

## LA EVOLUCIÓN MOTIVACIONAL COMO CRITERIO DISCRIMINANTE EN LOS DEPORTES

JOSÉ MARTÍN-ALBO LUCAS\*, JUAN LUIS NÚÑEZ ALONSO

Y

JOSÉ GREGORIO NAVARRO IZQUIERDO

*Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España*

### ABSTRACT

The evolution of motivation for sports was investigated using the Questionnaire for Initiation, Maintenance, Change and Desertion of sports (MIMCA). Participants were 760 men, in 10 sports, from Gran Canaria (Spain). All of them were given the Questionnaire, and the results were analysed taken into consideration each one of the sports, and also in categories (individual sports, group, and risk sports). Results indicated high reliability of the Questionnaire. Some possible applications are indicated concerning motivational changes for practicing sports, taking into consideration situational and personal factors.

*Key words:* Sport psychology, motivation, changes, MIMCA questionnaire, men.

### RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo comprobar si la evolución motivacional puede ser utilizada como criterio discriminante de los deportes a partir de las cuatro subescalas del Cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivos (MIMCA). La muestra está formada por 760 deportistas hombres y federados en alguna de las 10 disciplinas consideradas. Los resultados muestran una elevada fiabilidad del cuestionario MIMCA utilizado y un mayor poder discriminante tomando el cuestionario en su conjunto, tanto en cada uno de los deportes, donde discrimina el 92% de los casos, como agrupados en tres categorías (individuales, de equipo y de riesgo), donde discrimina el 98,9% de los casos.

*Palabras clave:* psicología deportiva, motivación, cambios, cuestionario MIMCA, hombres.

\* Correspondencia: JOSÉ MARTÍN-ALBO LUCAS, Departamento de Psicología y Sociología, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, C/ Santa Juana de Arco Nº 1, 35004 – Las Palmas, España. E-mail: jmartin@cief.eef.ulpgc.es

## INTRODUCCIÓN

Un planteamiento aplicado entendido como mejora en los sistemas de entrenamiento de deportistas y consecuentemente de resultados fue lo que condujo a los primeros investigadores a tratar de identificar los motivos que llevaban a la práctica deportiva. Así, Gould (1982), sugirió la necesidad de realizar estudios descriptivos que identificaran la variedad de motivos que los adolescentes tenían y su relación al involucrarse en equipos deportivos para que se pudiese dotar a los entrenadores de programas deportivos que pudiesen cumplir las necesidades y contribuir al desarrollo humano y deportivo de los jóvenes participantes.

A partir de ese momento surgen numerosas clasificaciones de motivos, sobre todo de inicio y mantenimiento en deportes muy diversos (Gould, 1980; Castillo, Balaguer y Duda, 2000; Zahariadis y Biddle, 2000). Aunque con diferentes tipos de muestra, instrumentos de medida y orientaciones teóricas y metodológicas, en la mayoría aparecen elementos comunes: satisfacción o disfrute con el ejercicio físico, búsqueda de salud, necesidad de competir, afiliación, etc. A pesar de ello, no existen estudios que establezcan agrupaciones deportivas en función de criterios motivacionales. Un elemento diferenciador de los deportes podría ser la *evolución de las motivaciones* a lo largo de la práctica deportiva.

En este sentido, Vanek y Cratty (1970) ya intentaron ofrecer una visión evolutiva de las motivaciones a lo largo de la carrera deportiva de un individuo distinguiendo cuatro fases: generalización, diferenciación, especialización e involución. Se trata de una visión dinámica de los motivos, estableciendo una fase inicial de la práctica del deporte, otra de especialización en el tipo de deporte escogido y una última fase de maestría deportiva. Si entendemos la motivación como un proceso dinámico, en el que interactúan aspectos personales y situacionales, podemos deducir que en el inicio los motivos de participación son muy variados, perfilándose y concretándose a medida que evolucionan en el contexto deportivo, siendo muy específicas, por ejemplo, aquellas que llevan al abandono o al cambio de deporte (Llopis y Llopis, 1999; Navarro, 2002).

Martín-Albo y Núñez (1999), proponen un modelo de evolución motivacional que comprende cuatro fases en la evolución deportiva: inicio, mantenimiento, cambio y abandono. Además, inciden en el carácter dinámico de las motivaciones a lo largo de las cuatro fases que se estructurarán en función del tiempo de práctica del deportista. Así, la variable tiempo de práctica y la evolución motivacional pueden tener importantes implicaciones, no sólo en el diseño de programas de intervención útiles para entrenadores y psicólogos deportivos sino también en la discriminación de los deportes.

El estudio de la motivación en el contexto deportivo, ha carecido de una visión global entendiéndose por la misma una forma de análisis que recoja la evolución motivacional que se inicia desde el momento en que la persona decide participar en una disciplina deportiva cualquiera y suele terminar en un abandono de la práctica activa del deporte (Mosquera y Puig, 1998; Valdés, 1998). En este sentido, no podemos olvidar que la mayoría de estudios nos hablan de motivaciones de inicio (Masachs, Puente y Blasco, 1994; López y Márquez, 2001), de mantenimiento (Weinberg, Tenenbaum, McKenzie, Jackson, Anshel, Grove y Fogarty, 2000; Castillo y Balaguer, 2001) o de abandono (Allied Dunbar National Fitness Survey, 1992; Llopis y Llopis, 1999) y pocos nos dicen algo del cambio de deporte (Martín-Albo y Núñez, 1999), tan común y tan poco valorado siendo, precisamente, este cambio de actividad deportiva una de las mejores herramientas para prevenir el abandono. Si fuésemos capaces de clasificar los diferentes deportes en función de la evolución motivacional quizás, podríamos identificar aquellas personas que sufren una evolución inadecuada con el deporte que practican, reorientándolo hacia aquel que mostrase una evolución motivacional más afín. En este último caso, sería absolutamente necesaria la utilización de instrumentos de evaluación creados desde y para el contexto deportivo, asegurarnos un alto nivel de compromiso e implicación en las muestras utilizadas eliminando el sesgo de utilizar exclusivamente sujetos dentro del contexto académico y, en última instancia, que permitiesen clasificar motivacionalmente a cada deportista.

Desde estas premisas, Marrero, Martín-Albo y Núñez, (1997) elaboraron el cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivos (MIMCA). Al principio, se partió de una entrevista abierta que permitiera recoger el máximo de opiniones e impresiones posibles acerca de los motivos que tienen los deportistas para iniciarse, mantenerse, cambiar y abandonar de deporte; se realizó un filtrado de todas las respuestas y se construyó un cuestionario piloto que contenía cuatro partes o subescalas que se correspondían con los cuatro momentos deportivos. Posteriormente, el cuestionario piloto fue sometido a una prueba de consistencia interna de forma que los items que no resistieran este análisis fuesen eliminados. Finalmente, se sometió el cuestionario a una prueba final de consistencia interna con una muestra significativa de 762 deportistas federados en ocho disciplinas diferentes (atletismo, tenis, natación, ajedrez, fútbol, baloncesto, voleibol y balonmano), obteniéndose fiabilidades superiores a 0.82 en el alfa de Cronbach tanto en las cuatro subescalas por separado como en el cuestionario completo.

Con este trabajo nos proponemos comprobar si la evolución motivacional puede ser utilizada como criterio discriminante de los deportes. Para ello, hemos utilizado el MIMCA teniendo en cuenta diez deportes diferentes y tomando en consideración la evolución motivacional representada por cada una de las subescalas del cuestionario, por separado y en conjunto.

## MÉTODO

### *Participantes*

La población objeto de estudio han sido aquellos deportistas federados en 10 tipos de deportes, mayores de 14 años, varones y residentes en la isla de Gran Canaria (España). El muestreo aleatorio simple con un intervalo del 95,5% y un margen de error de +/- 0,05 dio como resultado la extracción muestral de 760 deportistas distribuidos de la siguiente manera: atletismo 93 (12,23%), tenis 62 (8,15%), natación 141 (18,55%), fútbol 146 (19,21%), baloncesto 104 (13,68%), voleibol 77 (10,13%),

balonmano 78 (10,26%), paracaidismo 21 (2,76%), parapente 19 (2,5%) y ala delta 19 (2,5%).

### *Material*

Hemos utilizado el Cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivos MIMCA (Marrero, Martín-Albo y Núñez, 1997). El cuestionario consta de 124 items agrupados en cuatro subescalas que abordan cuatro momentos en la vida deportiva: inicio, mantenimiento, cambio y abandono (Anexo 1). Las respuestas se recogen mediante una escala tipo Likert de 5 puntos que oscila desde totalmente de acuerdo (5) a total desacuerdo (1). Este instrumento ha mostrado su consistencia interna en diversos estudios oscilando el alfa de Cronbach entre 0,82 y 0,94 (Martín-Albo, 1998; Núñez, 1998; Navarro, 2002). Se trata de un instrumento pensado para abordar el cambio de motivaciones desde que un individuo se inicia en un deporte hasta que lo abandona.

### *Procedimiento*

La recogida de los datos se obtuvo aplicando el cuestionario MIMCA de manera individual una vez seleccionada la muestra. Para ello se contactaba, en primer lugar, con los entrenadores y/o directivos de los distintos clubes para explicarles el objetivo del trabajo y pedirles que citase a los jugadores o deportistas seleccionados media hora antes del entrenamiento. Una vez reunidos, se buscaba un lugar tranquilo (el vestuario o la sede del club) y se les entregaba un bolígrafo y el MIMCA. Se le decía lo siguiente:

«Estamos realizando una investigación relacionada con las razones por las que las personas se inician, mantienen, cambian o abandonan el deporte. Lo que te pedimos es que leas atentamente las instrucciones de cada uno de los cuatro cuestionarios que te hemos entregado y contestes siguiendo las claves de puntuación. Cada vez que termines de contestar uno de ellos indícanoslo para darte paso al siguiente. Los cuestionarios son anónimos por lo que no debes indicar tu nombre. No existen contes-

taciones acertadas ni erróneas. Si tienes alguna duda puedes preguntarnos».

La participación fue totalmente voluntaria por parte de los deportistas y la duración aproximada para contestar el cuestionario fue de 20 minutos. El diseño de este estudio obedece a las directrices de la metodología selectiva.

Respecto al abordaje estadístico, en primer lugar optamos por analizar el poder discriminante del MIMCA considerando cada uno de los deportes por separado. Posteriormente quisimos comprobar el nivel de discriminación cuando estos deportes eran agrupados en tres categorías como son deportes individuales, de equipo y de riesgo.

## RESULTADOS

Los resultados los hemos estructurado en tres apartados: análisis de fiabilidad del instrumento; análisis discriminante de los deportes y análisis discriminante de los deportes agrupados en categorías. Para todos los análisis estadísticos hemos utilizado el paquete estadístico SPSS 10 y, en concreto, los subprogramas *reliability* y *discriminate*.

### *Análisis de la Fiabilidad*

En el presente estudio hemos analizado la fiabilidad del MIMCA en su conjunto así como para cada una de las subescalas por separado. Para ello hemos utilizado el alfa de Cronbach. La Tabla 1 nos muestra los resultados obtenidos.

TABLA 1  
*Análisis de fiabilidad del cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivo (MIMCA)*

Escalas	Alfa	Alfa estandarizado
<i>Todas</i>	0,8958	0,8994
<i>Inicio</i>	0,8351	0,8377
<i>Mantenimiento</i>	0,8598	0,8653
<i>Cambio</i>	0,8912	0,8943
<i>Abandono</i>	0,8634	0,8683

El cálculo de la fiabilidad muestra puntuaciones superiores a 0,83 en todos los casos, siendo la fiabilidad más alta la obtenida cuando son consideradas todas las subescalas en conjunto (0,89).

### *Análisis Discriminante por Deporte*

Con este análisis intentamos averiguar si la evolución motivacional medida con el cuestionario MIMCA permite discriminar entre los diferentes deportes. El proceso que hemos seguido ha sido analizar el poder discriminante de cada una de las escalas por separado para, posteriormente, comprobar si aumenta esa capacidad considerando todas ellas en su conjunto.

#### 1. Análisis Discriminante de la Subescala de Inicio

Tras realizar el análisis discriminante de la Subescala de Inicio los resultados permiten discriminar correctamente el 52,8% de los 760 participantes que realizaron la prueba. El valor del estadístico Lambda de Wilkins, que nos explica la proporción de la varianza total en las puntuaciones del análisis discriminante no explicada por las diferencias entre los grupos, alcanza un valor de 0,155 al tener en cuenta todos los deportes. La significación contrastada mediante el Chi<sup>2</sup> obtiene un 0,0001, como podemos ver en la Tabla 2.

TABLA 2  
*Resultados del análisis discriminante por deporte del cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivo (MIMCA)*

Subescala	% de discriminación	Lambda de Wilkins	Significación en Chi <sup>2</sup>
Inicio	52,8	0,155	0,0001
Mantenimiento	61,6	0,049	0,0001
Cambio	44,3	0,253	0,0001
Abandono	43,3	0,282	0,0001

## 2. Análisis Discriminante de la Subescala de Mantenimiento

Si observamos la Tabla 2, podemos apreciar que el 61,6% de los participantes son discriminados adecuadamente. Asimismo, la proporción de la varianza no explicada ha descendido con respecto a la subescala de inicio, como nos indica el valor de Lambda que desciende hasta 0,049 con una significación de 0,0001.

## 3. Análisis Discriminante de la Subescala de Cambio

Los resultados del análisis discriminante contemplados en la Tabla 2, nos muestran una baja clasificación de los casos (44,3% de aciertos). También observamos que el estadístico Lambda obtiene el 0,253 con una significación del 0,0001.

## 4. Análisis Discriminante de la Subescala de Abandono

Tal y como sucedía con la subescala de Cambio, es la que menos porcentaje de discriminación alcanza, sólo el 43,3% de los casos. Por otra parte, y con una significación de 0,0001, el lambda de Wilkins obtiene un valor de 0,282, por lo que la proporción de varianza en las puntuaciones del análisis discriminante no explicada por las diferencias entre los distintos deportes es elevada, como podemos comprobar en la Tabla 2.

## 5. Análisis Discriminante del MIMCA (todas las subescalas)

Una vez llegados a este punto queremos comprobar si tomando en consideración todos los momentos deportivos (Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono), conseguimos una mejora en el nivel de clasificación de los casos. La Figura 1 nos representa el resultado tras el análisis discriminante.

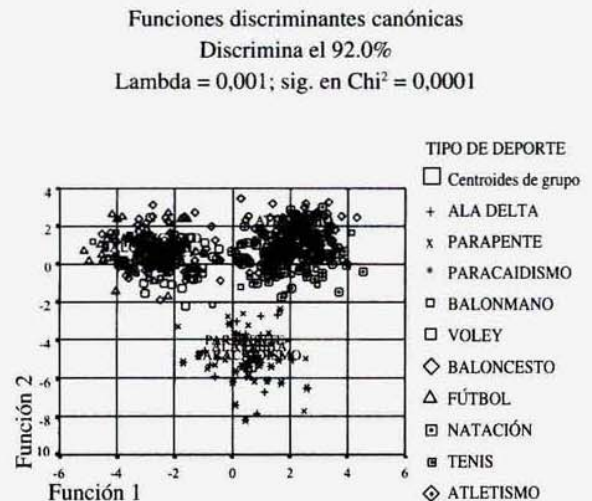


Figura 1. Análisis discriminante del cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivo (MIMCA), considerando todas las subescalas

Al considerar todos los momentos de la vida deportiva respecto a las motivaciones que subyacen a cada deporte, el resultado nos muestra que es posible discriminar el 92% de los casos. Como podemos apreciar en la Figura 1, se establecen tres nubes de puntos claramente diferenciadas. La primera de ellas agrupa a los deportes de baloncesto, balonmano, fútbol y voleibol; la segunda agrupa a los deportes de atletismo, natación y tenis; la tercera agrupa a los deportes de ala delta, paracaidismo y parapente. Un dato a destacar es el valor de Lambda, que es del 0,001 con una significación de 0,0001. Es decir, las puntuaciones del análisis discriminante permite diferenciar claramente los diez deportes.

### *Análisis Discriminante por Deportes Agrupados en Categorías*

En este apartado intentamos comprobar qué sucede si en vez de considerar a cada deporte como una unidad de análisis establecemos tres grupos que incluirían los deportes que se encuentran comprendidos en cada una de las nubes del anterior análisis discriminante, esto es, categoría 1: deportes individuales, que incluye el atletismo, la natación y el tenis; categoría 2: deportes de equipo, que incluye el

baloncesto, el balonmano, el fútbol y el voleibol y categoría 3, deportes de riesgo, que incluye el ala delta, el paracaidismo y el parapente. Para ello seguiremos el mismo esquema de presentación anterior, exponiendo primero los resultados para cada una de las subescalas (inicio, mantenimiento, cambio y abandono) y para el instrumento completo después.

#### 1. Análisis Discriminante de la Subescala de Inicio

Como podemos apreciar en la Tabla 3, el poder discriminante es mayor que en los deportes por separado, alcanzando un 73,2% de aciertos frente al 52,8%. Por otra parte, la puntuación de Lambda sube hasta alcanzar 0,418 con una significación de 0,0001.

#### 2. Análisis Discriminante de la Subescala de Mantenimiento

También en este caso la subescala de Mantenimiento se muestra con un mayor poder discriminante respecto a la realizada contemplando los deportes por separado, es decir, un 90,3% frente a un 60,6%, tal y como podemos apreciar en la tabla 3. Asimismo sigue siendo la subescala que mejor clasifica. Respecto al estadístico Lambda se obtiene una puntuación de 0,152, con una significación de 0,0001.

#### 3. Análisis Discriminante de la Subescala de Cambio

Con un Lambda de 0,453 y una significación de 0,0001, el análisis discriminante que podemos observar en la tabla 3, revela que el 74,7% de los casos son discriminados, porcentaje que supera claramente el 44,3% cuando el análisis se realizó con todos los deportes.

#### 4. Análisis Discriminante de la Subescala de Abandono

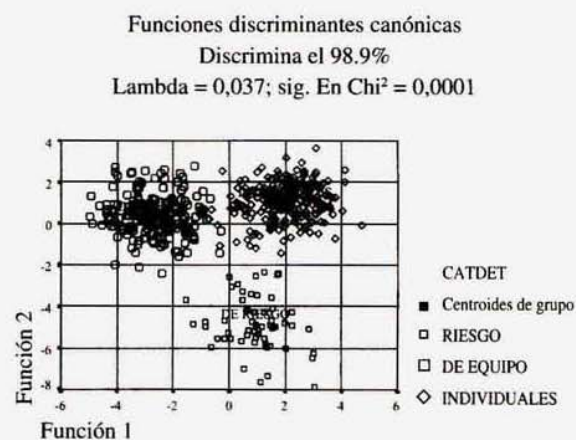
En la Tabla 3, encontramos que la subescala de Abandono muestra un poder discriminante del 72,4% de los casos, con un valor de Lambda de 0,498 y una significación de 0,0001. También aquí se supera la discriminación frente a los deportes por separado.

**TABLA 3**  
*Resultados del análisis discriminante con deportes agrupados del cuestionario de Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono deportivo (MIMCA)*

Subescala	% de discriminación	Lambda de Wilkins	Significación en Chi <sup>2</sup>
Inicio	73,2	0,418	0,0001
Mantenimiento	90,3	0,152	0,0001
Cambio	74,7	0,453	0,0001
Abandono	72,4	0,498	0,0001

#### 5. Análisis Discriminante del Cuestionario MIMCA (todas las subescalas)

Por último, presentamos en la Figura 2 el análisis discriminante contemplando todas las subescalas del MIMCA. Como podemos observar, el poder discriminante es mayor que en cada una de las subescalas por separado. Además, también en este caso la discriminación es superior a la encontrada cuando se realizaba el análisis en todos los deportes: un 98,9% frente al 92,0%. Es destacable que, a pesar del número de casos incorporados en cada uno de los grupos, la proporción de la varianza total de las puntuaciones del análisis discriminante que no es explicada por las diferencias entre los grupos sea de 0,037 con una significación de 0,0001.



**Figura 2.** Análisis discriminante del cuestionario MIMCA (todas las subescalas)

## DISCUSIÓN

Nuestros resultados han señalado adecuados niveles de fiabilidad obtenidos por el cuestionario MIMCA, sobre todo en lo referente a la medida de toda la evolución motivacional (inicio, mantenimiento, cambio y abandono). Estos datos son coincidentes con los valores de fiabilidades encontrados en estudios anteriores (Martín-Albo, 1998; Núñez, 1998; Navarro, 2002).

El primer planteamiento que nos hicimos era comprobar si la evolución motivacional, medida a través del cuestionario MIMCA, era capaz de discriminar entre los diez deportes atendiendo a cada una de las subescalas. Los resultados, por subescala y deporte, han mostrado un poder discriminante inferior que al considerar todas las subescalas conjuntas. Es decir, la evolución motivacional discrimina en un 92,0% los diez deportes considerados, lo que supone un 30% más que la mejor discriminación de las subescalas obtenida por la de Mantenimiento (61.6%).

La primera explicación a este resultado viene dada por el proceso de ajuste que conjuga aspectos situacionales y personales, que conforman la evolución motivacional, es decir, un *inicio* deportivo, un *mantenimiento* en un determinado deporte, un posible *cambio* y un probable *abandono*. La interacción de estos aspectos es idiosincrática y obedece a las experiencias vividas por cada uno de los participantes y la interpretación que de ellas se hace, por ejemplo, la percepción del éxito y fracaso, autoeficacia, etc. Estos resultados convergen con otros estudios de motivación deportiva, como los realizados por Balaguer, Palomares y Guzmán (1994) y Chóliz (1995).

A pesar de conseguir el 92,0% de discriminación, existen deportes que pueden tener una evolución motivacional semejante. Esto hizo que agrupásemos en tres categorías los diez deportes y que denominamos *de equipo*, *individuales* y *de riesgo*. En este caso, los resultados superaron el 70% de discriminación en cada una de las subescalas, alcanzando un 98,9% el análisis conjunto, es decir, nuevamente la evolución motivacional es la que ofrece un mayor poder discriminante. Estos resultados indican que algunos deportes pueden compartir una evolución motivacional semejante. En consecuencia, y a la vista de los resultados obtenidos, podemos considerar que la evolución motivacional es un criterio discriminante superior que las motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio o abandono tomadas por separado.

Por otro lado, y como perspectiva de investigación, la evolución motivacional de los deportes podría ser un criterio de clasificación psicológica que no entraría en conflicto con otras formas de agrupación que atienden a otros criterios, tales como las propuestas por Riera (1985), Rojo (1997) o el Grupo de Estudios de Investigación Praxiológica (2001).

Por último, si el instrumento de motivos de inicio, mantenimiento, cambio y abandono deportivo permite agrupar adecuadamente a los sujetos en un deporte o categoría deportiva, es posible que pueda predecir el cambio o el abandono de aquel sujeto que no se ajusta a la evolución motivacional que conlleva el deporte que practica. Es precisamente este aspecto el que nos abre otra vía de investigación que tenga como objetivo comprobar la utilidad del cuestionario MIMCA como predictor de las conductas de cambio y abandono deportivo.

## REFERENCIAS

- Allied Dunbar National Fitness Survey (1992). *Allied Dunbar National Fitness Survey main findings*. London: Sports Council and Health Education Authority.
- Balaguer, I., Palomares, A. y Guzmán, J. (1994). La autoconfianza/autoeficacia en el deporte. En I. Balaguer (dir.), *Entrenamiento psicológico en el deporte* (pp.177-203). Valencia: Albatros.
- Castillo, I., Balaguer, I. y Duda, J. (2000). Las orientaciones de meta y los motivos de práctica deportiva en los jóvenes deportistas valencianos escolarizados. *Revista de Psicología del Deporte*, 9, (1-2), 37-50.
- Chóliz, M. (1995). Motivos sociales: logro, afiliación y poder. En E. Fernández-Abascal (coord.), *Manual de motivación y emoción* (pp. 299-336). Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.
- Gould, D. (1980). *Motivating young athletes*. Comunicación presentada en el Michigan Institute for the Study of Young Sports, Michigan.
- Gould, D. (1982). Sport psychology in the 1980's: status, direction and challenges in youth sports research. *Journal of Sport Psychology*, 4, 203-218.
- Grupo de Estudios de Investigación Praxiológica (2001). *La iniciación desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque*. Ponencia presentada en las Jornadas Técnicas de la XXXIX Copa de S.M. La Reina, Las Palmas de Gran Canaria.
- Llopis, D. y Llopis, R. (1999). Motivación y práctica deportiva. En G. Nieto y E. Garcés de los Fayos (Coord.), *Psicología de la actividad física y del deporte* (pp. 127-134). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- López, C. y Márquez, S. (2001). Motivación en jóvenes practicantes de lucha leonesa. *Revista de Psicología del Deporte*, 10,1 9-22.
- Marrero, G., Martín-Albo, J. y Núñez, J. L. (1997). *Cuestionario de motivos de inicio, mantenimiento, cambio y abandono de la actividad deportiva (M.I.M.C.A.)*. Ponencia presentada en el VI Congreso Nacional de Psicología del Deporte, Las Palmas de Gran Canaria.
- Martín-Albo, J. (1998). *Análisis de las motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio y abandono deportivo. Un programa piloto de intervención*. Tesis doctoral, Las Palmas, España: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Martín-Albo, J. y Núñez, J.L. (1999). La motivación deportiva: ¿cuestión de tiempo? *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 283-293.
- Masachs, M., Puente, M. y Blasco, T. (1994). Evolución de los motivos para participar en un programa de ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 71-80.
- Mosquera, M. y Puig, N. (1998). Género y edad en el deporte. En M. García, N. Puig y F. Lagardera (comps.), *Sociología del deporte* (pp. 99-126). Madrid: Alianza.
- Navarro, J. G. (2002). *Motivos de inicio, mantenimiento, cambio y abandono en la provincia de Palencia*. Tesis doctoral, Las Palmas, España: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Núñez, J. L. (1998). *Personalidad y motivación del jugador de tenis*. Tesis doctoral, Las Palmas, España: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Riera, J. (1985). *Introducción a la psicología del deporte*. Barcelona: Martínez Roca.
- Rojo, J. (1997). *Medicina del deporte*. Sevilla: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Sevilla.
- Valdés, H. (1998). *Personalidad y deporte*. Barcelona: Inde.
- Vanek, M. y Cratty, B. J. (1970). *Psychology and the superior athlete*. New York: Mc Millan.
- Weinberg, R., Tenenbaum, G., McKenzie, A., Jackson, S., Anshel, M., Grove, R. & Fogerty, G. (2001). Motivation for young participant in sport and physical activity: Relation-ship to culture, self-reported, activity levels and gender. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 321-346.
- Zahariadis, P. y Biddle, S. (2000). Goal orientations and participation motives in physical education and sport: Their relationships in English schoolchildren. The Online Journal of Sport Psychology [revista electrónica]. Disponible: [http://www.athleticinsight.com/Vol2Iss1/English\\_children.htm](http://www.athleticinsight.com/Vol2Iss1/English_children.htm)



## ANEXO 1

### CUESTIONARIO DE MOTIVOS DEPORTIVOS MIMCA —SUBESCALA INICIO—

A continuación se presentan una serie de afirmaciones por las que una persona puede *iniciarse en el deporte*. Expresé 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

EDAD (    )  
SEXO V    M

Subescala de Inicio	Claves				
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 MOTIVOS DEPORTIVOS MIMCA —SUBESCALA MANTENIMIENTO—**

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*. Expresé 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

EDAD ( )

SEXO V M

Subescala 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 MOTIVOS DEPORTIVOS MIMCA —SUBESCALA CAMBIO—**

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

EDAD (    )  
 SEXO V    M

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

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

EDAD ( )

SEXO V M

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