

Construcción de un cuestionario de motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio y abandono

.....
Gonzalo Marrero Rodríguez, José Martín-Albo Lucas y Juan Luis Núñez Alonso

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA
UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

RESUMEN

El presente estudio es el resultado de la combinación de los datos obtenidos en dos trabajos de investigación en orden a construir un Cuestionario de Motivos Deportivos (MIMCA) que atendiese a cuatro momentos de la vida del deportista (inicio, mantenimiento, cambio y abandono), elaborado a partir de sus propias aportaciones, pues consideramos que su proyección en una de las áreas más importantes en la Psicología del deporte pueden ser prometedoras. Entre los datos obtenidos, cabe destacar que los coeficientes de fiabilidad tanto en la escala global como en las subescalas son satisfactorios, lo que le convierte en un instrumento de medida dotado de un nivel alto de consistencia interna.

Palabras Clave: Motivación, Deporte.

ABSTRACT

The present work is the result of combine two researchs showed in the academic year 1996/97. The goal of this presentation is making the Sports Motives Questionnaire (MIMCA) that takes into consideration four moments of sport's life (beginning, to keep in, change and leave it) and made with the sportsmen selfcontributions' as we think that the sports motives are an area with promising possibilities. The results shows satisfactory reliability coefficients at the global scale and the four subscales; so the questionnaire has a high level of internal consistence.

Key Words: Motivation, Sport.

Introducción

Gould (1982) sugirió la necesidad de realizar estudios descriptivos que identificaran la variedad de motivos que los adolescentes tenían y su relación con la incorporación a equipos deportivos, pues consideraba que sólo a través de la acumulación de ese conocimiento se podría dotar a los entrenadores de programas deportivos que facilitarían la satisfacción de las necesidades y contribuir al desarrollo de los jóvenes participantes. Y, es precisamente la idea de contribuir a un entrenamiento eficaz entendido como mejora de los resultados, lo que llevó a los primeros investigadores a intentar identificar esos motivos.

En el I Congreso Internacional de Psicología del Deporte celebrado en Roma (1965), Bouet presentó un trabajo sobre motivaciones deportivas, que en 1969 le permitió concretar la existencia de dos factores: la lucha contra la naturaleza y la lucha contra el adversario, que coexistían con cinco epifenómenos motivacionales: la necesidad de movimiento, la afirmación de sí mismo, la compensación, la agresividad y la afiliación.

No obstante, será a comienzos de los años 80 cuando las investigaciones sobre motivos deportivos empiezan a ser relevantes no sólo por el número de publicaciones sino también por la calidad de las mismas. Así, Alderman (1980) propuso un listado de necesidades a partir de las cuales se podría motivar a atletas jóvenes a comprometerse en actividades deportivas. Estas necesidades o incentivos eran afiliación, poder, independencia, estrés, excelencia, éxito y agresividad. Este autor trabajó con muestras de jóvenes que diferían en edad, cultura y en el deporte que practicaban y encontró que los motivadores más fuertes y consistentes eran afiliación y excelencia, seguidos por el estrés, la agresividad y la independencia aunque no resultaron ser relevantes desde el punto de vista estadístico. Su investigación aportó también luz sobre la importancia de la calidad interpersonal que debe existir dentro del contexto deportivo; en particular, entre el entrenador y los deportistas, que debe procurar situaciones agradables en las que se proporcionen oportunidades para la expresión del carácter de cada individuo.

El mismo año, Youngblood y Suinn (1980) elaboraron la Escala de Evaluación Motivacional en la que aparecen 19 categorías integrada cada una por cinco posibles características. Estos autores consideraban que si se descubría el perfil motivacional individual el entrenador podría aumentar la motivación de los atletas. Así podría elegir entre dar una charla de ánimo a todos u ofrecer apoyo personal para aquel atleta que se caracterizaba por puntuaciones altas en aprobación social; discutir sobre la competición del rival con el atleta que puntúa alto en competición; indagar sobre el desarrollo personal o de carrera de un atleta con énfasis alto en familia; fijar y anotar metas de entrenamiento para el competidor que insiste en lograr éxitos, etc. Posteriormente, los trabajos de investigación permiten a Rudik (1982) distinguir dos factores motivacionales: motivaciones directas e indirectas.

Como no es nuestro propósito realizar un recorrido exhaustivo por los diferentes trabajos de investigación, recogemos en la tabla 1 los estudios sobre factores que llevan a la participación y permanencia en la actividad física y el deporte según algunos autores relevantes en este campo.

TABLA 1

Gill et al. (1983)	Gould et al. (1985)	Klint y Weiss (1986)	Brodkin Weiss (1990)	Valdés (1993)
<ul style="list-style-type: none"> * Logro * Equipo * Buen estado físico * Gastar energía * Demostrar destreza * Amistad * Diversión * Otros 	<ul style="list-style-type: none"> * Logro * Atmósfera de equipo * Buen estado físico * Gastar energía * Desarrollar destrezas * Amistad * Emoción/desafío 	<ul style="list-style-type: none"> * Competición * Atmósfera de equipo * Buen estado físico * Desafío * Acción * Otros aspectos situacionales * Reconocimiento social 	<ul style="list-style-type: none"> * Aspectos de la competición * Salud/estado físico * Gasto de energía * Afiliación * Diversión * Estatus social * Otros 	<ul style="list-style-type: none"> * Satisfacción con la actividad * Aspiración de rendimiento * Estatus social y/o deportivo * Salud/preparación física * Motivos cognitivos * Transmisión de conocimientos * Razones económicas * Tiempo libre/relajación/descanso * Relaciones sociales * Realización personal

Nos parece importante insistir que entre los distintos motivos los más estudiados han sido el de logro, la afiliación, el desarrollo de destreza y el espíritu de equipo. Asimismo, los análisis descriptivos han buscado diferencias motivacionales en sexo, edad y tipo de deporte (individual o colectivo). Sin embargo, hemos de tomar los resultados de los estudios realizados en este terreno con las debidas cautelas. Nuestras sospechas se centran en que la mayoría se ha realizado con estudiantes jóvenes dentro del contexto universitario o escolar y se ha medido con instrumentos no específicos del deporte o con medidas indirectas tales como la ansiedad (Marrero, Martín-Albo y Núñez, 1996).

Respecto a la primera sospecha podemos plantear: ¿un deportista universitario de equipo presenta diferencias respecto a un deportista que practica un deporte individual? Nosotros consideramos que tienen más cosas en común que diferentes. Por ejemplo, ambos pertenecen a un grupo universitario; representan a su universidad y entrenan con compañeros de universidad, de campus o, incluso, de clase.

Sin embargo, en la lucha de equipos o de deportistas individuales fuera de la universidad o del ámbito escolar, los individuos pueden mostrar un nivel más alto de heterogeneidad. Un deportista colectivo diferirá con mucha probabilidad en cultura, grupo de referencia, ambiente cotidiano y, probablemente, en motivos.

La otra sospecha hace referencia a la necesidad de medir los motivos con escalas que se hayan realizado con y para los deportistas. En esta línea, Cei (1993) plantea que una de las limitaciones en esta fase inicial de la investigación sobre motivación en la práctica deportiva no es el no haber utilizado un paradigma teórico específico y el no haberlas desarrollado principalmente según un criterio estrictamente descriptivo sino el utilizar medidas siempre diferentes, a menudo creadas por los investigadores para aquel estudio específico. Sin embargo, la creación de las escalas también está sujeta al primer sesgo. Nosotros creemos que un instrumento debe garantizar que las escalas sean características de deportistas cualesquiera que sea su nivel cultural, social, racial, etc. Este es, precisamente, uno de los objetivos que intentamos lograr con la construcción del cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono del deporte (M.I.M.C.A.).

Por último, consideramos que en un futuro próximo la investigación debe descubrir si la variación de los motivos está en función de la edad o el tiempo de práctica; y, en el ámbito de las motivaciones de inicio, cambio, mantenimiento o abandono de la actividad deportiva, investigar las diferencias entre deportistas de equipo y deportistas individuales.

Teniendo en cuenta las razones apuntadas, el presente estudio recoge la elaboración de un cuestionario dividido en tres fases: a) encuesta abierta y elaboración de ítems; b) primer análisis de fiabilidad y filtrado de ítems; y c) análisis de fiabilidad en una muestra representativa.

1ª FASE: encuesta y elaboración de ítems

Objetivo

El objetivo es descubrir los motivos de los deportistas en cuatro momentos distintos: inicio, mantenimiento o permanencia, cambio y abandono. Para un primer acercamiento a esos motivos, consideramos que la mejor forma era preguntarlo con una encuesta abierta a deportistas y entrenadores.

Diseño

Población y muestra

La población considerada en este estudio incorpora a los deportistas mayores de 14 años federados en Las Palmas y pertenecientes a alguno de los deportes que se recogen en la tabla 2. Se trata, como hemos apuntado, de un estudio donde se pretende recoger un gran abanico de respuestas mediante una encuesta abierta. La muestra se eligió al azar y quedó integrada por ocho deportes, cuatro individuales y cuatro de equipo, con un total de 103 sujetos.

Los 103 sujetos muestrales se repartieron entre los dos sexos (63 hombres, 40 mujeres) con edades comprendidas entre 14 y 44 años de edad. Nos decidimos a elegir estos ocho deportes porque engloban a la mayor parte de la población de deportiva de Gran Canaria.

TABLA 2
DISTRIBUCIÓN MUESTRAL DE LA 1ª FASE

DEPORTES	DEPORTISTAS	ENTRENADORES	TOTALES
Atletismo	12	1	13
Tenis	4	3	7
Natación	9	1	10
Ajedrez	11	0	11
Fútbol	18	2	20
Baloncesto	14	2	16
Voleybol	14	2	16
Vela Latina	10	0	10
Totales	92	11	103

Material

Para esta primera fase se empleó una encuesta abierta en la que figuraban cuatro preguntas: ¿por qué se inició usted en el deporte?; ¿qué razones tiene para continuar haciendo deporte?; ¿por qué cambiaría de deporte?; y ¿qué razones le llevarían a usted a abandonar el deporte?

Para la categorización teórica de las respuestas se utilizó el análisis de contraste con las categorías aportadas por los siguientes autores: Alderman (1980); Youngblood y Suinn (1980); Rudik (1982); Gill et al. (1983); Gould et al. (1985); Klint y Weiss (1986); Brodtkin y Weiss (1990) y Valdés (1993).

Procedimiento

Las encuestas se realizaron antes de los entrenamientos, en los vestuarios o en el local del club siempre que las condiciones de iluminación y existencia de sillas estuviese asegurada. Tras pedirle al sujeto su colaboración para un estudio acerca de la motivación en su deporte, se procedía a la entrevista que iba precedida de las siguientes instrucciones:

Se trata de dar respuesta a cuatro preguntas que hacen mención a razones que pueden tener los deportistas para iniciar, mantener, cambiar o abandonar un deporte. Puedes contestar tantas razones como creas oportunas, basadas en tu propia experiencia o en la experiencia de algunos amigos (lo subrayado cambiaba cuando el sujeto era entrenador a basadas en su experiencia como deportista y/o entrenador). No hay límite de tiempo y, si en cualquiera de las preguntas recuerdas alguna razón que deba ir en otra, te ruego me lo hagas saber. Yo recogeré tus respuestas. No necesitas indicar tu nombre, pues esta información será confidencial.

A partir de este momento, se iban leyendo las preguntas de la encuesta y se tomaban las correspondientes anotaciones por el investigador. Sólo cuando la respuesta dada

por el sujeto era “*porque me gusta*” o “*porque ya no me gusta*”, se le pedía que definiera de forma más concreta la contestación, intentando dar razones de por qué le gusta o por qué le ha dejado de gustar.

Resultados y Categorización

Se recogieron un total de 1070 respuestas (627 para deportistas de equipo y 443 de deportistas individuales) y se realizó un filtrado de las respuestas siguiendo los criterios de: a) eliminar respuestas repetidas; b) agrupar sinónimos y c) eliminar las respuestas con frecuencia absoluta igual o menor que dos.

Tras obtener la lista de motivos para cada una de las cuatro secuencias deportivas, se hizo una primera categorización teórica, utilizando las categorías establecidas por los autores expuestos anteriormente. Una vez establecidos los motivos y las categorías a las que pertenecían, se elaboró un cuestionario piloto atendiendo a los siguientes requisitos:

- a) El cuestionario incorporaba cuatro partes: Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono.
- b) Los ítems tendrían cinco posibles puntuaciones (escala tipo Likert): desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo).
- c) El orden de aparición de los ítems de cada una de las cuatro partes se repartiría al azar.
- d) Los ítems respetarían, en la medida de lo posible, las propias expresiones de los sujetos recogidas en la encuesta en orden a facilitar la confrontación posterior.

2ª FASE: primer filtrado de ítems

Objetivo

El objetivo de esta segunda fase era eliminar los ítems que no resistieran un primer análisis de consistencia interna, es decir, que no midieran lo que se pretendía medir: motivos de inicio, mantenimiento, cambio y abandono de la actividad deportiva. Para descubrir la consistencia interna se emplearía la prueba alfa de Cronbach.

Procedimiento

Población y Muestra

Tanto la población como la muestra sufrieron variación en los deportes de equipo. Concretamente, la vela latina fue sustituida por el balonmano debido a la dificultad para localizar a estos deportistas por estar fuera de temporada de competición. La elección del balonmano se basó en dos razones: la facilidad de obtener la muestra y porque es un deporte con trayectoria e impacto en la isla de Gran Canaria.

La población correspondía a aquellos deportistas mayores de 14 años y federados en atletismo, tenis, natación, ajedrez, fútbol, baloncesto, voleybol y balonmano. La mues-

tra de deportistas fue de 64 sujetos elegidos de forma aleatoria y configurada como aparece en la tabla 3.

Material

Se utilizó un cuestionario piloto que presentaba cuatro subescalas: la de inicio con 29 ítems; la de mantenimiento con 39 ítems; la de cambio con 27 ítems y la de abandono con 29 ítems.

Para el análisis de los datos se utilizó el paquete de programas estadístico SPSSWIN 6.1.2.

Procedimiento

La aplicación del cuestionario se hizo de forma individual, antes de los entrenamientos. Tras pedir la colaboración del deportista, nos dirigíamos a los vestuarios o local del club y le hacíamos las siguientes indicaciones:

A continuación voy a entregarte un cuestionario y un bolígrafo (se le entregaba). El cuestionario tiene cuatro apartados, todos ellos precedidos de una pregunta y una clave de puntuación. Comprueba que es así (...). Como has podido ver, se trata de leer la pregunta y la clave de puntuación y rodear con un círculo la puntuación que creas oportuna en cada afirmación. No existe limitación de tiempo y no debes firmar, pues la información es confidencial y no será conocida por el entrenador. Cualquier duda o aclaración que necesites, pregúntalo. Puedes empezar.

Al acabar el sujeto el cuestionario se le agradecía su colaboración y se le pedía su opinión sobre las dificultades que había apreciado y las indicaciones que considerase oportuno realizar en orden a perfeccionar posteriormente el instrumento.

TABLA 3
DISTRIBUCIÓN MUESTRAL DE LA 2ª FASE

DEPORTES	HOMBRES	MUJERES	TOTALES
Atletismo	5	3	8
Tenis	4	2	6
Natación	7	3	10
Ajedrez	5	1	6
Fútbol	10	0	10
Baloncesto	4	4	8
Voleybol	4	4	8
Balonmano	4	4	8
Totales	43	21	64

Resultados y comentario

Recogidas las muestras de los deportes elegidos, se procedió al análisis de fiabilidad como aparece en la tabla 4 donde se recogen los resultados obtenidos en el alfa de Cronbach. La consistencia interna resultó siempre por encima de 0.80 en todo el cuestionario y en cada una de las cuatro partes: inicio, mantenimiento, cambio y abandono. Los datos indicaron que no mejoraba significativamente la consistencia interna con la eliminación de algunos items.

Por otra parte, los deportistas no tuvieron dificultades de comprensión del cuestionario, lo que nos hizo mantener el formato.

TABLA 4
ANÁLISIS PRELIMINAR DE LA FIABILIDAD DEL CUESTIONARIO PILOTO

Partes del Cuestionario	Coficiente Alfa	Alfa Estandarizado
Todo el cuestionario	0.8464	0.8497
Inicio	0.8915	0.8954
Mantenimiento	0.8459	0.8497
Abandono	0.8265	0.8256
Cambio	0.8634	0.8665

3ª FASE: Fiabilidad del cuestionario MIMCA

Objetivo e hipótesis

En esta fase, pretendemos elaborar un cuestionario fiable que nos sirva para posteriores investigaciones sobre los motivos de participación en los deportes. La investigación busca mostrar un nivel adecuado de fiabilidad, por lo que no existe una hipótesis específica. Si el cuestionario es consistente, se utilizará en próximas investigaciones para aportar luz sobre las motivaciones deportivas y la influencia de variables como el sexo, la edad, el tipo de deporte y el tiempo de práctica deportiva.

Procedimiento

Población y Muestra

La población está formada por los jugadores federados, mayores de catorce años, pertenecientes a alguno de los siguientes deportes: atletismo, tenis, natación, ajedrez, fútbol, baloncesto, balonmano y voleibol. Los datos poblacionales fueron solicitados a las respectivas federaciones y algunas dificultades de las organizaciones no permitió obtener todos los datos. La muestra se eligió según el muestreo aleatorio estratificado, con un nivel de confianza del 95'5% y un margen de error del +/- 5%, lo que supone un total de 762 sujetos muestrales. A la hora de asignar sujetos, se concedió un menor peso al fútbol para evitar sesgar los resultados, pues es el deporte más practicado en esta isla. Esto permitía, además, incorporar más representantes femeninos, que, de otra manera, quedarían prácticamente anulados en la muestra. La tabla 5 recoge la confección definitiva de la muestra.

TABLA 5
MUESTRA DEFINITIVA PARA EL ANÁLISIS DE LA FIABILIDAD

DEPORTES	HOMBRES	MUJERES	TOTALES
Atletismo	61	32	93
Tenis	38	24	62
Natación	91	50	141
Ajedrez	53	8	61
Fútbol	146	0	146
Baloncesto	64	40	104
Voleybol	47	30	77
Balonmano	43	35	78
Totales	543	219	762

Material

Se utilizó el mismo cuestionario que en el estudio 2, recogiendo además el tiempo de práctica.

El análisis estadístico se realizó con el paquete de programas estadístico SPSSWIN 6.1.2.

Procedimiento

Se procedió de la misma forma que en la fase dos y las instrucciones fueron idénticas.

Resultados

Puesto que el objetivo final de este estudio era elaborar un instrumento fiable con el que poder trabajar en el futuro, nos interesaba descubrir la fiabilidad a través del coeficiente alfa de Cronbach. La tabla 6 recoge el coeficiente alfa y el alfa de los ítems estandarizados.

TABLA 6
ANÁLISIS PRELIMINAR DE LA FIABILIDAD DEL CUESTIONARIO

Partes del Cuestionario	Coficiente Alfa	Alfa Estandarizado
Todo el cuestionario	0.8902	0.8929
Inicio	0.8262	0.8280
Mantenimiento	0.8454	0.8526
Abandono	0.8697	0.8748
Cambio	0.9001	0.9027

Comentario de los resultados

El cuestionario como conjunto muestra una consistencia aceptable (alfa= 0.89) y la eliminación de algún ítem no representaba una mejora significativa del coeficiente alfa. Si tenemos en cuenta cada una de las partes del cuestionario, observamos que los coeficientes de fiabilidad son siempre superiores a 0.82, siendo el más bajo el de inicio y

el más alto el de cambio. La consistencia interna encontrada permitirá utilizar este instrumento para investigar los motivos que llevan a los deportistas a mantenerse o abandonar el deporte con el fin de elaborar programas que puedan mejorar los motivos más eficaces en el mantenimiento de la conducta deportiva.

Referencias Bibliográficas

- ALDERMAN, R.B. (1980). Strategies for motivating young athletes. En W.F. Straub (Ed.), *Sports Psychology: An analysis of athlete behavior*. Ithaca, New York: Movement.
- BOUET, M. (1965). Recherches sur la motivation du sportif. En F. Antonelli (Ed.), *Proceedings, First International Congress of Sport Psychology*. Roma: F.M.S.I.
- (1969). *Les motivations des sportifs*. Paris: Editions Universitaires.
- BRODKIN, D. y WEISS, M.R. (1990). Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(3), 248-263.
- CEI, A. (1993). La motivación en la práctica deportiva de atletas jóvenes. Conferencia presentada al *IV Congreso Nacional y Andaluz de la Actividad Física y el Deporte*. 1993, Actas del Congreso. Sevilla.
- GILL, D.L., GROSS, J.B. y HUDDLESTON, S. (1983). Participation motivation in youth sport. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
- GOULD, D. (1982). Sport psychology in the 1980's: status direction, and challenges in youth sports research. *Journal of Sport Psychology*, 4, 203-218.
- GOULD, D., WEISS, M. y FELTZ, D. (1985). Motives for participating in competitive youth swimming. *International Journal of Sport Psychology*, 16, 126-140.
- KLINT, K.A. y WEISS, M.R. (1986). Dropping in and dropping out: participation motives of current and former youth gymnasts. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 11, 106-114.
- MARRERO, G., MARTÍN-ALBO, J. y NÚÑEZ, J.L. (1996). La motivación en los deportes de lucha. *I Congreso Internacional de Luchas y Juegos Tradicionales*, 301-312. Fuerteventura: Gobierno de Canarias
- RUDIK (1982): *Psicología de la educación física y del deporte*. Buenos Aires: Stadium.
- VALDÉS, H. (1993). Motivación de atletas de alto rendimiento. Ponencia presentada en el *II Simposium Internacional de Educación Física Escolar y Deporte de Alto Rendimiento*. Las Palmas de Gran Canaria: Actas del Simposium.
- YOUNGBLOOD, D. y SUINN, R.M. (1980). A behavioral assessment of motivation. En R.M. Suinn (Ed.): *Psychology in Sports*. Minneapolis: Burgess

ANEXO 1

CUESTIONARIO DE INICIO

DEPORTE ()

EDAD ()

SEXO V H

A continuación se presentan una serie de afirmaciones por las que una persona puede **iniciarse en el deporte**. Expresa su grado de acuerdo o desacuerdo rodeando con un círculo el número apropiado según las siguientes claves de puntuación:

5 : Totalmente de Acuerdo

4 : Muy de Acuerdo

3 : De Acuerdo

2 : Poco de Acuerdo

1 : Total Desacuerdo

Cuestionario de Inicio	Claves				
	1	2	3	4	5
1. Influencia de la TV.	1	2	3	4	5
2. Los Profesores del Colegio.	1	2	3	4	5
3. Salir del entorno habitual.	1	2	3	4	5
4. Ser famoso.	1	2	3	4	5
5. Superarse a sí mismo.	1	2	3	4	5
6. Mejorar la madurez personal.	1	2	3	4	5
7. Recuperar problemas físicos.	1	2	3	4	5
8. Campañas de Verano del Ayuntamiento.	1	2	3	4	5
9. Se Practica en el barrio.	1	2	3	4	5
10. Buscar un ambiente saludable.	1	2	3	4	5
11. Ocupar el tiempo libre.	1	2	3	4	5
12. Influencia de la radio.	1	2	3	4	5
13. Porque es un deporte autóctono.	1	2	3	4	5
14. Influencia de los padres	1	2	3	4	5
15. Poder competir.	1	2	3	4	5

16. Porque tengo condiciones físicas.	1	2	3	4	5
17. Para viajar.	1	2	3	4	5
18. Conseguir ciertas metas.	1	2	3	4	5
19. Influencia de la prensa.	1	2	3	4	5
20. Tener amigos que practican ese deporte.	1	2	3	4	5
21. Instalaciones cercanas.	1	2	3	4	5
22. Relacionarse con otras personas.	1	2	3	4	5
23. Por gustarle el contacto físico.	1	2	3	4	5
24. Influencia de los hermanos.	1	2	3	4	5
25. Mantenerse en forma.	1	2	3	4	5
26. Mejorar la apariencia física.	1	2	3	4	5
27. Divertirse.	1	2	3	4	5
28. Dejar la droga.	1	2	3	4	5
29. Por las campañas de captación del club.	1	2	3	4	5

CUESTIONARIO DE MANTENIMIENTO

DEPORTE ()

EDAD ()

SEXO V H

A continuación se presentan una serie de afirmaciones por las que una persona se mantiene en el deporte que practica y a las que usted debe responder **basándose en su experiencia personal**. Expresar su grado de acuerdo o desacuerdo rodeando con un círculo el número apropiado según las siguientes claves de puntuación:

5 : Totalmente de Acuerdo

4 : Muy de Acuerdo

3 : De Acuerdo

2 : Poco de Acuerdo

1 : Total Desacuerdo

Cuestionario de Mantenimiento	Claves				
1. Mi deporte es espectacular y emocionante.	1	2	3	4	5
2. Aunque los resultados sean adversos me gusta seguir entrenando.	1	2	3	4	5
3. Practicando deporte me siento más sano.	1	2	3	4	5
4. Hago deporte para competir.	1	2	3	4	5
5. El deporte me permite obtener becas.	1	2	3	4	5
6. Mi entrenador me ayuda a seguir.	1	2	3	4	5
7. Me gusta conocer gente al entrenar/competir.	1	2	3	4	5
8. Lo mejor de mi deporte es la oportunidad que tengo de viajar, hacer excursiones...	1	2	3	4	5
9. Existe mucha cohesión de grupo.	1	2	3	4	5
10. Mi deporte es mi "hobby" preferido.	1	2	3	4	5
11. Mis mejores amigos están en mi deporte.	1	2	3	4	5
12. El deporte me ayuda a concentrarme en mi vida diaria.	1	2	3	4	5
13. Practico deporte por dinero.	1	2	3	4	5
14. Con el deporte mejoro mi imagen física.	1	2	3	4	5
15. Al entrenar lo paso bien con mis compañeros.	1	2	3	4	5
16. Los resultados dependen únicamente de mí.	1	2	3	4	5

17. A pesar de la edad seguiré haciendo deporte.	1	2	3	4	5
18. Haciendo deporte mejoro físicamente.	1	2	3	4	5
19. El deporte me hace más atractivo/a.	1	2	3	4	5
20. Sigo entrenando por estar con mis amigos.	1	2	3	4	5
21. A pesar de la lluvia y/o frío voy a entrenar.	1	2	3	4	5
22. El deporte me permite mejorar mis capacidades mentales.	1	2	3	4	5
23. El deporte me sirve de "válvula de escape".	1	2	3	4	5
24. Los compañeros participan juntos en otras actividades fuera del deporte.	1	2	3	4	5
25. Aunque el entrenamiento sea monótono sigo entrenando.	1	2	3	4	5
26. En la competición soy yo contra los demás.	1	2	3	4	5
27. Entreno por la cercanía de instalaciones.	1	2	3	4	5
28. Si un día no entreno me siento mal.	1	2	3	4	5
29. Me siento a gusto con el entrenador.	1	2	3	4	5
30. Cuando entreno me olvido de los problemas diarios.	1	2	3	4	5
31. El deporte permite expresarme tal como soy.	1	2	3	4	5
32. Gracias al deporte confío más en mí mismo/a.	1	2	3	4	5
33. Me gusta aprender las técnicas de mi deporte.	1	2	3	4	5
34. El entrenamiento es divertido.	1	2	3	4	5
35. Llegar lejos en mi deporte es lo más importante.	1	2	3	4	5
36. Es fácil llegar a mi lugar de entrenamiento.	1	2	3	4	5
37. Me gusta dominar la estrategia de mi deporte.	1	2	3	4	5
38. Si no fuera por los buenos resultados dejaría de entrenar.	1	2	3	4	5
39. Busco la intensidad y el esfuerzo en el entrenamiento.	1	2	3	4	5

CUESTIONARIO DE CAMBIO

DEPORTE ()

EDAD ()

SEXO V H

Una persona puede **cambiar** de deporte por varias razones.

¿QUÉ RAZONES LE LLEVARÍAN A USTED A CAMBIAR DE DEPORTE? De las siguientes, exprese su opinión rodeando con un círculo el número apropiado según las siguientes claves de puntuación:

5 : Totalmente de Acuerdo

4 : Muy de Acuerdo

3 : De Acuerdo

2 : Poco de Acuerdo

1 : Total Desacuerdo

Cuestionario de Cambio	Claves				
	1	2	3	4	5
1. Falta de aptitudes físicas.					
2. No tener apoyo federativo.					
3. Buscar un deporte al que dedique menos tiempo.					
4. Llevarme mal con el entrenador.					
5. Obtener ingresos económicos.					
6. Tener familiares en otro deporte.					
7. Problemas de salud.					
8. No existir suficientes clubes.					
9. Lograr el éxito que no he obtenido en el deporte que practico.					
10. Porque se pone otro deporte de moda.					
11. Por problemas con los compañeros.					
12. Cansancio psíquico en mi deporte.					
13. Buscar un deporte menos sacrificado.					
14. Conseguir nuevos amigos.					
15. Cambio de domicilio.					
16. No poder compaginar con los estudios.					

17. No competir o jugar habitualmente.	1	2	3	4	5
18. No tener apoyo del club.	1	2	3	4	5
19. Tener una edad avanzada para mi deporte.	1	2	3	4	5
20. Me aburre el deporte que hago.	1	2	3	4	5
21. Por tener amigos en otro deporte.	1	2	3	4	5
22. Estoy cansado de la competición.	1	2	3	4	5
23. Por no poder compaginar con el trabajo.	1	2	3	4	5
24. Buscar nuevas sensaciones.	1	2	3	4	5
25. Por complementar mi imagen física.	1	2	3	4	5
26. El entrenador me aconseja cambiar.	1	2	3	4	5
27. Tengo más cercanas las instalaciones de otro deporte.	1	2	3	4	5

CUESTIONARIO DE ABANDONO

DEPORTE ()

EDAD ()

SEXO V H

Una persona puede **abandonar** un deporte por varias razones.

¿QUÉ RAZONES LE LLEVARÍAN A USTED A ABANDONARLO? De las siguientes, exprese su opinión rodeando con un círculo el número apropiado según las siguientes claves de puntuación:

5 : Totalmente de Acuerdo

4 : Muy de Acuerdo

3 : De Acuerdo

2 : Poco de Acuerdo

1 : Total Desacuerdo

Cuestionario de Abandono	Claves				
	1	2	3	4	5
1. El entrenador no me hace caso.					
2. No existen medios suficientes para practicar mi deporte.					
3. Me divierte más irme de "marcha".					
4. Siento excesiva responsabilidad por hacerlo bien en la competición.					
5. A mis padres no les gusta mi deporte.					
6. Mi trabajo no me permite rendir a tope.					
7. Me cuesta mucho dinero practicarle.					
8. El médico me aconseja abandonar.					
9. Muerte o enfermedad crónica de un familiar cercano.					
10. Lesiones que me impiden entrenar.					
11. Si no tengo aptitudes físicas para mi deporte.					
12. Me siento mejor con otros amigos fuera del deporte.					
13. Mis padres me presionan para llegar lejos en mi deporte.					
14. Mis amigos no me apoyan.					
15. Mi pareja supone un obstáculo en la práctica de mi deporte.					
16. Me llevo mal con mis compañeros.					

17. No me puedo ir a otro equipo.	1	2	3	4	5
18. Me aburro cuando entreno.	1	2	3	4	5
19. No se cumplen mis sueños como deportista.	1	2	3	4	5
20. Soy viejo para practicar deporte.	1	2	3	4	5
21. Si no he mejorado mis aptitudes técnicas para este deporte.	1	2	3	4	5
22. Entrenar me quita tiempo para estudiar.	1	2	3	4	5
23. Me llevo mal con el entrenador.	1	2	3	4	5
24. No compito todo lo que quisiera.	1	2	3	4	5
25. No obtengo los resultados que deseo.	1	2	3	4	5
26. Los directivos no están cuando se les necesita.	1	2	3	4	5
27. Entrenar es incompatible con mi trabajo.	1	2	3	4	5
28. No logro beneficios económicos.	1	2	3	4	5
29. Mi familia no me apoya.	1	2	3	4	5