Canaria, España: Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, vol. 5, núm. 1, enero-junio, pp. 117-134. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/html/3111/311126267009/>
- Ryan, R. y Deci, E. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well being*. *American Psychologist*, 55, 68-78. Recuperado en: <http://psycnet.apa.org/record/2000-13324-007>
- Ryan, R. y Deci, E. (2002). *Overview of Self-Determination Theory: An organismic dialectical perspective*. En E.L. Deci, y R.M. Ryan, (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-33). Rochester: The University of Rochester Press. Recuperado el 14 de octubre de 2017: <http://pubs.sciepub.com/ajap/5/1/2/index.html>

- Saavedra, K.y Madrigal, N. (2015). *Factores motivacionales de logro, poder, afiliación, y su incidencia en el desarrollo económico de los habitantes del barrio Angelita Morales de la ciudad de Jinotepe en el segundo semestre de 2015*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua. Recuperado el 20 de octubre de 2017 en: <http://repositorio.unan.edu.ni/2201/1/11045.pdf>
- Sánchez, J. (2013). *Perspectiva de la psicología del deporte: Propuesta didáctica para la preparación del deportista universitario de alto rendimiento*. (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León, Nuevo León. Recuperado el 12 de octubre de 2017 en: eprints.uanl.mx/1498/1/1020148996.PDF
- Sánchez, O. (2015). *La motivación según McClelland y el rendimiento académico en estudiantes del I ciclo de pregrado de Educación Secundaria de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima Perú 2012*. (Tesis de Magister en Educación con mención en Docencia en el Nivel Superior). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima – Perú. Recuperado el 27 de Julio de 2017: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/5768/1/Sanchez_gw.pdf
- Sánchez, P. (11 de junio de 2017). *La comunicación entre psicólogo y entrenador ayuda a lograr los objetivos planteados de cara a una competencia // Boletín 2965*. Recuperado de: <https://www.gob.mx/conade/prensa/psicologia-deportiva-metodo-efectivo-para-el-crecimiento-competitivo>
- Saucedo, M., Rubí, E. (2016). *El perfeccionamiento de la técnica en Judo* (Doctoral dissertation, Universidad Autónoma de Nuevo León). Recuperado en: <http://eprints.uanl.mx/12801/>
- Soto, B. (12 de Mayo de 2012). *Revista Digital Gestión.Org*. Recuperado el 31 de Julio de 2017, de Las teorías X, Y y Z en Administración de Empresas:<http://www.gestion.org/economia-empresa/gestion-administrativa/30044/lasteorias-x-y-y-z-en-administracion-de-empresas/>

- Tovar, R. (2012). *Habilidades gerenciales: desarrollo de destrezas, competencias y actitud*. Ecoe Ediciones. Recuperado de: [https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=uQqlAQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Arrollo,+R.+\(2012\).+Habilidades+gerenciales,+desarrollo+de+destrezas,+competencias,+y+actitud.+Colombia:+Ecoes+ediciones.&ots=L iHwmBXj0L&sig=qO69OhdAE2L605Le0-gX0lohscQ#v=onepage&q&f=](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=uQqlAQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Arrollo,+R.+(2012).+Habilidades+gerenciales,+desarrollo+de+destrezas,+competencias,+y+actitud.+Colombia:+Ecoes+ediciones.&ots=L iHwmBXj0L&sig=qO69OhdAE2L605Le0-gX0lohscQ#v=onepage&q&f=)
- Tzu, S. (2015). *El arte de la guerra*. México: Ediciones Leyenda.
- Velasco, A. y Talavera, E. (2015). *Historia de la Psicología del Deporte en México. Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica*, 4(1), 34-45.
- Villamón, M. (2011). *Introducción al Judo*. Editorial Hispano Europea, S. A.: Barcelona (España).
- Wolman, B. (2010). *Diccionario de psicología*. México: Trillas.
- Zamarripa Rivera, J. I., Ruiz, F., López J., y Garrido M. (2011). *Amotivación en la actividad física de la población mayor de 15 años de Monterrey (México)*. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (19) Recuperado 21 de octubre de 2017 en: <http://www.redalyc.org/html/3457/345732285001/>