

## ¿Qué me ocurre cuando me influyen los demás? Impacto en las características psicológicas de jóvenes jugadores de balonmano

### What happens to me when I am influenced by others? Impact on the psychological characteristics of handball players

Manuel Gómez-López

*Departamento de Actividad Física y Deporte, Universidad de Murcia, España.  
Campus de Excelencia Internacional "Mare Nostrum", Universidad de Murcia, Murcia, España.*

Antonio J. Muñoz-Villena

*Universidad Autónoma de Madrid, España.*

Juan González Hernández

*Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Universidad de Granada, España.  
Grupo de Investigación Psicología de la Salud, Universidad de Granada, España.*

(Rec: junio de 2020- Acept: enero de 2021)

#### Resumen

Los objetivos de la presente investigación fueron dos: a) analizar la relación entre los climas motivacionales generados por el entrenador y los iguales, y las características psicológicas en función del género y la edad de los jugadores y b) determinar las variables predictoras de los diferentes recursos psicológicos para el rendimiento deportivo de los jugadores de balonmano. Se administraron las escalas de Características psicológicas para el rendimiento Deportivo, Clima Motivacional Percibido en el Deporte y Clima Motivacional de los Iguales en el Deporte a 149 jugadores de balonmano (Medad = 15.11 años; M<sub>experiencia</sub> = 1.48 años; M<sub>entrenamientos</sub> = 1.80 horas/semanales). Se realizó un análisis de correlaciones y predictivo, donde los resultados muestran que a medida que aumenta la percepción de un clima motivacional orientado a la tarea, aumenta el control del estrés y el número de horas de práctica del balonmano, y disminuye la evaluación sobre el rendimiento. Estos resultados sugieren que el entrenador, a través del diseño de entrenamientos orientados hacia la tarea, facilita que los deportistas dispongan de recursos psicológicos para sentirse eficaces y mantenerse en la actividad deportiva. **Palabras claves:** evaluación psicológica; rendimiento; motivación; entrenador.

#### Abstract

The objectives of the present research were twofold: a) to analyse the relationship between the motivational climates generated by the coach and peers and the psychological characteristics as a function of gender and age of the players and b) to determine the predictor variables of the different psychological resources for the sport performance of handball players. The Psychological Characteristics for Sports Performance, Perceived Motivational Climate in Sport, and Peer Motivational Climate in Sport scales was administered to 149 handball players (Maturity = 15.11 years; M<sub>experience</sub> = 1.48 years; Training = 1.80 hours/week). A correlational and predictive analysis was conducted, where the results show that as the perception of a task-oriented motivational climate increases, stress management and the number of hours of handball practice increases, and performance appraisal decreases. These results suggest that the coach, through task-oriented training, facilitates the athletes to have psychological resources to feel effective and remain in the sports activity. **Keywords:** psychological evaluation; performance; motivation; coach.

## Introducción

En la competición deportiva, la relevancia operativa de variables psicológicas interviene e influye en el rendimiento y experiencia deportiva. Recursos como el control del estrés (Watson, 2016), preparación mental (Keilani et al., 2016), concentración (Moran, 2016), autoconfianza (Vealey, Chase & Cooley, 2017) o la cohesión de equipo (Chen, Kee & Chen, 2015) son algunos de esos factores a tener en cuenta en la configuración psicológica de la mente de un deportista. Su conocimiento y manejo contribuye a que los deportistas optimicen su rendimiento, aumentando, por un lado, las posibilidades de mejorar sobre los resultados deportivos, y por otro, disminuyendo la incidencia de variables que pueden llegar a afectar a su adherencia a la práctica deportiva a largo plazo (Gimeno, Buceta & Pérez-Llantada, 2007; Gómez-López, Granero-Gallegos & Isorna Folgar, 2013).

Por otra parte, en la formación del deportista, el deporte organizado y competitivo se convierte en un contexto de capacidades y logros, en el que los factores motivacionales tienen gran relevancia en su desarrollo psicosocial (García-Mas et al., 2011). Tales procesos de rendimiento y necesidad de mejora coinciden con las etapas evolutivas de la infancia y la adolescencia, en la que los jóvenes están receptivos a influencias de figuras externas que los sobrevaloran o infravaloran, convirtiendo las prácticas deportivas experimentadas en experiencias socialmente tanto positivas como negativas (Granero-Gallegos et al., 2012; Torregrosa et al., 2011).

Es posible explicar e interpretar los distintos factores ambientales que influyen en la motivación de logro del deportista, a través de la Teoría Cognitivo Social de las Perspectivas de Meta (AGT, Achievement Goal Theory; Ames, 1992; Nicholls, 1989). De acuerdo con este constructo teórico, los deportistas actúan movidos por la necesidad de mostrar su competencia y evitar demostrar lo contrario. De este modo, en función de cómo el deportista percibe el contexto, se orientaría a interpretar e interiorizar señales hacia un clima motivacional de implicación orientada al ego o hacia un clima motivacional de implicación orientada a la tarea (Cervelló & Santos-Rosa, 2001; Newton, Duda, & Yin, 2000; Nicholls, 1989).

En el deporte de equipo (p. ej. balonmano), durante las etapas de iniciación y tecnificación, se ha demostrado que en función de la conducta que adopte el entrenador y el clima motivacional que favorezca, se facilita o perjudica la satisfacción y continuidad con la práctica deportiva, así como la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, el grado de motivación y la implicación y compromiso del deportista (Alesi et al., 2019; Gómez-López et al., 2019a; Granero-Gallegos et al., 2017; Hunt et al., 2020).

Por esta razón, es importante integrar dentro del proceso de formación deportiva, la valoración y entrenamiento psicológico del deportista y de su contexto deportivo de competición. Esto permitirá al entrenador valorar de manera fiable la influencia que ejercen estas variables psicológicas (González Fernández, 2010; Gómez-López et al., 2014; Gómez-López et al., 2019b; Nicholls et al., 2016).

La mayoría de las investigaciones que han analizado la percepción del clima motivacional en el deporte se han centrado en la influencia que ejerce la figura del entrenador en sus deportistas (p. ej. Arias et al., 2016; Curran et al., 2015; Gómez-López et al., 2014). Por otro lado, otros estudios han abordado la influencia

que el grupo de iguales puede ejercer en el clima motivacional percibido por los jugadores en situaciones deportivas, debido a la influencia que ejercen en la motivación y disfrute con la práctica deportiva (Moreno & Conte, 2011; Ntoumanis & Vazou, 2005; Torregrosa et al., 2011). Recientemente, Gómez-López et al. (2019c) analizaron la capacidad de predicción de ambos climas motivacionales en el sentimiento del miedo al fallo en jóvenes deportistas de equipo.

Hay que recordar que en la etapa adolescente aumenta la influencia ejercida por el grupo de iguales, en especial, los del mismo género, superando, incluso, a la ejercida por padres y entrenador (Moreno & Conte, 2011). Es más, Moreno et al. (2011) y Torregrosa et al. (2011) afirmaron que la cercanía de los iguales puede predecir los logros motivacionales con independencia de la influencia del propio entrenador o los padres (Amado et al., 2015). En definitiva, en un deporte colectivo, los compañeros y el entrenador ejercen una influencia en el desarrollo óptimo del juego, convirtiéndose incluso en modelos o referentes para el grupo de jugadores.

Los resultados aportados por la literatura demuestran que, cuando la orientación hacia la competitividad no es la adecuada entre el grupo de iguales en etapas madurativas tempranas (6-9 años), la exposición temprana a la competitividad hace que el entorno deportivo se perciba e interprete como amenaza y aparezcan experiencias y respuestas de evitación (p. ej., miedo al fracaso, aislamiento, rechazo) (Gómez-López et al., 2019b; Leo et al., 2009; Moreno & Conte, 2011; Ruiz-Sánchez et al., 2017). Más allá, cuando un jugador con una mayor maduración (12-15 años) percibe que su rendimiento no está en consonancia con los objetivos y las exigencias de la práctica deportiva, se producen patrones disfuncionales de respuesta psicológica que repercuten negativamente en su autoconfianza, provocando incluso el abandono del deporte (González Campos et al., 2017; Tutte et al., 2020).

Por otro lado, son numerosos los estudios que han demostrado empíricamente que la percepción de un clima motivacional de implicación hacia la tarea favorece la motivación intrínseca, el rendimiento deportivo, la diversión y la satisfacción con la práctica deportiva (Duda, 2001; Gómez-López et al., 2014; López-Walle et al., 2011; Pensgaard & Roberts, 2000). Así mismo, potencia el bienestar psicológico del deportista a través de la mejora de la confianza, la autoestima y la disminución de la ansiedad (Balaguer et al., 2002; Gómez-López et al., 2020) y el compromiso deportivo (Ortiz et al., 2016). En cambio, un clima motivacional de implicación hacia el ego se relaciona con un menor bienestar psicológico, mayor ansiedad relativa al rendimiento y menor satisfacción con el ambiente deportivo (Balaguer et al., 1999; García-Mas et al., 2011; Gómez-López et al., 2020; Pensgaard, & Roberts, 2000).

Por lo tanto, cualquier deporte de equipo se convierte en un contexto propicio para la interacción social a través de las conductas hacia el rendimiento y, por supuesto, lleno de respuestas psicológicas de los protagonistas (p. ej., jugadores, entrenadores, equipo) que deben ser manejadas de forma eficaz por el entrenador. Mientras que el entrenador, favoreciendo ese clima de implicación, sería el encargado de la búsqueda de los "equilibrios psicosociales", el deportista es el responsable de sus "equilibrios psicológicos personales", siendo y sintiéndose competente para dirigirlos hacia la ejecución de las tareas encomendadas para un determinado rendimiento.

Atendiendo por tanto a la literatura revisada, los objetivos del presente estudio fueron: *a)* analizar la relación entre los climas motivacionales generados por el entrenador y los iguales, y las características psicológicas en función del género y la edad; *b)* determinar las variables predictoras de los diferentes recursos psicológicos para el rendimiento deportivo. Partiendo de estos objetivos, se plantearon como hipótesis que: *a)* aquellos deportistas con mayor edad presentarían mayores puntuaciones en las habilidades psicológicas; *b)* las chicas percibirían climas de tarea más altos que los chicos, mientras que éstos percibirían climas de implicación al ego superiores; y por último que *c)* la percepción de climas orientados hacia la tarea, favorecidos por los entrenadores y compañeros predecirían habilidades psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

## Método

### Participantes

El estudio se llevó a cabo con jóvenes jugadores de balonmano ( $N = 149$ ), con edades comprendidas entre los 14 y 17 años ( $M_{\text{años}} = 15.11$ ;  $DT = 1.03$ ), pertenecientes a diferentes clubes de la Región de Murcia, participantes en las concentraciones de las Selecciones Regionales para el Campeonato de España de Selecciones Autonómicas (CESA). La muestra estuvo compuesta por 87 chicos (58.4%), con una Media de 15.22 años ( $DT=.99$ ), y 62 chicas (41.6%) con una media de edad de 14.95 años ( $DT=1.06$ ). Atendiendo a la categoría de juego, 97 de los participantes fueron cadetes (14-15 años), mientras que 52 fueron juveniles (16-17 años). La tabla 1 muestra además los estadísticos descriptivos sobre los años de experiencia deportiva federada, frecuencia y duración de los entrenamientos a la semana.

Tabla 1.  
Distribución según los años de experiencia federada, frecuencia y duración de los entrenamientos a la semana

	Experiencia	Frecuencia	Horas
Media	1.48	1.15	1.80
Desviación típica	.50	.36	.39
Asimetría	.07	1.93	-1.56
Kurtosis	-2.02	1.76	.434

Nota:  $N=149$

### Instrumentos

*Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento Deportivo* (CPRD; Gimeno et al., 1999, 2001). Este instrumento ofrece información global sobre el funcionamiento del deportista y la situación en la que se encuentra. Esta escala fue elaborada a partir del *Psychological Skills Inventory for Sports* (PSIS; Mahoney et al., 1987), cuyo objetivo era evaluar una serie de habilidades psicológicas implicadas en el rendimiento en el deporte de competición. Cuenta con 55 ítems, agrupados en cinco dimensiones que miden el control de estrés (Ce), influencia de la evaluación sobre el rendimiento (Ier), motivación (Mo), habilidad mental (Hm) y cohesión de equipo (Ch). El Ce abarca las características de la respuesta del deportista en relación con las demandas del entrenamiento y la competición (p. ej. concentración), junto a las situaciones potencialmente estresantes que pueden provocar estrés y donde es necesario la presencia de control; la Ier abarca las características de la respuesta del deportista ante situaciones en las que éste u otras personas eva-

lúan su rendimiento (p. ej. perder la concentración); la Mo hace referencia a la motivación por superarse día a día, el establecimiento de metas y la importancia del deporte en relación con otras actividades; la Hm incluye habilidades psicológicas para favorecer el rendimiento deportivo (p. ej. establecimiento de objetivos); la Ch hace alusión a la integración del deportista en su equipo o grupo deportivo. Los diferentes ítems se responden mediante una escala tipo Likert de 5 puntos que oscila desde 1 (*completamente en desacuerdo*) a 5 (*completamente de acuerdo*). Asimismo, este instrumento tiene una opción de respuesta adicional para aquellos casos en los que el deportista no entiende el ítem, con el fin de evitar respuestas en blanco o en la posición central. En cuanto a la fiabilidad de la escala (Gimeno et al., 2001), recientes estudios realizados tanto en deportes individuales (p. ej. Gimeno et al., 2007; Gómez-López et al., 2013; Gómez-Marcos & Sánchez-Sánchez, 2019; Jaenes et al., 2010; Maldonado et al., 2015; Tutte et al., 2020) como en deportes de equipo (p. ej. Lorenzo et al., 2012; López-López et al., 2013; Olmedilla et al., 2010) han reflejado una aceptable consistencia interna, tanto en su puntuación total (obteniendo coeficientes alfa de Cronbach que oscilaron entre .85 y .89) como en las distintas dimensiones. En el presente estudio, se obtuvieron puntuaciones alpha adecuadas en las distintas escalas Ce (.74), Ier (.69), Mo (.68), Hm (.71), Ch (.72) y en la puntuación total de la escala (.71).

Es necesario resaltar que se consideró la utilización de este cuestionario por su utilidad para la evaluación del perfil psicológico de los deportistas, aludiendo a habilidades psicológicas que caracterizan el alto rendimiento.

*Escala de percepción del clima de los compañeros* (Moreno et al., 2011). Esta escala evalúa el clima motivacional percibido entre los compañeros de equipo. Se adaptó y validó al castellano a partir del *Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire* (PeerMCYSQ; Ntoumanis & Vazou, 2005). Cuenta con 21 ítems que se agrupan en dos factores de segundo orden: clima de implicación hacia el ego y clima de implicación hacia la tarea. Los ítems van precedidos del enunciado "En este equipo, la mayoría de jugadores..." Cada ítem se puede responder con una escala tipo Likert de 7 puntos que oscila desde 1 (*nada de acuerdo*) a 7 (*totalmente de acuerdo*). El análisis de consistencia interna ha resultado satisfactorio tanto para la subescala de clima implicado hacia la tarea (.71) como para la subescala escala de clima implicado hacia el ego (.75).

*Cuestionario de clima motivacional percibido en el deporte-2* (Balaguer, Mayo, Atienza, & Duda, 1997). El instrumento evalúa el clima motivacional generado por el entrenador y percibido por los jugadores. Esta escala se adaptó y validó al castellano a partir del *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2* (PMCSQ-2; Newton et al., 2000; Walling, Duda, & Chi, 1993). Está compuesta por 29 ítems agrupados en dos subescalas que miden el clima de implicación en el ego y el clima de implicación en la tarea. Todos los ítems van precedidos del enunciado "En mi grupo de entrenamiento o equipo...", utilizándose para responder una escala tipo Likert de 5 puntos que oscilaba desde 1 (*muy en desacuerdo*) a 5 (*muy de acuerdo*). El análisis de consistencia interna ha resultado satisfactorio tanto para la subescala de clima de implicación en la tarea (.86) como de clima de implicación hacia el ego (.85).

### Procedimiento

Una vez obtenida la aprobación del Comité de Ética de la Universidad de Murcia (ID: 1494/2017), se solicitó autorización a la

Federación de Balonmano de la Región de Murcia (FBMRM) y a los presidentes y entrenadores de los clubes participantes. A través de carta, se adjuntó un ejemplar del instrumento de medida junto con una explicación de los objetivos de la investigación y de cómo se iba a realizar. Recibida la autorización de los responsables federativos y de los clubes, los investigadores tuvieron una reunión con los padres o tutores legales y entrenadores para detallar las implicaciones del estudio y recibir su consentimiento informado; por otro lado, se concertó con los entrenadores el día y hora de administración de los cuestionarios. Sobre aquellos participantes menores, cuyos padres o tutores legales habían firmado su consentimiento informado, se procedió a la recogida de la información con posterioridad al entrenamiento.

Los cuestionarios fueron administrados por los investigadores al equipo de jugadores, de manera conjunta, justo al finalizar los entrenamientos en los vestuarios de las instalaciones deportivas del propio club. Previamente, los jugadores fueron informados del objeto de estudio y de la voluntariedad y confidencialidad de las respuestas, solicitándoles la máxima sinceridad y honestidad en las mismas. Asimismo, en todo momento, los investigadores estuvieron presentes con el fin de subsanar cualquier tipo de duda o cuestión relativa al cuestionario. La batería fue cumplimentada únicamente por los participantes cuyos padres o tutores legales firmaron el consentimiento informado. La duración aproximada de la administración del instrumento fue de 30 minutos de promedio, respetándose siempre los procedimientos éticos.

Tabla 2.

*Análisis diferencial (prueba t), según la edad y género de los jugadores*

	14-15 años	16-17 años	d	Chicos	Chicas	d
	(n=97)	(n=52)		(n=87)	(n=72)	
	M (DE)	M (DE)		M (DE)	M (DE)	
Control del estrés	55.57 (6.39)	57.92 (6.35)**	.36	56.31 (5.96)	56.51 (7.14)	.03
Influencia evaluación rendimiento	32.94 (6.87)	33.26 (7.25)	.04	32.00 (6.59)	34.54 (7.29)**	.04
Motivación	27.30 (3.46)	27.15 (2.91)	-.05	27.08 (3.19)	27.50 (3.39)	.13
Habilidad mental	29.43 (4.70)	31.63 (4.50)**	.47	30.39 (5.12)	29.93 (4.16)	-.10
Cohesión de equipo	23.86 (2.81)	24.80 (1.87)*	.38	24.10 (2.40)	24.32 (2.78)	.08
Clima ego iguales	5.41 (.94)	5.53 (.86)	.13	5.50 (.85)	5.39 (1.00)	-.12
Clima tarea iguales	3.98 (.80)	3.69 (1.03)	-.31	3.88 (.79)	3.89 (1.04)	.01
Clima ego entrenador	3.31(.44)	3.20(.51)	-.23	3.27(.45)	3.27(.49)	.00
Clima tarea entrenador	3.53(.35)	3.52(.44)	-.03	3.51(.36)	3.55(.40)	.10

Nota: N = 149; gl =147; \*p < .05; \*\*p < .00

#### *Análisis de correlaciones*

En la Tabla 3 se pudo observar las relaciones entre las variables psicológicas y los distintos climas motivacionales favorecidos tanto por los iguales como por el entrenador. De este modo, se pudo observar una relación positiva entre la percepción de un clima motivacional orientado hacia la tarea generado por los iguales y por el enfoque del entrenador hacia la misma, y en sentido contrario, si el entrenador lo orienta hacia el ego. Ahora bien, si el deportista percibió un clima focalizado hacia el ego en sus iguales, descendió la percepción orientada hacia la tarea tanto del entrenador como de sus iguales. Además, un clima direccionado al ego favorecido por los iguales correlacionó de forma positiva y significativa con un aumento del número de sesiones semanales de entrenamiento.

#### *Análisis de datos*

La codificación y análisis de los datos se realizó con el programa estadístico SPSS. 22.0 y con un nivel de significación igual a .05. Los análisis realizados fueron los siguientes: descriptivos y de dispersión (media, desviación típica, asimetría y curtosis); pruebas de consistencia interna (alpha de Cronbach) y homogeneidad ( $X^2$  Chi-cuadrado) que valoraron la idoneidad de utilizar el análisis paramétrico; cálculo de la potencia estadística diferencial inter-sujetos (d Cohen); correlaciones segmentadas y modelos predictivos jerárquicos (regresión múltiple por pasos sucesivos), determinando de esta manera la fuerza de la relación entre las variables de manera parcial, así como la independencia de las mismas.

## Resultados

Análisis diferencial según la categoría de juego y el género de los jugadores

Para la determinación de la potencia estadística de las relaciones diferenciales, el análisis del tamaño del efecto estableció como destacable la diferencia estadística en la categoría Hm ( $d = .47$ ) a favor de los jugadores juveniles, no mostrándose indicadores reseñables en relación con el género (tabla 2).

La percepción de un clima focalizado en la tarea, favorecido por el entrenador, se relacionó con mayores niveles en todos los recursos psicológicos para el rendimiento de los jugadores (excepto en la ler). Sin embargo, la percepción de un clima orientado hacia el ego, favorecido por el entrenador, se relacionó significativamente con un incremento de Mo y ler (aspecto negativo cuanto mayor sea este indicador) y con un descenso de Hm y Ch. Asimismo, la percepción de un clima implicado hacia la tarea, favorecido por los iguales, arrojó relaciones positivamente significativas con los recursos de Ce, Mo y Ch. Por su parte, un clima de implicación al ego generado por los iguales correlacionó de manera positiva con ler y Ch. mientras que de manera negativa con Ce y Hm.

Por otro lado, los resultados reflejaron que conforme aumenta las horas semanales dedicadas por los jugadores a los entrenamientos, aumentan significativa y positivamente todos los recursos psicológicos que facilitan el rendimiento deportivo del deportista (Ce, Mo, Hm y Ch).

Tabla 3.  
Coeficientes de correlación de Pearson entre variables

	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Clima ego iguales	5.45	.92	1	-.28**	.07	-.41**	-.05	.51**	.13	-.85**	.18*	.14	.37*	.12
2. Clima tarea iguales	3.89	.90		1	-.40**	.56**	.47**	-.52**	-.61**	.01	.58**	.07	.11	.09
3. Clima ego entren.	3,27	.47			1	-.73**	.16	.54**	.16**	-.66**	-.21**	.03	.11	.02
4. Clima tarea entren.	3.52	.39				1	.20*	-.43**	.18*	.19*	.66**	-.01	.09	.10
5. Control del estrés	56.40	6.45					1	-.46**	.21*	.24**	.00	.18*	.09	.22**
6. Evaluación rendimiento	33.06	6.98						1	-.57**	-.63**	-.33**	-.02	.06	.01
7. Motivación	27.25	3.27							1	.30**	.10	.13	.12	.19*
8. Habilidad mental	30.20	4.73								1	.26**	.10	.04	.22**
9. Cohesión de equipo	24.19	2.55									1	.16	.15	.22**
10. Experiencia	1.48	.50										1	.07	.24**
11. Sesiones/Semanales	1.15	.36											1	.21*
12. Horas/Semanales	1.80	.39												1

Nota: \*\*  $p > .00$ ; \*  $p > .05$ .

#### Análisis de Regresión múltiple

Los resultados del análisis de regresión (Tabla 4), indicaron que la percepción del clima motivacional implicado hacia la tarea fomentado por los iguales y la edad predijeron de forma positiva y significativa los recursos de Ce ( $F_{2,146} = 11.94$ ;  $p < .00$ ), explicando un 12.8 % de la varianza total. Asimismo, existió una relación predictiva significativa entre la reducción de la percepción del clima hacia la tarea, fomentado por los iguales, y la evaluación negativa del rendimiento deportivo (Ier) ( $F_{1,147} = 16.92$ ;  $p < .00$ ), explicando un 23.4 % de la varianza. De esta manera. Es posible afirmar que el joven jugador se mantiene más equilibrado en un clima hacia la tarea fomentado por los iguales.

La percepción de un clima implicado hacia la tarea fomentado por el entrenador ( $F_{1,147} = 4.88$ ;  $p < .04$ ) explicó un 32% de la varianza en el proceso motivacional (Mo). En tanto que el aumento de la edad y de la percepción de un clima implicado hacia el ego fomentado por los iguales, junto con la percepción de un menor clima hacia el ego por parte del entrenador, predijeron significativamente los recursos de Habilidad Mental ( $F_{3,145} = 29.47$ ;  $p < .00$ ), con un 28,7% de la varianza total explicada.

Por último, la cohesión de equipo vino predicha tanto por la edad de los jugadores como por la percepción de un clima con implicación a la tarea, favorecido por el entrenador ( $F_{2,146} = 17.83$ ;  $p < .00$ ). La percepción de la unión del grupo deportivo estuvo fuertemente mediatizada por la percepción de las cualidades del entrenador.

Tabla 4.  
Variables predictoras de los recursos psicológicos para el rendimiento deportivo, controlando género y edad

V. dependiente	Paso	V. independientes	Beta	t	p
Control del estrés R2 = .128; $p < .00$	1	Clima tarea iguales	.27	2.51	.00**
	2	Edad	.23	2.92	.00**
Influencia evaluación rendimiento R2 = .234; $p < .00$	1	Clima tarea iguales	-.62	9.68	.00**
	1	Clima tarea Entrenador	.48	9.05	.00**
Motivación R2 = .320; $p < .00$	1	Clima ego iguales	-.45	10.19	.00**
	2	Edad	.29	2.52	.01*
	3	Clima ego entrenador	-.48	2.34	.02*
Cohesión de equipo R2 = .123; $p < .00$	1	Edad	.42	5.29	.00**
	2	Clima tarea entrenador	.46	2.08	.03*

Nota: \*\*  $p > .00$ ; \*  $p > .05$ .

## Discusión

La presente investigación analizó en una muestra de jugadores de balonmano, la relación entre los distintos climas motivacionales percibidos por los jugadores de un equipo (fomentado por el entrenador y por los iguales) y las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los jugadores.

En concreto, el primer objetivo fue analizar las diferencias según el género y la edad. Los resultados de este estudio mostraron diferencias significativas según la edad en la habilidad mental a favor de los mayores (juveniles), confirmando la tendencia de que un mayor nivel deportivo, hace más probable un aprendizaje en distintos contextos y disponer de más habilidades psicológicas (Maldonado et al., 2015; Ruiz-Barquín & Lorenzo García, 2008), teniendo en cuenta principalmente aspectos como la maduración cognitiva y mayor experiencia deportiva. Por lo tanto, se cumple la primera de las hipótesis planteadas.

Por otro lado, atendiendo al género de los jugadores y aunque no se hallaron las diferencias significativas esperadas, los resultados mostraron que las chicas percibieron climas de tarea más altos que los chicos, mientras que éstos percibieron climas de implicación al ego como sugirieron investigaciones previas (Moreno et al., 2008; Torregrosa et al., 2011), cumpliendo de esta forma la segunda de las hipótesis planteadas. Recientes estudios con jugadores de balonmano hallaron que el clima de entrenamiento centrado en la tarea predominó en ambos géneros sobre el clima de entrenamiento centrado en el ego, especialmente en las chicas y en los jugadores menos experimentados (Gómez-López et al. 2019b; Hunt et al., 2020). No obstante, y de forma idealizada, estas diferencias de género podrían suavizarse en el tiempo, siempre y cuando los entrenadores y agentes que se desarrollan en los contextos deportivos estén mejor formados y adquieran conciencia sobre la importancia de educar y formar en el proceso para que “emerja” un deportista, más que en el resultado y el rendimiento de este. Sumado a ello, sólo se encontraron diferencias significativas con respecto al género en la evaluación negativa del rendimiento en la muestra de chicas. Este resultado sugiere que las demandas y las exigencias de los entrenamientos y la competición para hombres y mujeres son semejantes, desarrollándose de este modo, perfiles similares de habilidades psicológicas (Maldonado et al., 2015; Ruiz Barquín & Lorenzo-García, 2008), que se reflejan en la variable más asociada a la respuesta del equilibrio emocional.

El segundo objetivo pretendía examinar la relación existente entre los climas motivacionales generados por el entrenador y los iguales, y las características psicológicas de los jugadores. Los resultados de esta investigación corroboraron la hipótesis inicial que hacía prever que los climas motivacionales orientados hacia la tarea estarían relacionados con indicadores psicológicos que favorecen el rendimiento deportivo. De este modo, los resultados demostraron que cuando el entrenador se centra en el diseño de entrenamientos cuyo fin es favorecer el proceso de aprendizaje, perfeccionar su ejecución y el desarrollo integral del deportista, se potencia las habilidades psicológicas y con ello el rendimiento del deportista, coincidiendo con investigaciones previas (González-Campos et al., 2016; Ortiz et al., 2016; Seifriz et al., 1992). Por el contrario, un clima de implicación direccionado hacia el ego, favorecido por el entrenador, se ha asociado con un incremento de la influencia de la evaluación negativa del rendimiento, relacionándose con patrones desadaptativos de respuesta psicológica (González-Cutre et al., 2009). Según esto, es relevante que

las escuelas federativas de técnicos deportivos tengan en cuenta el diseño de tareas relacionadas con los estilos de liderazgo ejercidos en el deporte, en las etapas de formación del jugador (De la Vega et al., 2012).

En tercer lugar, el análisis predictivo ha permitido determinar que el aumento de la percepción de un clima centrado en la tarea, generado por el entrenador, se refleja como base para los recursos motivacionales y de cohesión de equipo de los jóvenes deportistas. Cuando el entrenador valora la capacidad de esfuerzo de sus jugadores y es capaz de centrar la atención en los procesos de aprendizaje, facilita las relaciones personales positivas entre los compañeros de equipo, aumentando el interés por la actividad o la práctica deportiva de los deportistas (Balaguer et al., 2015; González-Campos et al., 2016; Torregrosa et al., 2011)

En consonancia con lo anterior, la percepción de climas orientados hacia la tarea entre iguales emerge como un factor principal tanto en los recursos para el control del estrés como en la disminución de la negatividad en la evaluación del rendimiento (González-Campos et al., 2014). Mientras que una reducida percepción de climas motivacionales orientados al ego, favorecida tanto por el entrenador como por los iguales, se erige como relevante para la mejora de recursos de habilidad mental. En cierto sentido, situar la atención en el resultado y en los errores de los compañeros favorece la rivalidad (Balaguer et al., 2015) e interfiere en el desarrollo de habilidades mentales y el bienestar psicológico (García-Mas et al., 2011; Pensgaard & Roberts, 2000).

La investigación presenta una serie de limitaciones centradas en el tamaño muestral y la recogida de datos en un único deporte (balonmano), dificultando extrapolar los resultados al contexto deportivo en general, y al de los deportes de equipo en particular. No obstante, permite una aproximación, en el contexto formativo, a la influencia del clima motivacional orientadora por el entrenador y los iguales del deportista sobre variables psicológicas que potencian/interfieren el rendimiento deportivo. Sería conveniente que futuras líneas de investigación valoraran distintas categorías formativas junto con otros deportes tanto individuales como de equipo.

De este modo, la utilidad de la investigación de estas variables psicológicas para el deporte formativo tiene implicaciones de carácter práctico y aplicado. En este sentido, es posible señalar a técnicos y directores deportivos, su importancia en las edades de iniciación con miras a que el deportista consiga sentirse eficaz en su ejecución y continúe realizando actividad física a lo largo de su vida.

Por ello, se considera de gran relevancia la formación de entrenadores o el diseño de programas que capaciten a éstos en la facilitación de recursos psicológicos a sus deportistas tanto en los entrenamientos como en las competiciones. Esto posibilitaría que el deportista en formación disfrutara del deporte en contextos facilitadores del aprendizaje, a través de la ejecución de tareas junto con sus compañeros de equipo. De esta forma, es posible fomentar la implicación con la práctica deportiva habitual y continuada, garantizando la mejora de los recursos psicológicos en situaciones competitivas.

### Financiación

Los autores declaran no haber recibido financiación alguna para la realización del presente estudio.

**Conflicto de intereses**

Los autores declaran la no existencia de conflictos de intereses en el presente estudio.

**Referencias**

- Alesi, M., Gómez-López, M., Chicau Borrego, C., Monteiro, D., & Granero-Gallegos, A. (2019). Effects of a motivational climate on psychological needs satisfaction, motivation and commitment in teen handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(15), 2702. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152702>
- Amado, D., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Pulido-González, J. J., & Sánchez-Miguel, P. A. (2015). Incidence of parental support and pressure on their children's motivational processes towards sport practice regarding gender. *PLoS One*, *10*(6), e0128015. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128015>
- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Arias, I., Cardoso, T., Aguirre, H., & Arenas, J. (2016). Psychological characteristics sports performance in team sports. *Psicogente*, *19*(35), 25-36. <https://doi.org/10.17081/psico.19.35.1206>
- Balaguer, I., Castillo, I., Ródenas, L., Fabra, P., & Duda, J. L. (2015). Los entrenadores como promotores de la cohesión del equipo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *15*(1), 233-242. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232015000100022>
- Balaguer, I., Duda, J. L., Atienza, F. L., & Mayo, C. (2002). Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport and Exercise*, *3*(4), 293-308. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00025-5](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00025-5)
- Balaguer, I., Duda, J. L., & Crespo, M. (1999). Motivational climate and goal orientations as predictors of perceptions of improvement, satisfaction and coach ratings among tennis players. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, *9*(6), 381-388. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00260.x>
- Balaguer, I., Mayo, C., Atienza, F., & Duda, J. L. (1997). Factorial validity of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in the case of Spanish elite female handball teams. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *19*, 27.
- Cervelló, E., & Santos-Rosa, F. J. (2001). Motivation in Sport: and achievement goal perspective in young Spanish recreational athletes. *Perceptual and Motor Skills*, *92*(2), 527-534. <https://doi.org/10.2466/pms.2001.92.2.527>
- Chen, L. H., Kee, Y. H., & Chen, M. Y. (2015). Why grateful adolescent athletes are more satisfied with their life: The mediating role of perceived team cohesion. *Social Indicators Research*, *124*(2), 463-476. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0798-0>
- Curran, T., Hill, A. P., Hall, H. K., & Jowett, G. E. (2015). Relationships between the coach-created motivational climate and athlete engagement in youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *37*(2), 193-198. <https://doi.org/10.1123/jsep.2014-0203>
- De la Vega, R., Ruiz Barquín, R., Fuentealba, M. A., & Ortín, F. (2012). Aplicación de una prueba objetiva conductual de evaluación de la influencia de los otros en el rendimiento en fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *12*(2), 83-90. <https://doi.org/10.6018/cpd>
- Duda, J. L. (2001). Goals perspectives research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 129-182). Champaign, IL: Human Kinetics.
- García-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R., & Leiva, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, *20*(1), 197-207.
- Gimeno, F., Buceta J. M., & Pérez-Llantada, M. C. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Psicothema*, *19*(4), 667-672.
- Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez Llantada, M. C. (1999). El cuestionario de «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. En A. López de la Llave, M. C. Pérez-Llantada, & J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones breves en psicología del deporte* (pp. 65-76). Madrid: Dykinson.
- Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez Llantada, M. C. (2001). El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. *Análisis Psicológica*, *1*, 93-113.
- Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., & Abralde, J. A. (2014). Goal orientation effects on elite handball players motivation and motivational climate. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *132*, 434-440. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.333>
- Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & Isorna Folgar, M. (2013). Análisis de los factores psicológicos que afectan a los piragüistas en el alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, *35*, 57-76.
- Gómez-López, M., Manzano-Sánchez, D., Merino-Barrero, J. A., & Valero-Valenzuela, A. (2019a). The importance of the coach in predicting implicit beliefs about skill and beliefs about the causes of success in handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*, 78. <https://doi.org/10.3390/ijerph16010078>
- Gómez-López, M., Chicau Borrego, C., Silva, C. M., Granero-Gallegos, A., & González-Hernández, J. (2020). Effects of motivational climate on fear of failure and anxiety in teen handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*, 592. <http://doi.org/10.3390/ijerph17020592>
- Gómez-López, M., Merino-Barrero, J.A., Manzano-Sánchez, D., & Valero-Valenzuela, A. (2019b). A cluster analysis of high-performance handball players' perceived motivational climate: Implications on motivation, implicit beliefs of ability and intention to be

- physically active. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 14(4), 541-551. <https://doi.org/10.1177%2F1747954119861855>
- Gómez-López, M., Ruiz-Sánchez, V., & Granero-Gallegos, A. (2019c). Analysis of the prediction of motivational climate in handball players' fear of failure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 344. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030344>
- Gómez-Marcos, G. & Sánchez-Sánchez, M. (2019). Descripción y diferencias en las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de triatletas y para-triatletas. *Retos*, 36, 22-25. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.66973>
- González Campos, G., Valdivia-Moral, P., Cachón Zagalaz, J., Zurita Ortega, F., & Romero, O. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas. *Retos*, 32, 3-6. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i32.50895>
- González Fernández, M. (2010). Evaluación psicológica en el deporte: aspectos metodológicos y prácticos. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 250-258.
- González-Campos, G., Campos-Mesa, M. C., & Romero-Granados, S. (2014). Análisis de la influencia de evaluación del rendimiento en jugadores de un equipo de fútbol. *Retos*, 25, 85-89. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34486>
- González-Campos, G., Valdivia-Moral, P., Cachón-Zagalaz, J., & Romero-Ramos, O. (2016). La motivación y la atención-concentración en futbolistas. Revisión de estudios. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 5(2), 77-82. <https://doi.org/10.6018/264701>
- González-Cutre, D., Sicilia, A., Moreno, J. A., & Fernández-Balboa, J. M. (2009). Dispositional flow in physical education: Relationships with motivational climate, social goals, and perceived competence. *Journal of Teaching in Physical Education*, 28(4), 422-440. <https://doi.org/10.1123/jtpe.28.4.422>
- Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Baena-Extremera, A., Abalde, J. A., & Rodríguez-Suárez, N. (2012). La motivación autodeterminada en el balonmano amateur. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 33, 147-171.
- Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Rodríguez-Suárez, N., Abalde, J. A., Alesi, M., & Bianco, A. (2017). Importance of the motivational climate in goal, enjoyment, and the causes of success in handball players. *Frontiers in Psychology*, 8, 2081. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02081>
- Hunt, M. Q., Novak, C. E., Madrigal, L. A., & Vargas, T. M. (2020). Strategies for developing mental toughness in high school athletes. *Strategies*, 33(1), 14-19. <https://doi.org/10.1080/08924562.2019.1680330>
- Jaenes, J. C., Carmona, J., & Lopa, E. (2010). Evaluación y análisis de habilidades psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en gimnastas de rítmica. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5(1), 15-28.
- Keilani, M., Hasenöhrl, T., Gartner, I., Krall, C., Fürnhammer, J., Cenik, F., & Crevenna, R. (2016). Use of mental techniques for competition and recovery in professional athletes. *Wiener Klinische Wochenschrift*, 128(9-10), 315-319. <https://doi.org/10.1007/s00508-016-0969-x>
- Leo, F. M., Sánchez, P. A., Sánchez, D., Gómez, F. R., & García, T. (2009). Analysis of the existing relationships between orientation and motivational climate with antisocial behaviors in young athletes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 4(1), 15-28.
- López-López, I.S., Jaenes-Sánchez, J. C., & Cárdenas-Vélez, D. (2013). Adaptación para futbolistas (CPRD-F) del cuestionario "Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo" (CPRD). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 21-30. <https://doi.org/10.6018/cpd>
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., & Tristán, J. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 209-222.
- Lorenzo, J., Gómez, M.A., Pujals, C., & Lorenzo, A. (2012). Análisis de los efectos de un programa de intervención psicológica en jóvenes jugadores de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 43-48.
- Mahoney, M. J., Gabriel, T. J., & Perkins, T. S. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist*, 1, 181-199. <https://doi.org/10.1123/TSP.1.3.181>
- Maldonado, L., Martín-Tamayo, I., & Chiroso, L. J. (2015). Análisis de las características psicológicas y la toma de decisiones en un grupo de nadadores. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(1), 49-56.
- Moran, A. P. (2016). *The psychology of concentration in sport performers: A cognitive analysis*. Hove, East Sussex, UK: Psychology Press.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., & González-Cutre, D. (2008). Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(1), 181-191. <https://doi.org/10.1017/s1138741600004224>
- Moreno, J. A., González-Cutre, D., Conte, L., Alonso, N., Martí, C., & Cervelló, E. (2011). Propiedades psicométricas del Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire (PeerMCYSQ) con una muestra de deportistas españoles. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 101-118.
- Moreno, J. A., & Conte, L. (2011). Predicción del miedo a equivocarse en jugadores de baloncesto a través del clima tarea de los iguales y la motivación intrínseca. *Revista Mexicana de Psicología*, 28(1), 43-52.
- Newton, M., Duda, J. L., & Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, 18(4), 275-290. <https://doi.org/10.1080/026404100365018>
- Nicholls, A. R., Morley, D., & Perry, J. L. (2016). Mentally tough athletes are more aware of unsupportive coaching behaviours: Perceptions of coach behaviour, motivational climate, and mental toughness in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(2), 172-181. <https://doi.org/10.1177%2F1747954116636714>
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MASS: Harvard University Press.
- Ntoumanis, N., & Vazou, S. (2005). Peer motivational climate in youth sport: Measurement development and validation. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27(4),

- 432-455. <http://dx.doi.org/10.1123/jsep.274.432>
- Olmedilla, A., Ortega, E., Andreu, M. D., & Ortín, F. J. (2010). Programa de intervención psicológica en futbolistas: evaluación de habilidades psicológicas mediante el CPRD. *Revista de Psicología del Deporte, 19*(2), 249-262.
- Ortiz, P., Gómez-López, M., Martín, I., Reigal, R. E., García-Mas, A., & Chiroso, L. J. (2016). Role played by the coach in the adolescent players' commitment. *Studia Psychologica, 58*(3), 184-198. <https://doi.org/10.21909/sp.2016.03.716>
- Pensgaard, A. M., & Roberts, G. C. (2000). The relationship between motivational climate, perceived ability and sources of distress among elite athletes. *Journal of Sports Sciences, 18*(3), 191-200. <https://doi.org/10.1080/026404100365090>
- Ruiz Barquín, R., & Lorenzo García, O. (2008) Características psicológicas en los jugadores de pádel de alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 3*(2), 183-200.
- Ruiz-Sánchez, V., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & González Hernández, J. (2017). Relación del clima motivacional y miedo al fallo en jugadores de alto rendimiento en balonmano. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 17*(3), 55-64. <https://doi.org/10.6018/cpd>
- Seifriz, J. J., Duda, J. L., & Chi, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate and intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 14*(4), 375-391.
- Torregrosa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., Azócar, F., Latinjak, A., & Cruz, J. (2011). Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función del género. *Revista de Psicología del Deporte, 20*(1), 243-255.
- Tutte, V., Reche, C., & Álvarez, V. (2020). Evaluación e intervención psicológica en jugadoras de hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 20*(1), 62-74. <https://doi.org/10.6018/cpd.406651>
- Vealey, R. S., Chase, M. A., & Cooley, R. (2017). Developing self-confidence in young athletes. *Sport Psychology for Young Athletes, 121-132*.
- Walling, M. D., Duda, J. L., & Chi, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: construct and predictive validity. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 15*(2), 172-183. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.2.172>
- Watson, J. C. (2016). The effect of athletic identity and locus of control on the stress perceptions of community college student-athletes. *Community College Journal of Research and Practice, 40*(9), 729-738. <https://doi.org/10.1080/10668926.2015.1072595>