

**UNIVERSIDAD RICARDO PALMA**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**



**MOTIVACIÓN ORIENTADA A LA TAREA Y AL YO EN DEPORTISTAS  
UNIVERSITARIOS DE COMPETENCIA INDIVIDUAL**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Presentada por el Bachiller

**GIANCARLO VALENTIN VASQUEZ SALAZAR**

**Asesor:**

**Mg. Carlos Reyes Romero**

**Lima – Perú**

**2021**



**DEDICATORIA**

A mis queridos padres Manuel Vasquez, Ana Salazar  
y a todos aquellos que hicieron posible la realización  
de esta investigación.



## INTRODUCCIÓN

La presente investigación está orientada hacia el deporte en nuestro país, trata sobre los tipos de motivación orientadas a la tarea y al yo en deportistas universitarios de competencia individual de una universidad privada y otra estatal, para ello se dará la descripción de cada capítulo en el presente estudio:

El primer capítulo comienza con el planteamiento del estudio, donde conocerá la interrogante sobre cómo se presenta los tipos de motivación en deportistas universitarios de competencia individual y la comparación respectiva entre los que practican taekwondo y halterofilia. Después se presentarán los objetivos de la investigación para conocer de qué manera se realizará la investigación, resaltando la importancia del estudio y sus limitaciones.

El segundo capítulo explica como se llevó a cabo el marco teórico de los tipos de motivación, los deportes de competencia individual, las investigaciones relacionadas con el estudio, la definición de términos básicos y teorías de motivación planteadas por distintos autores orientadas hacia el deporte en sí.

El tercer capítulo, elabora la hipótesis general y específicas, partiendo de los supuestos científicos básicos y describiendo los tipos de variables que se investigaron en el estudio.

El cuarto capítulo, se concentro en lo metodológico de la investigación, donde se dio a conocer el tipo de diseño empleado, la muestra analizada, las técnicas e instrumentos utilizados, los procedimientos elaborados y posteriormente se exponen las técnicas de procesamiento de datos según el tipo de las variables de estudio.

En el quinto capítulo, se mostraron los resultados conseguidos, por intermedio del análisis estadístico de los datos, para posteriormente contrastarlo con las teorías, investigaciones mostradas en el marco teórico, facilitando de este modo la discusión respectiva.

Por último, en el sexto capítulo se consumó una sinapsis de la investigación, donde se detalla cada capítulo del presente estudio, finiquitando con las conclusiones y recomendaciones pertinentes.



## ÍNDICE

### CAPÍTULO I

#### PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Formulación del problema .....	8
1.2. Objetivos .....	9
1.3. Importancia y justificación del estudio .....	10
1.4. Limitaciones del estudio .....	10

### CAPÍTULO II

#### MARCO TEORICO/CONCEPTUAL

2.1. Marco histórico .....	11
2.2. Investigaciones relacionadas con el tema .....	13
2.3. Bases Teóricas-Científicas del estudio .....	19
2.3.1. Psicología del deporte y actividad física .....	19
2.3.2. Deportes de competencia individual .....	20
2.3.2.1. Clases de deportes de rendimiento individual.....	20
2.3.2.2. Características de los deportes de rendimiento individual.....	21
2.3.2.3. Ventajas e inconvenientes de los deportes individuales.....	21
2.3.3. Motivación .....	22
2.3.3.1 Teorías de la motivación.....	23
2.3.3.1.1. Teoría de la Atribución.....	24
2.3.3.1.2. Autoconfianza en la motivación.....	25
2.3.3.1.3. Teoría de la autoeficacia de Bandura.....	25
2.3.3.1.4. Teoría de la motivación para la competencia de Harter .....	26
2.3.3.1.5. Teoría de la perspectiva de metas.....	26
2.3.3.2. Tipos de motivación.....	27
2.4. Definición de términos básicos .....	29

## CAPÍTULO III

### HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Supuestos científicos básicos .....	31
3.2. Hipótesis.....	31
3.2.1. General.....	31
3.2.2. Específicas.....	32
3.3. Variables de estudio o áreas de análisis .....	32

## CAPÍTULO IV

### MÉTODO

4.1. Población, muestra o participantes.....	32
4.2. Tipo y diseño de investigación .....	33
4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	34
4.4. Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos.....	35

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS

5.1. Presentación de datos.....	37
5.2. Análisis de datos.....	38
5.3. Análisis y discusión de datos.....	43

## CAPÍTULO VI

### CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones generales y específicas.....	47
6.2. Recomendaciones.....	48
6.3. Resumen.....	49
6.4. Abstract.....	49

## REFERENCIAS

## ANEXOS



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 : <i>Total, de participantes según universidad de procedencia, género y deport.....</i>	38
Tabla 2: <i>Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual.....</i>	39
Tabla 3: <i>Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual.....</i>	39
Tabla 4: <i>Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual en halterofilia.....</i>	39
Tabla 5: <i>Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual en halterofilia .....</i>	40
Tabla 6: <i>Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual de halterofilia por género .....</i>	40
Tabla 7: <i>Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de rendimiento individual en Halterofilia por género .....</i>	40
Tabla 8: <i>Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual en taekwondo .....</i>	41
Tabla 9: <i>Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual en taekwondo .....</i>	41
Tabla 10: <i>Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual en Taekwondo según género .....</i>	41
Tabla 11: <i>Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual en Taekwondo según género .....</i>	42
Tabla 12: <i>Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual según género .....</i>	42
Tabla 13: <i>Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual según género .....</i>	42
Tabla 14: <i>Prueba de normalidad: Shapiro-Wilk.....</i>	43
Tabla 15: <i>Prueba de hipótesis en orientación a la tarea y al yo en deportistas universitarios de competencia individual según tipo de deporte.....</i>	43
Tabla 16: <i>Prueba de hipótesis en orientación a la tarea y al yo en deportistas universitarios de competencia individual según género.....</i>	43

---



## CAPÍTULO I

### Planteamiento del Estudio

#### 1.1 Formulación del problema

El ser humano desde tiempos inmemoriales intenta entender el significado de la motivación, responder una serie de interrogantes como ¿qué buscan los seres humanos cuando orientan su comportamiento hacia ciertos objetivos y no a otros? y ¿A que se debe la determinación en la obtención de los mismos, no es algo peculiar de la misma intensidad en todas las personas?. En conclusión; es complicado darle un sentido a nuestra existencia, si a ella no se le adyere grandes dosis de motivación (Lahiguera, 2016).

En el ámbito deportivo y la actividad física es complicado imaginar algo más importante para tener éxito que la motivación. En la literatura deportiva y su historia, existen muchos deportistas que sobresalieron debido a un deseo interno, aunque este no estuviera acompañado por atributos físicos como el tamaño, la fuerza, la potencia y la rapidez. Una parte significativa de su grandeza puede atribuirse a un intenso deseo interior de trabajar duro para conseguir el éxito (Cox, 2009).

La motivación puede tener diversos estilos. A veces es de nosotros mismos, enfocándose a las ganas de encontrarnos con la victoria, independientemente de los galardones o factores del exterior. A veces es externa y proviene de la ambición de tener popularidad, gloria, aprecio social o mejorar nuestra economía (Cox, 2009).

La motivación, por ser un aspecto muy importante, en las personas que realizan deportes y actividades físicas, es una de las áreas investigadas por la Psicología del Deporte, siendo esta, una rama especial de la Psicología y también una de las especialidades de las Ciencias del Deporte, ello se justifica porque tiene un objeto de estudio, que es el conocimiento científico de las tendencias psicológicas que caracterizan a la actividad deportiva (Garcla Ucha, 1997).

En el Perú, existen pocas investigaciones relacionadas con la Psicología del deporte y la actividad física siendo estas encaminadas al deporte colectivo donde existe cooperación entre dos o más compañeros en oposición a deportistas contrarios (SUNEDU, 2019).

Esta investigación surge por la necesidad de encontrar respuestas en la observación de la práctica de los deportes individuales, teniendo una gran variedad de disciplinas y con poca demanda en su práctica. Esto se debe en gran medida por la intensa difusión que hay hacia deportes colectivos como el fútbol y el vóley, además, no requiere de exigentes requisitos, donde la gran mayoría de los niños y jóvenes de distintos géneros lo practican. En base a lo anterior, el taekwondo y halterofilia han sido elegidos como tema de análisis para posteriormente enriquecer y ampliar la investigación sobre diferentes deportes de competencia individual con una síntesis más elaborada al respecto.

En función a lo expresado se plantean las siguientes interrogantes:

¿Cómo se presenta la motivación orientada a la tarea y al yo en estudiantes universitarios de competencia individual?

¿Cómo se presenta la motivación orientada a la tarea y al yo si comparamos a deportistas que practican taekwondo con respecto a los que practican halterofilia?

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 General**

- Determinar qué tipo de motivación orientada a la tarea y al yo, están presentes en deportistas universitarios de competencia individual.

### **1.2.2 Específico**

- Comparar los tipos de motivación orientadas a la tarea y al yo en deportistas de rendimiento individual según el género.

### 1.3 Importancia y justificación del estudio

Se ha podido evidenciar que existen pocas investigaciones relacionadas con deportes de competencia individual, por ende, se podrá llenar el vacío en el conocimiento con respecto a las variables psicológicas que se investigan, en este caso, la motivación como un posible predictor de éxito deportivo.

La causa que ha llevado a investigar acerca de la motivación en el deporte de competencia individual, se basa en entender las conductas de los deportistas hacia las metas, cómo llegan hacia la obtención de resultados y poder trabajar sobre los distintos tipos de motivación que puedan existir en cada uno de ellos para poder ayudarlos a alcanzar el éxito deportivo.

La necesidad de contar con estos conocimientos para la intervención profesional, ayudará a conocer la información más importante de la variable que se investiga para tener una idea concreta de que tipos de motivación están presentes en los deportistas antes, durante y después de las competencias deportivas para así poder mejorar o reforzar, a través de profesionales de la Psicología del deporte y la actividad física, el rendimiento de los mismos (SUNEDU, 2019).

### 1.4 Limitaciones del estudio

- **Dificultad para acceder a la muestra de forma presencial:** Debido a que el país viene atravesando una emergencia sanitaria por la pandemia Covid 19, realizándose los entrenamientos de manera remota (MINEDU, 2020).
- **Tamaño de la muestra:** Se limita a dos universidades, una privada y una pública lo cual dificultó (Este es el informe, no el proyecto, por tanto la redacción no es en tiempo futuro) la generalización de resultados (MINEDU, 2020). Y los entrenadores, a su vez, limitan el campo de acción no facilitando los datos de sus deportistas indicando que los tiempos están muy escasos o que no quieren someterse a ser evaluados por personas que no conocen.

## **CAPÍTULO II**

### **Marco Teórico**

#### **2.1 Marco histórico**

##### **Breve Historia del Taekwondo**

El significado del Tae Kwon Do es "El arte de patear y dar puñetazos". Este arte se difundió por todo el Oriente y fueron los monjes budistas que, gracias a sus enseñanzas, diseñaron un sistema de autodefensa para salvaguardarse durante sus viajes, contra animales salvajes y los posibles invasores (Cho, 1988).

Hasta antes de la segunda guerra mundial Corea era una colonia japonesa, después de aquello los coreanos comenzaron a recuperar el sentido de independencia y comienzan a retomar sus vidas cotidianas. Fue Song Duk Ki, quien frente a la máxima autoridad de su país, presentó un arte marcial diferente del Karate japonés que había sido introducido durante la ocupación: el taekwondo (MasTKD, 2009).

Se abrieron gimnasios de taekwondo por todo el país. Al final de la guerra de Corea (1950-1953), el taekwondo se popularizó por toda la nación entre el grado Dan de cinturones negros. Posteriormente, alrededor de 2000 maestros fueron enviados a más de un centenar de países para difundir este arte marcial a nivel mundial (MasTKD, 2009).

En 1974, el Taekwondo fue aceptado en los juegos asiáticos como evento oficial. En 1975, el Taekwondo fue reconocido como deporte oficial por la Unión Atlética de Aficionados de los EE.UU. (AAU) y por la Asociación General de las Federaciones Internacionales de Deportes (GAISF), mientras que en 1976 es integrado al Consejo Internacional de Deportes Militares (CISM) como evento deportivo oficial. La WTF se convirtió en una federación deportiva reconocida por el Comité Olímpico Internacional (COI) en 1980, haciendo del Taekwondo un deporte olímpico; el mismo que luego de su oficialización fue exhibido en los Juegos Mundiales de 1981 y en los Juegos Panamericanos de 1986 (MasTKD, 2009).

Años más tarde, en 1994, este deporte es aceptado en los Juegos Olímpicos de Sídney 2000 y consecutivamente en los Juegos Olímpicos de Atenas 2004. Y a finales de noviembre del 2002, se ratificó la inclusión del Taekwondo por parte del COI (en la sesión número 114) en los Juegos Olímpicos de Beijing 2008 (MasTKD, 2009).

### **Breve Historia de la Halterofilia**

Por otra parte, mencionamos que al ser humano siempre le ha interesado conocer el alcance de sus fuerzas. La Antigüedad y sus mitos lo comprueban, con las proezas de semidioses como Sansón, Atlante, Milón de Crotona o Hércules. En el mundo antiguo, frescos o pinturas e incluso textos, se recuerda la utilización de pesas con fines bélicos para preparar a los soldados para la acción (efdeportes.com, 2008).

A mitad de año de 1894 se instauró el Comité Olímpico Internacional, y después de algunas adversidades, el griego Demetrius Bikelas fue nombrado presidente, quien junto al Barón de Coubertain fueron los precursores de los juegos olímpicos de la edad moderna, en donde el amateurismo era la pauta para competir (efdeportes.com, 2008).

Los organizadores establecieron que Grecia fuera el lugar donde se realicen los juegos olímpicos. No obstante, había mucho trabajo por hacer, como por ejemplo la construcción de un escenario adecuado, incluyendo un estadio lo suficientemente amplio para empezar la festividad, predios que deberían ser edificados por los organizadores (efdeportes.com, 2008).

El certamen olímpico fue inaugurado por el rey griego Jorge I, el 6 de abril de 1886, ante 70 mil asistentes reunidos en el coloso de Panathenaikos; y según cifras extraoficiales, en las colinas colindantes se juntaron otros 150 mil asistentes adicionales aproximadamente (efdeportes.com, 2008).

En los primeros juegos olímpicos de la edad moderna, participaron 241 atletas provenientes de 14 países, en 43 eventos deportivos enmarcados en nueve disciplinas deportivas: Halterofilia, atletismo, natación, ciclismo, esgrima, gimnasia, natación (prueba realizada en el mar), lucha y tiro. Esto nos puede dar una noción de la Halterofilia como uno de los primeros deportes en ser practicados (por sus años de ejecución) como moderno (por los progresos en su tecnología y su firme aporte a la inventiva de la preparación deportiva), muchos pesistas contribuyeron grandes hallazgos a la teoría moderna de la ejecución deportiva de todas las disciplinas. Recordados

campeones de Halterofilia como Medvedeev y Vorobiev entre otros, son conmemorados por sus contribuciones científicas al deporte (efdeportes.com, 2008).

En 1905 es creada la IWF (International Weightlifting Federation), entidad encargada de la disciplina, la Federación Internacional de Halterofilia pautó tres maneras de levantar las pesas: el press militar (descartado en el año de 1973), el arranque o arrancada y el envión o dos tiempos. Igualmente creó las diferentes divisiones, para varones como mujeres (efdeportes.com, 2008).

## 2. 2 Investigaciones relacionadas con el tema

En el Perú país son muy pocas las investigaciones relacionadas con el deporte, considerando como un acercamiento teórico lo que se pudo conocer en otras latitudes (SUNEDU, 2019), resaltando las que se proponen a continuación.

- Duda (1989) investigó la relación entre la perspectiva de la meta (es decir, la orientación a la tarea y la orientación del ego) y el propósito percibido del deporte entre los atletas masculinos y femeninos de secundaria, para ello se utilizó el cuestionario deportivo de orientación a la tarea y el yo (TEOSQ) cuya versión original fue modificada para contextos deportivos del inventario desarrollado por Nicholls y sus colegas para evaluar la orientación de las tareas y el ego en el contexto académico, en una muestra de 321 participantes entre 128 hombres y 193 mujeres interescolares de seis escuelas secundarias en una comunidad del medio oeste, con edades promedio comprendidas de 17,8 años para hombres y 17,1 años para mujeres. Los estudiantes practicaban diversos deportes interescolares, incluyendo baloncesto (38,3 %), pista y campo (23,0%), tenis (15,9%), softbol (12,8%) y otras actividades (9,0%). Se encontró que la orientación de la tarea y la orientación del ego con respecto al deporte, tenían una estructura de factores estable y una alta consistencia interna los resultados indicaron que la orientación a la tarea se relacionó con las subescalas de propósito del deporte que aprovechan las características prosociales asociadas con la participación atlética. En primer lugar, los atletas con alto contenido de orientación a las tareas tendían a creer que el deporte debía enseñar a la gente el valor de probar lo mejor, cooperar con los demás, seguir las reglas y ser un buen deportista (dominio/cooperación). En segundo lugar, una perspectiva de objetivos orientada a las tareas también estaba vinculada a la opinión de que el deporte debería socializar a las personas para que sean ciudadanos honestos, respetuosos y preocupados en la sociedad en general. En tercer lugar, la orientación de la tarea está relacionada positivamente con la creencia de que la participación deportiva debe mejorar



la autoestima y aumentar la probabilidad de que las personas adopten y mantengan un estilo de vida físicamente activo. Curiosamente, la orientación de las tareas tendía a estar relacionada negativamente con la opinión de que el deporte debería mejorar el estatus social de un individuo.

Por otra parte, la orientación del ego se relacionó positivamente con las creencias sobre el deporte que reflejan los beneficios extrínsecos y las ganancias personales alineadas con la participación atlética. En particular, cuanto mayor sea el énfasis en una perspectiva de meta orientada al ego, mayor será la creencia de que el deporte aumentará su estatus social enseñando a las personas cómo sobrevivir y salir adelante. La orientación del ego también fue un predictor positivo de la visión de que el deporte debería ayudar a una persona a entrar a la universidad, pasar a los primeros puestos profesionales y ganar más dinero.

Con respecto al género las mujeres fueron significativamente más altas en orientación a la tarea que los hombres, por ende, las mujeres percibían que el dominio/cooperación era un propósito más importante en la práctica deportiva que los hombres y a su vez, los hombres eran significativamente más altos en orientación del ego que las mujeres, lo cual indica, que los estudiantes varones creían que, aumentando la competitividad con respecto a otros deportistas, generarían estatus social, oportunidades profesionales de alto estatus y se consideran mas exitosos.

- Duda (1992) investigó dimensiones de la motivación del logro en el deporte y en las tareas escolares, indicando que el deporte, y el trabajo académico ,desempeñan un papel significativo en la etapa escolar, sin embargo, existe insuficiente evidencia relativa sobre la naturaleza o totalidad de la motivación del logro en estos ámbitos. En este estudio, se encontró que las creencias sobre las causas del éxito en la escuela y el deporte en 207 estudiantes de secundaria (99 hombres y 108 mujeres) estaban relacionadas de manera lógica con sus fines personales. El objetivo de superioridad involucrado en el ego se asoció con la creencia de que los laureles demandan una elevada capacidad, mientras que la orientación de la tarea (el objetivo de tener información) se relacionó con afirmaciones de que el triunfo demanda interés, esfuerzo y colaboración con sus compañeros. Estas dimensiones de la creencia de objetivos, o teorías sobre el éxito, abarcan el deporte y las tareas estudiantiles. Por el contrario, se halló poca generalización entre dominios para las percepciones de aptitudes y satisfacción interior en el deporte especialmente relacionada con la capacidad observada en ese entorno. La orientación de las tareas, fue el predictor primordial de satisfacción en las labores escolares.

- Reyes (2010) investigó las propiedades psicométricas del cuestionario de orientación al ego y a la tarea en el deporte en su versión al castellano para una población deportiva de 111 jugadores profesionales de fútbol, siendo estos, peruanos entre los 17 y los 35 años, cuyas cartas pase le pertenecen a distintos equipos de Lima metropolitana. Se estudió la validez de contenido, la validez de constructo y la confiabilidad. Los resultados nos dio a conocer, que el cuestionario tiene validez de contenido y la estructura factorial encontrada armonizó con la estructura factorial propuesta por el instrumento (orientación a la tarea y al yo). Además, la consistencia interna fue aceptable. Consecuentemente, esta herramienta de medición cuenta con niveles apropiados de validez y confiabilidad para que se pueda emplear en el país en futbolistas profesionales en otras investigaciones.
- Sari, Ilić y Ljubojević (2013) investigaron como es que se forman las metas subjetivas, la motivación y la autoestima entre los jóvenes, y de que manera varía según la perspectiva cultural del individuo. La población evaluada fueron jugadores de baloncesto entre 13 a 17 años de Turquía y Montenegro con respecto a sus orientaciones de anotaciones y autoestima. Los resultados mostraron que los jugadores de baloncesto turcos tenían una mayor orientación al ego (Medios: 3.58-3.03) y autoestima general (Medios: 3.14-2.95) puntuaciones que los jugadores montenegrinos ( $p < .05$ ). Sin embargo, los jugadores montenegrinos tenían puntuaciones de orientación de tareas más altas (Medios: 3.96-4.44). Los resultados apoyaron la hipótesis de que los valores culturales afectan las orientaciones y la autoestima de los jóvenes jugadores de baloncesto. Los resultados apoyaron la hipótesis de que los valores culturales afectan las orientaciones y la autoestima de los jóvenes jugadores de baloncesto.
- Castillo y Castro (2013) investigaron como sistematizar perfiles psicológicos y motivacionales de individuos que fueron campeones nacionales de voleibol masculino por siete años consecutivos. Investigaron esos dos componentes, puesto que, ambos perfiles intervienen en la preparación psicológica de cada jugador. Para conseguir dicho perfil se examinó a los voleibolistas con un conjunto de pruebas, conformadas por: Test de Matrices Progresivas de Raven, Inventario de Inteligencia Emocional, Inventario de estilo de personalidad para Adolescentes, Test de la figura Humana de Karen Machover, El método de los 10 deseos de Gonzáles Serra, y Escalas cortas para calcular la Motivación en el deporte de Butt. La investigación está relacionada con temas deportivos, de la

motivación, y de los rasgos de personalidad; y como estos se ven afectados por la ciencia de la Psicología.

- Pineda, Lopez y Tomás (2015) investigaron las relaciones entre factores situacionales (clima motivacional creado por el entrenador), factores disposicionales (orientaciones de meta y regulaciones motivacionales), con las posibles consecuencias de ansiedad y autoconfianza precompetitivas (considerando sus dimensiones de intensidad y dirección). Igualmente se consideró el papel intermediario de las orientaciones de la tarea y de las regulaciones motivacionales, en la relación entre el clima motivacional, la ansiedad y autoconfianza precompetitivas. Se empleó un diseño transversal de almacenamiento o acumulación de datos; y para probar los modelos hipotetizados, se utilizaron modelos de ecuaciones estructurales. La muestra o población que se examinó, estuvo conformada por 211 atletas universitarios de ambos géneros y las pruebas que se utilizaron fueron el PMCSQ-2, el TEOSQ, el SMS y el CSAI-2R con escala de dirección. Los resultados apuntalaron parcialmente los modelos propuestos. Asimismo comprobaron el papel regulador de la orientación a la tarea y de la no motivación, con respecto a la relación entre el clima de implicación en la tarea y la ansiedad somática; mientras que la orientación a la tarea y la motivación autónoma participaron parcialmente, la relación entre el clima de implicación en la tarea y dirección de autoconfianza. Los resultados son analizados y discutidos en línea con los marcos teóricos de referencia.
- Vernal (2015) investigó y describió los niveles motivacionales y de bienestar de deportistas calificados correspondientes a programas de beneficios del Instituto Peruano del Deporte, observando también si es que hay una correlación entre las variables Motivación Autónoma/ Controlada y Bienestar Subjetivo. Los resultados muestran que existe una correlación mediana y directa entre las variables del estudio, así como una relación entre la regulación identificada y el bienestar subjetivo. Se deduce consiguientemente que, para la población estimada, un aumento en el bienestar, está determinado a conductas motivadas de manera independiente, de beneficio y valor personal. Además se hallaron diferencias significativas entre la calidad motivacional de los participantes según el tipo de deporte practicado, género, lugar de origen y estado de centros de alto rendimiento o programas de apoyo al deportista, con lo que se plantean otras opciones para fomentar la motivación autónoma y por ende, del bienestar de deportistas destacados que reciben apoyo institucional.

- Franco, Coterón y Brito (2016) investigaron las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea (TEOSQ) adaptada a la Educación Física, en un contexto ecuatoriano. En el estudio participaron 580 alumnos de Educación Física entre hombres y mujeres entre los 12 y los 16 años de edad ( $M = 13.15$ ;  $DT = 1.29$ ). Los resultados de los análisis factoriales apoyaron la estructura del instrumento obtenida en estudios previos. El instrumento de medición mostró un nivel apropiado de consistencia interna ( $\alpha_{\text{Ego}} = .86$  y  $\alpha_{\text{Tarea}} = .80$ ) y las diferencias de género mostraron que los hombres mostraron mayor orientación al ego que las mujeres en línea con lo hallado en la literatura. Los resultados permiten considerar la versión adaptada a la Educación Física del TEOSQ en castellano como una prueba fiable y válida para estimar la orientación de los alumnos hacia la tarea y hacia el yo en el contexto ecuatoriano.
- Alván (2019) investigó destrezas psicológicas y motivación competitiva en deportistas calificados cuya razón fue establecer la relación entre habilidades psicológicas y motivación deportiva. Entre los resultados se observó que si existe relación significativa entre las habilidades psicológicas y la motivación deportiva ( $p=0.002<0,05$ ). Por último se dedujo que las habilidades psicológicas influyen en la motivación deportiva, puesto que si un deportista se encuentra concentrado, motivado y seguro, el rendimiento que alcance será el más efectivo.
- Tomczak, Walczak, Kleka, Walczak y Bojkowski (2020) investigaron las propiedades psicométricas de la versión polaca del cuestionario de orientación a la tarea y al yo (TEOSQ). El estudio abarcó a 651 atletas cuya edad promedio era 19,2 años. Se utilizaron el cuestionario de orientación a la tarea y al yo (TEOSQ) y la escala de motivación deportiva. El Alfa de Cronbach para la subescala del yo fue 0.84, y para la subescala de la tarea 0.81 (McDonald's omega fue 0.84, 0.82 respectivamente). La fiabilidad del test-retest con un intervalo de dos semanas fue ICC (coeficiente de correlación intraclase) a 0,86 para el yo e ICC a 0,86 para la tarea. Inicialmente, el modelo de dos factores no estaba completamente equipado (CFI) (índice de ajuste comparativo) a 0,84; sin embargo, el modelo con errores correlacionados para los elementos de prueba seleccionados estaba bien ajustado a los datos (CFI - 0,95). Se obtuvieron correlaciones positivas estadísticamente significativas entre la orientación de la tarea y los componentes de motivación intrínseca. Además, los atletas individuales tenían puntuaciones más altas en el factor de ego y puntuaciones más bajas en el factor de tarea que los atletas del equipo. Estos efectos fueron moderados por el nivel de participación y ocurrieron entre los atletas

de alto rendimiento. Debido a indicadores satisfactorios de fiabilidad y validez, la versión polaca de la tarea y la orientación del ego en el cuestionario deportivo (TEOSQ) se puede utilizar tanto para la investigación científica como en el diagnóstico individual de los deportistas.

- Carhuayo (2020) investigó la relación entre las variables del Estado de Flow y Orientación a la Meta en atletas que practican deportes extremos. El estudio utilizó una metodología de tipo correlacional (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), cuya muestra era de 198 individuos de ambos géneros (124 hombres y 74 mujeres) cuyas edades oscilaban entre los 18 y 60 años. Las pruebas que se aplicaron fueron el “Flow State Scale (FSS)” de Jackson y Marsh (1966) validado por Shimokawa (2008) y para evaluar la Orientación a la Meta se utilizó “Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ)” de Duda y Nicholls (1989), a partir de la traducción de Balaguer, Castillo y Tomás (1996) y adecuado al medio peruano por Reyes-Bossio (2010). Los resultados demostraron que el estado de Flow se correlaciona de manera significativa con la variable Orientación a la Meta y al mismo tiempo con sus dimensiones Ego y Tarea.
- Veliz (2020) investigó la relación entre la resiliencia y orientación a la meta en nadadores peruanos de alto rendimiento. Para ello se evaluó a 140 nadadores de ambos géneros (75 hombres y 65 mujeres) pertenecientes a los equipos más representativos de todo el Perú. Las edades fluctuaron entre los 11 y 23 años. Se utilizaron la Escala de Resiliencia en el Contexto Deportivo y el Cuestionario de Orientación a la meta y al ego. Con respecto a los resultados, se encontró una correlación positiva y significativa entre la Resiliencia y Orientación a la Tarea; del mismo modo, se halló una correlación positiva pero poco significativa entre la Resiliencia y Orientación al Ego. Por otro lado, se encontraron diferencias significativas de la Resiliencia según el género, en la cual los hombres poseen puntuaciones mas elevadas que las mujeres; sin embargo, el tamaño del efecto decretó que esta diferencia es mínima.

## **2.3 Bases teórico-científicas del estudio**

### **2.3.1 Psicología del Deporte y la Actividad Física**

Se desglosa como una de las ramas de la Psicología y como una especialidad de las Ciencias del Deporte (De la Vega & García, 2008).

Se considera ciencia por los aspectos que se detallan a continuación:

- Tiene un objeto de estudio propio: Trata de explicar como los procesos mentales participan en toda actividad física y deportiva.
- Sus conceptualizaciones se apoyan principalmente bajo el conocimiento de su objeto de estudio.
- Posee un método de estudio y tiene sus propias herramientas investigativas (tests psicológicos)
- Permite predecir fenómenos psicológicos que se atañen con la actividad deportiva.

Se debe considerar que siendo la actividad deportiva el objetivo principal de su estudio, el análisis de su investigación se realizará de manera precisa y específica, puesto que existe una interacción inmediata entre el participante, ejecución y condiciones para su realización (De la Vega & García, 2008).

Dicho esto se entiende que la personalidad del individuo juega un rol significativo ante cualquier condición del deporte en sí y a través de ella se hará un análisis pertinente de los perfiles psicológicos de los individuos en la actividad deportiva. De este modo, se podría aumentar el estudio desde un enfoque sistémico que abarca un análisis desde puntos de vista variados en aspectos objetivos como de los subjetivos (De la Vega & García, 2008).

Según el párrafo anterior debemos entender que la Psicología Deportiva y la actividad Física se desprende y guarda cierta relación con dos grandes ramas de la Psicología siendo estas (De la Vega & García, 2008):

- Psicología Clínica: Porque utiliza herramientas de evaluación y técnicas de intervención para mejorar el rendimiento individual sostenido de los involucrados.
- Psicología Social: Porque permite el estudio de sujetos en un determinado grupo social según los deportes que practican para mejorar la convivencia, el trabajo en equipo y otros

constructos que afectan directamente el desempeño de los deportes individuales y colectivos.

Ahora, debido a las aptitudes psicológicas que pueden desarrollar los deportistas, en la práctica y rendimiento de diferentes deportes, los psicólogos deportivos pueden esbozar diferentes tipos de intervención según el deporte y según la evaluación hecha a los individuos, pudiendo destacar entre otras las siguientes (Ruiz, 2012):

- Desarrollar programas para aumentar el rendimiento.
- Usar técnicas de evaluación.
- Incrementar y facilitar la comunicación-interacción entre deportista-entrenador, deportista-deportista, entrenador-entrenador.
- Servicios de intervención.

### **2.3.2 Deportes de competencia individual**

Son aquellos deportes en los que el individuo se encuentra solo en el espacio y tiene que enfrentar un escenario de carácter psicomotriz.

De modo que, el atleta tiene que lidiar contra si mismo o un individuo de similares características: mejorar un récord, recorrer un trayecto determinado, superar un contrincante o conseguir puntos en un enfrentamiento (Ruiz, 2012).

**2.3.2.1 Clases de deportes de rendimiento individual:** Destacan los siguientes (Batalla & Martinez, 2002):

- Atlético y combinados: triatlón o fondismo.
- Acuáticos: natación y salto de trampolín.
- Gimnásticos: gimnasia rítmica, culturismo o la halterofilia.
- Náuticos: vela, piragüismo o el remo.
- De invierno: esquí, patinaje sobre hielo o la combinada nórdica.
- Con vehículo: ciclismo, motociclismo, fórmula 1 o coches radiocontrol.
- Otros: el alpinismo, escalada, tiro con carabina, con arco, el croquet o el golf.

### 2.3.2.2 Características de los deportes de rendimiento individual:

Dentro de las particularidades de los deportes de rendimiento individual se puede diferenciar lo siguiente:

- **Características generales:** Son aquellas características habituales a la mayoría de los deportes que se practican en solitario, se basan en el esfuerzo y la autosuperación, se prioriza más la técnica que la práctica, la puntuación se expresa de diversas formas: puntos, tiempo, recorrido o carga (Ruiz, 2012).
- **Características específicas:** Son propias de cada actividad deportiva.

Si el medio es fijo, habrá una gran exigencia en el mecanismo de ejecución. Además, los resultados se miden de una manera sencilla (espacio, tiempo, etc).

Por ende, la realización depende de las exigencias espaciales, temporales y de todo aquello que está permitido dentro de su reglamentación (Ruiz, 2012).

Si el medio varía, la demanda en los mecanismos de decisión y percepción, será mayor.

Por otro lado, la medición de los resultados se dificulta debido a las características cambiantes del medio (Ruiz, 2012).

En cuanto al grado de incertidumbre, es elevado, por lo que es importante tener variados mecanismos motivacionales para enfrentarlos.

### 2.3.2.3 Ventajas e inconvenientes de los deportes individuales

Ahora veremos las ventajas y desventajas de practicar deportes de rendimiento individual (Batalla & Martinez, 2002):



### **Ventajas**

- Su práctica es mas sencilla.
- Material deportivo accesible (el de iniciación).
- Mejora de la conciencia corporal.
- Aumentan la concentración y la autoestima.
- Mejora las habilidades sociales, cuando interactuas con un contendiente.
- Optimizan la condición física.
- Permiten liberar el estrés.
- Es posible practicarlos a cualquier edad.
- Suponen un medio de transporte.
- En algunos casos no es necesaria la presencia de un contrincante para poder practicarlos.

### **Desventajas**

- Pueden resultar tediosos si no existe la motivación adecuada.
- Las lesiones son más frecuentes.
- Es complicado tener la disponibilidad de espacios para su ejecución. En algunos casos los precio de alquiler son muy elevados para hacer uso de las instalaciones. Por ejemplo, los campos de golf.
- El material deportivo es costoso. Altos niveles de especialización requieren de un equipamiento más caro.
- La dificultad que implica la ejecución técnica.
- Posibilidad de sufrir accidentes.

### **2.3.3 Motivación**

Este constructo se basa en que los individuos puedan satisfacer una jerarquía de necesidades básicas, antes de satisfacer las de nivel mas alto. Las necesidades básicas son las de seguridad y poder saciar las ansias de hambre y sed. Una vez que estas necesidades hayan sido cubiertas, el sujeto podrá centrar su atención en la satisfacción de las de niveles más altos como el sentirse amado, respetado, competente y realizado (Maslow, 1991).

Las necesidades de mayor nivel partiendo de las premisas de Maslow son las que pueden lograrse a través de la participación en los deportes y la actividad física. La jerarquía de necesidades de Maslow es útil porque demuestra que es complicado centrarse en necesidades de niveles altos como la competencia y la autorrealización si se tiene hambre, sed o inseguridad personal (Maslow, 1991).

En el ámbito deportivo ha recibido un carácter específico dentro de la Teoría de la Autodeterminación (Blanchard, Mask, Vallerand, de la Sablonniere y Provencher, 2007). Algunos estudiosos indican que la mayor contribución de la psicología social a la investigación sobre la actividad física concierne a la motivación (Van den Berge et al, 2014). Asimismo, diferentes investigaciones se han orientado en las influencias sociales y psicológicas de la motivación en deportistas, mientras que otros autores han preferido considerar el rol mediador que tienen las necesidades psicológicas básicas en la internalización de actividades físicas y en el bienestar de los deportistas.

Antes de revisar lo relativo a la motivación en lo que respecta al deporte, es importante precisar el significado del mismo. Y estos son definidos como actividades sostenibles y disciplinadas dentro de un período de tiempo con el fin de desplegar un alto nivel de destreza (García Uchua, 1997). En general, el deporte trae beneficios tanto fisiológicos como psicológicos (Biddle, Gorely y Stensel, 2004), pero sobre todo conduce a hábitos cotidianos más sanos y a conductas socialmente más deseables (Bakker et al, 1993).

Todo lo involucrado a cualquier tipo de deporte va de la mano con la motivación. Es complicado suponer que existe constructo más importante en el éxito deportivo que la motivación. Esta puede tener diferentes formas, a veces es interna o natural y es manejada por el deseo personal de encontrar el éxito dejando a un lado las recompensas o los incentivos. Otras veces es de naturaleza externa y es conducida únicamente con el objetivo de ganar fama y fortuna (Cox, 2009).

Según algunos reportes científicos, en un principio, los seres humanos optan por realizar algún deporte porque lo consideran retador y atrayente: una actividad elegida y controlada por ellos mismos (Wankel 1980). El goce en las actividades deportivas es algo positivo en respuesta a la experiencia que se expresa en sentimientos generalizados de agrado, comodidad y esparcimiento (Green-Demers, Pelletier, Stewart y Gushue, 1998). Además, un individuo con una elevada y mejor motivación, entendida como autónomamente regulada y con fines intrínsecos, siente mucha más

energía para ejecutar su deporte, sin importar el esfuerzo o el sacrificio que se tenga que hacer (Reinboth y Duda, 2006).

### **2.3.3.1 Teorías de la motivación**

Con respecto a la Psicología del deporte y la actividad física, las teorías de la motivación están enfocadas hacia situaciones más específicas, considerando lo que el atleta es capaz de ejecutar para salir triunfante en situaciones competitivas, entrenar optimamente u obtener recompensas de cualquier tipo para justificar su participación en cualquier tipo de evento en contextos netamente deportivos (Cox, 2009). Se enumeran las siguientes teorías:

#### **2.3.3.1.1 Teoría de la Atribución:**

Esta teoría se basa en las percepciones del deportista, supone que los atletas se esfuercen por manifestar, entender y predecir situaciones sobre la base de las elaboraciones motivacionales con respecto a las competencias deportivas. Es una teoría complicada en la cual se sustenta que las atribuciones observadas ejercen un gran dominio sobre las acciones, las emociones, la confianza y motivación de una persona (Weiner, 1986).

Los sentimientos de los atletas sobre sí mismos se corresponden directamente con su percepción de las causas y los efectos. Las atribuciones que seleccionan los deportistas revelan sus constructos motivacionales. Además cambiar sus percepciones puede tener un efecto significativo sobre su motivación para triunfar (Cox, 2009).

La Teoría de atribución, está subdividida en :

- Atribuciones causales a situaciones competitivas: Una situación competitiva se define como aquella en la cual los atletas esperan que su rendimiento sea evaluado por otros. La situación competitiva facilita grandes oportunidades para estudiar la Teoría de la atribución por lo que existe una percepción del ganador y perdedor y que los participantes manifiesten las razones y causas de sus resultados que pueden ser por su propia conducta (Locus de causalidad interna), o por el azar, destino u otras personas (Locus de causalidad externa) (Cox, 2009).
- Entrenamiento atributivo: Significa que las participaciones calculadas pueden variar la manera que un atleta percibe los resultados y también el rendimiento real con destrezas funcionales y disfuncionales de la atribución. En la estrategia funcional de la atribución los atletas tratarán de explicar como se originó un fracaso como algo controlable e inestable, mientras que en una estrategia disfuncional de la atribución aprenden a explicar los orígenes del fracaso como algo incontrolable y estable (Miserandino, 1998).

- Egocentrismo en la atribución: Es cuando los atletas aluden los éxitos a causas internas y los fracasos a causas externas. La atribución a causas internas se llama estrategia de mejora del yo, mientras que si atribuimos los fracasos a factores del exterior, se denomina estrategias protectoras del yo (Cox, 2009).

#### **2.3.3.1.2 Autoconfianza en la motivación:**

Los atletas con una gran motivación son aquellos que van a concebir gran autoconfianza con respecto a sus actitudes. Existen dos tipos de autoconfianza que se detallan a continuación (Cox, 2009):

- Autoconfianza General: Es un rasgo o disposición de la personalidad. Un atleta puede exhibir mucha autoconfianza y no ser exitoso en un deporte determinado. Con esto, se puede concluir, que la autoconfianza general facilita la vida cotidiana (Cox, 2009).
- Autoconfianza específica en una situación: Implica que un individuo en un deporte específico confíe plenamente en sus capacidades de éxito (Cox, 2009).

#### **2.3.3.1.3 Teoría de la autoeficacia de Bandura**

Es la creencia en la propia habilidad para establecer y elaborar los cursos de acción que necesitamos para conseguir determinados logros (Bandura, 1997). Por ende: La autoeficacia es un modo de autoconfianza específica de la situación. Es el mecanismo principal de la teoría cognitiva social.

De esta teoría se desprenden cuatro elementos primordiales que son eficaces para la mejora de la autoeficacia y autoconfianza y poder entender como se desarrollan los deportistas bajo estos constructos:

- Desempeño exitoso: El atleta debe saber qué es el éxito para que la autoeficacia se desarrolle. Para ello el entrenador o preparador físico debe establecer metas alcanzables desde la dificultad mínima e ir escalando hasta llegar a un rendimiento máximo (Cox, 2009).
- Aprendizaje indirecto: El deportista experimenta el éxito a través del uso de modelos. Para aprender una destreza se debe utilizar una plantilla o modelo que puede ser el profesor, el compañero o un vídeo de un deportista exitoso (Cox, 2009).

- **Persuasión Verbal:** Implica que los deportistas escuchen expresiones de aliento orientadas a la competitividad y el logro del éxito. Para esto es muy importante las palabras de aliento del entrenador, padres y pares (Cox, 2009).
- **Motivación emocional:** Está vinculada de manera directa con la atención y es importante para que el atleta pueda sobresalir en una habilidad particular y logre generar un sentimiento de eficacia (Cox, 2009).

#### **2.3.3.1.4 Teoría de la motivación para la competencia de Harter**

Esta teoría indica que lo que mueve a un individuo a realizar los trabajos y a involucrarse en determinadas actividades es la necesidad de sentir competencia, para lo cual, tratará de dominar los posibles escenarios, poniendo a prueba sus conocimientos y eficacia. La autopercepción del éxito en estos intentos de dominio desarrolla sentimientos positivos y negativos. Los intentos exitosos en el dominio de un área, promueve la autoeficacia y los sentimientos de capacidad personal, los que a su vez, fomentan una alta motivación para la competitividad (Balaguer, 1994).

Lo contrario a lo anterior nos dice, que si los intentos del dominio de un atleta vienen acompañados de fracasos y rechazos percibidos, al final se desarrollará una baja motivación para la competencia y un sentimiento negativo lo que decretará el abandono del deporte por parte del individuo (Balaguer, 1994).

#### **2.3.3.1.5 Teoría de la perspectiva de metas:**

Esta teoría de la motivación se basa en las diferentes formas en que los niños y los adultos piensan acerca de su propia competencia y de las diferentes formas en las que conceptualizan la destreza, se refiere a las diferentes formas en que los deportistas enfrentan y procesan las situaciones de éxito (Balaguer, 1994).

Esta teoría nace de la Teoría de metas de logro (Nicholls, 1984), basada en el desarrollo, es una extensión lógica de la teoría de la autoeficacia de Bandura y la teoría de la motivación hacia la competencia de Harter. Las metas de logro es la forma en que las personas consideran su propia habilidad percibida.

**Orientación de metas de Logro:**

Nicholls (1984) señala dos tipos de orientaciones de meta. La orientación a la tarea y la orientación al yo. Estos dos tipos de motivación, se conocen como orientaciones de metas porque se diferencian en función de la meta y el logro.

- **Orientación a la tarea:** El objetivo es el desarrollo de una habilidad particular. La pericia descubierta en aquellas personas orientadas a la tarea, es una función de la superación observada a un punto del tiempo en comparación con el subsiguiente. Es decir el deportista orientado a la tarea, se percibe a sí mismo como poseedor de destrezas suficientes para ejecutar su entrenamiento actual mejor que el entrenamiento anterior y se basa en seguir desarrollando dichas destrezas para seguir mejorando disfrutando los sentimientos de autoeficacia y autoconfianza a medida que lo hace (Cox, 2009).

Los individuos orientados a la tarea, mas allá de su percepción de la habilidad personal tienden a presentar patrones motivacionales adaptativos. Esto significa, que prefieren participar en desafíos que les permitan manifestar la perseverancia de su éxito concentrándose en el desarrollo de sus capacidades, el uso del esfuerzo y los progresos personales (Cox, 2009).

- **Orientación al ego:** Este tipo de habilidad tiene como condición principal ser mejor que los demás, en oposición a la superación propia, en este tipo de orientación, la autoconfianza del individuo y el desarrollo de sus habilidades están incorporadas a la manera en la que él se confronta con los demás, en oposición a un progreso objetivo de sus habilidades (Cox, 2009).

Los individuos orientados al yo poseen una baja percepción de la habilidad, por lo tanto, tienen un patron motivacional no adaptativo, debido a que su motivación es ganar, al momento de no poder ganar o creer que pueda ganar, no tendrá deseos de formar parte de una actividad desafiante (Cox, 2009).

Los individuos orientador al yo se concentran en ganarle a otros con el mínimo esfuerzo para mejorar su estatus social.

### 2.3.3.2 Tipos de Motivación:

- **Motivación Intrínseca:** Es el tipo de motivación que presenta el nivel más elevado de autodeterminación, proviene del interior y está relacionada directamente con la orientación a la tarea puesto que el afán de los atletas es la autosuperación, en verse a sí mismos como personas que mejoran continuamente con respecto a su propia persona (Cox 2009). Los deportistas interiormente motivados se involucran en deportes que les llaman la atención y se vinculan en ellos de manera voluntaria, con una sensación plena de control personal (Balaguer, 1994). Este tipo de motivación tiene tres aspectos que son sus manifestaciones más importantes como son:
  - **Motivación por el conocimiento:** Reflejan las ganas del atleta de aprender nuevas habilidades y formas de mejorar una tarea (Balaguer, 1994).
  - **Motivación de Logro:** Es el deseo que tiene el deportista por mejorar en una habilidad particular y el placer que proviene de lograr un objetivo personal en su desarrollo (Balaguer, 1994).
  - **Motivación por experiencia:** Es la emoción que un atleta desarrolla de la experiencia física, de la sensación que tiene el don para cumplir una determinada tarea (Balaguer, 1994).
- **Motivación extrínseca:** Es el tipo de motivación que viene de una fuente externa, contrapuesta a la interna. La motivación extrínseca tiene diferentes formas pero los ejemplos más frecuentes son las recompensas, los laureles, el dinero, los aplausos, la aprobación social y el miedo a las sanciones (Balaguer, 1994). Se relaciona directamente con la orientación al yo, puesto que, los deportistas están en constante competencia, midiendo sus habilidades con otros atletas, para obtener recompensas que a ellos les pueda interesar (Cox, 2009).

Existen cuatro tipos de motivación extrínseca:

- **Regulación externa:** Es cuando la conducta se lleva a cabo solo para conseguir una distinción o evadir un correctivo.
- **Regulación Introyectada:** Implica que el deportista realice la conducta para satisfacer a otras personas como el entrenador y compañeros.

- **Regulación identificada:** Es el grado de responsabilidad que puede tener un atleta hacia algún deporte que no percibe como algo que le interese, pero lo desarrolla porque a través de ella puede obtener un objetivo que sí le interesa.
  - **Regulación integrada:** En este tipo de regulación el atleta observa las conductas controladoras del instructor como completamente compatibles con las suyas y ya no puede percibir las como controles externos (Balaguer, 1994).
- **Amotivación:** Es la carencia de motivación, esto quiere decir que las acciones no tienen base externa ni interna. Generalmente, los individuos amotivados, no tienen intenciones de practicar cualquier tipo de deporte o actividades físicas (Balaguer, 1994).

#### 2.4. Definición de términos básicos

- **Deportes de competencia individual:** Es toda aquella práctica o actividad que utilizan un medio fijo para su ejecución (lanzamiento de disco, jabalina) o aquel en el cual te mides con un oponente de similares características (tenis, karate).
- **Halterofilia:** Es un deporte que se basa en el levantamiento de halteras o pesas; los atletas se dividen en distintas categorías según su peso y domina aquel que logre levantar la mayor cantidad de peso posible en ambos movimientos ejecutados: el de arrancada y el de levantada y tierra.
- **Taekwondo:** Deporte de contacto que no necesita armas, de origen coreano, en el que dos contendientes utilizan golpes secos dados con los puños y con los pies, en el cual, se ha desarrollado a través del tiempo, técnicas de salto; los combates constan de tres períodos de dos minutos cada uno.
- **Motivación:** Énfasis que se descubre en una persona hacia un determinado medio de satisfacer una necesidad



- **Motivación orientada a la tarea:** Disposición a ver la habilidad percibida como una función del esfuerzo y las mejoras propias.
- **Motivación orientada al yo:** Disposición de metas que percibe la habilidad en términos de superar a otros.

## CAPÍTULO III

### Hipótesis y variables

#### 3.1 Supuestos científicos básicos

- Balaguer et al. (1996) proponen que la orientación a la tarea y al yo en deportistas y en personas en general son independientes, no son polos opuestos de un continuo. Es dable que un ser humano tenga los dos tipos de orientación, una baja y la otra alta, ambas bajas o ambas altas. No se consigue un tipo de orientación a expensas del otro. En términos generales, la literatura nos brinda la certeza de que existen estados de implicación en la tarea y en el ego, en el contexto de logro del deporte.
- Ames (1995) indica que el valor de cualquier logro en particular se ve afectado por lo más destacado de las señales determinadas para un individuo. Y, en la gran mayoría de los contextos, estas señales y demandas nos son semejantes para la totalidad de participantes; los individuos no sólo son tratados de forma diferente, a menudo también se diferencian en la manera en que ellos interpretan señales casi idénticas.
- Cervelló et al. (2005) indican que en una muestra de atletas españoles con parálisis cerebral de ambos géneros demostraron que la intervención al ego correlaciona de manera positiva con la percepción de un clima contextual y situacional implicante al ego en el entrenador. En consecuencia las motivaciones orientadas a la tarea y al yo, podrían estar realcionadas en los deportistas y muy en particular en deportistas de competencia individual.

## **3.2 Hipótesis**

### **3.2.1 General**

Entre los deportistas de competencia individual de taekwondo predomina la motivación orientada a la tarea, a diferencia de los deportistas de competencia individual de halterofilia en la que predomina la motivación orientada al yo.

### **3.2.2 Específicas**

Existen diferencias en las motivaciones orientadas a tarea, en deportistas universitarios de competencia individual considerando el género.

Existen diferencias en las motivaciones orientadas al yo, en deportistas universitarios de competencia individual considerando el género.

## **3.3 Variables de estudio o áreas de análisis.**

- Variable de estudio: Motivación orientada a la tarea y al yo.
- Variable de comparación: Tipos de deporte de competencia individual.

## CAPÍTULO IV

### Método

#### 4.1 Población, muestra o participantes

##### Población:

Población universitaria deportiva del país que lo componen un total de 16 352 individuos en actividad en distintas disciplinas deportivas (IPD, 2019). De las cuales de un grupo de 100 atletas de una universidad pública y otra privada, se escogió 41 individuos de los deportes de competencia individual de halterofilia y taekwondo.

A continuación se muestra el siguiente recuadro sobre la distribución de deportistas a nivel nacional desde el año 2015 hasta el 2019 (IPD, 2019)

Tabla 1

*Número de Participantes en actividades Físicas, Deportivas y Recreativos por ámbito (2015-2019)*

<u>Año</u>	<u>Total</u>	<u>Adulto mayor</u>	<u>Comunal</u>	<u>Discapacitados</u>	<u>Escolar</u>	<u>Laboral</u>	<u>Penal</u>	<u>Talentos deportivos</u>	<u>universitarios</u>
2015	2048701	18480	1018483	31031	345666	44882	1322	8832	580005
2016	2091746	21725	1338162	12756	67157	35309	576	5464	610597
2017	1989452	5434	1245522	6161	3935	63418	3134	3580	658268
2018	2441573	10974	1651954	—	79840	55633	5142	774	637256
2019	1978576	11977	1704284	6653	147489	89259	1888	674	16352

### **Muestra o participantes.**

El tipo de selección de la muestra es intencionado o de conveniencia, puesto que se escogió de manera voluntaria a 41 estudiantes universitarios de competencia individual entre 18 hasta 24 años (23 hombre y 18 mujeres) de los deportes Taekwondo y Halterofilia de una universidad privada (21 deportistas) y otra pública (20 deportistas) cuyos resultados nos darán un avance para profundizar otras investigaciones que puedan ser dirigidas a la población deportiva en actividad en el Perú, sean de actividades físicas, deportivas o recreativas que son un total de 1 978 576 individuos (IPD, 2019).

### **4.2 Tipo y diseño de investigación**

Esta investigación es descriptiva-comparativa, ya que de la variable que se pretende investigar, se enumeró las características del fenómeno como tal y se indagó diferencias de los tipos de motivación orientadas a la tarea y al yo en deportistas calificados de universidades públicas y privadas, así como verificar como se comporta el fenómeno psicológico tomando en cuenta el género, y la edad de los encuestados (Sanchez & Reyes, 2006).

### **4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

- **Ficha Sociodemográfica:** El instrumento elaborado fue construido con la finalidad de recoger las características más resaltantes de los pesistas y taekwondistas. Para fines de la investigación se consideraron las siguientes variables: género, edad, grado de instrucción, práctica deportiva, nivel competitivo al que pertenecen y el tiempo que dedican a la práctica de los deportes semanalmente.

Se utilizará el siguiente instrumento:

- **Cuestionario de orientación a la tarea y al yo en el deporte (TEOSQ):** Las teorías cognitivas sociales de las conductas de logro proponen la existencia de dos orientaciones principales de meta de logro, relacionadas con la forma en que las personas interpretan el éxito y el fracaso juzgan su nivel de competencia: la orientación de meta hacia la tarea y la orientación de meta hacia el yo (Ames, 1984).

En la orientación a la tarea, implica las ganas de salir delante sin nada del exterior que lo motive, las percepciones de una alta habilidad y de éxitos subjetivos están on autorreferenciados, basados en las experiencias de aprendizaje, en la ejecución personal y en el dominio de la tarea. La demostración de la destreza se fundamenta en el máximo esfuerzo y concierne a uno mismo (Ames, 1984).

En la orientación al yo, o hacia uno mismo, los sentimientos de logro personal y la alta competencia están referidos a las normas externas, se toma a los demás como punto de referencia. En este caso se consigue el éxito cuando uno se impone al rival y eso significa que ha demostrado una destreza superior. La manifestación de habilidad se trata en superar a los demás con el mínimo esfuerzo (Ames, 1984).

- **Validez y Confiabilidad del TEOSQ:** Para analizar las propiedades psicométricas del cuestionario en el Perú, se analizó una muestra conformada por 140 nadadores de ambos géneros los cuales se distribuyeron en un 46.6% (n=65) mujeres y 53.6% (n=75) hombres cuyas edades fluctuaron entre los 11 y 25 años. Para ello se utilizó la versión mexicana de este cuestionario (Lopez, Balaguer, Meliá, Castillo, & Tristán, 2011) la cual fue adaptada de la versión española del TEOSQ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire) (Veliz, 2020).

La escala está conformada por 13 ítems, los cuales se encuentran distribuidos en dos dimensiones, la orientación a la tarea (7 ítems) y la orientación al ego (6 ítems). El participante deberá responder en base a la escala de respuesta de tipo Likert de 5 puntos, donde (1) representa el estar muy en desacuerdo y (5) muy de acuerdo. En la prueba se pide a los deportistas que piensen en el momento cuando se sienten con más éxito en su práctica deportiva, mediante el enunciado “Yo me siento con más éxito en el deporte cuando...”

**Validez:** En la muestra conformada por los 140 nadadores, se procedió a realizar una validez de contenido a los 13 ítems de la escala, no se eliminaron reactivos, donde cada una de las preguntas estuvieron orientadas a lo que pretende medir el cuestionario, sin generar dudas en su realización. La duración de la aplicación varió debido a la cantidad de nadadores y a la edad diversa que habían entre sus miembros, Por ende la adaptación mejicana del TEOSQ es un cuestionario que se puede aplicar a deportistas peruanos para fines de investigación.

**Confiabilidad:** Finalmente, respecto a la confiabilidad de las puntuaciones se obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach igual a 0.852 (IC 95%: 0.811 - 0.884) calculado a partir de las fórmulas propuestas por Bonett (2002). De igual manera, el coeficiente omega tuvo un valor de 0.823 que indicó una adecuada confiabilidad de la variable latente (Ventura, 2016).

#### **4.4. Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos**

El primer paso a realizar, fue contactar a los participantes de las universidades privadas y públicas. A partir de esto, se procedió al recojo de la muestra en los deportistas seleccionados de los deportes de levantamiento de pesas y taekwondo, donde se les informará sobre la confidencialidad de sus datos personales a través del consentimiento informado. La duración de la aplicación de la prueba será entre 10 a 15 minutos aproximadamente y para ello se diseñará el cuestionario utilizando los formularios de Google drive.

El segundo paso fue aplicar una prueba de ajuste para determinar si cada uno de los datos de las escalas siguen o no la curva de distribución normal. Se utilizará la prueba de Kolomogorov Smirnov.

El tercer paso será realizar los cálculos pertinentes con las estadísticas de comparación a partir de valores no paramétricos siendo esta prueba la siguiente:

- U de Mann Whitney (diferencial no paramétrica para dos condiciones diferentes o independientes)

## CAPÍTULO V

### Resultados

#### 5.1. Presentación de datos

Luego de aplicar el cuestionario de orientación a la tarea y al yo a los deportistas, siendo un total de 41 participantes de los deportes de halterofilia y taekwondo de una universidad privada y una universidad pública, se realizó el análisis estadístico de los resultados de los tipos de motivación y sus niveles, los cuales se detallan a continuación:

Como se muestra en la tabla 1, predominan los varones en la práctica deportiva de Halterofilia y taekwondo siendo el 70 % de la población total en la universidad estatal, mientras que en la universidad particular prevalece la práctica deportiva en Taekwondo donde los varones representan el 33.3% de la población total.

Tabla 1

*Total, de participantes según universidad de procedencia, género y deporte.*

Universidad	Género	Deporte		Total
		Halterofilia	Taekwondo	
UNFV	Hombre	7 (35%)	7 (35%)	14 (70%)
	Mujer	4 (20%)	2 (10%)	6 (30%)
	Total	11 (55%)	9 (45%)	20 (100%)
URP	Hombre	5 (23,8%)	4 (19%)	9 (42,9%)
	Mujer	5 (23,8%)	7 (33,3%)	12 (57,1%)
	Total	10 (47,6%)	11 (52,4%)	21 (100%)
Total	Hombre	12 (29,3%)	11 (26,8%)	23 (56,1%)
	Mujer	9 (22%)	9 (22%)	18 (43,9%)
	Total	21 (51,2%)	20 (48,8%)	41 (100%)



## 5.2. Análisis de datos

Como se muestra en la tabla 2, en los deportistas de competencia individual, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de mejorar y perfeccionar en la motivación orientada al yo.

Tabla 2

*Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual N (41).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Atención especial	13	31.7%
Mejorar y perfeccionar	17	41.5%
Habilidad excelente	11	26.8%
Total	41	100.0%

Como se muestra en la tabla 3, en los deportistas de competencia individual de halterofilia y taekwondo, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente, en la motivación orientada a la tarea.

Tabla 3

*Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual N (41).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Atención especial	0	0.0%
Mejorar y perfeccionar	5	12.2%
Habilidad excelente	36	87.8%
Total	41	100.0%

Como se muestra en la tabla 4, en los deportistas de competencia individual de halterofilia, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente, en la motivación orientada al yo.

Tabla 4

*Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual en halterofilia N (21).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Atención especial	6	28.6%
Mejorar y perfeccionar	7	33.3%
Habilidad excelente	8	38.1%
Total	21	100.0%

Como se muestra en la tabla 5, en los deportistas de competencia individual de halterofilia, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente, en la motivación orientada a la tarea.

Tabla 5

*Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual en halterofilia N (21).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Atención especial	0	0.0%
Mejorar y perfeccionar	2	9.5%
Habilidad excelente	19	90.5%
Total	21	100.0%

Como se muestra en la tabla 6, en los deportistas varones de halterofilia, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente, en la motivación orientada al yo, con relación a las atletas mujeres en el mismo deporte.

Tabla 6

*Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual de halterofilia por género N (21).*

Género	Atención especial	Mejorar y perfeccionar	Habilidad excelente	Total
Mujer	4 (19.0%)	3 (14.3)	2 (9.5%)	9 (42.9%)
Hombre	2 (9.5%)	4 (19.0)	6 (28.6%)	12 (57.1)
	6 (28.6)	7 (33.3)	8 (38.1%)	21 (100%)

Como se muestra en la tabla 7, en las deportistas mujeres de halterofilia, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente, en la motivación orientada a la tarea con relación a los atletas varones en el mismo deporte.

Tabla 7

*Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de rendimiento individual en Halterofilia por género N (21).*

Género	Atención especial	Mejorar y perfeccionar	Habilidad excelente	Total
Mujer	0	1 (4.8%)	8 (38.1%)	9 (42.9%)
Hombre	0	1 (4.8%)	11 (52.4%)	12 (57.1)
	0	2 (9.5%)	19 (90.5%)	21 (100%)

Como se muestra en la tabla 8, en los deportistas de competencia individual de taekwondo, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de mejorar y perfeccionar en la motivación orientada al yo.

Tabla 8

*Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual en taekwondo N (20).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Atención especial	7	35.0%
Mejorar y perfeccionar	10	50.0%
Habilidad excelente	3	15.0%
Total	20	100.0%

Como se muestra en la tabla 9, en los deportistas de competencia individual de taekwondo, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente en la motivación orientada a la tarea.

Tabla 9

*Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual en taekwondo N (20).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Atención especial	0	0.0%
Mejorar y perfeccionar	3	15.0%
Habilidad excelente	17	85.0%
Total	20	100.0%

Como se muestra en la tabla 10, en los deportistas varones de taekwondo, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de mejorar y perfeccionar en la motivación orientada al yo, con relación a las atletas mujeres en el mismo deporte.

Tabla 10

*Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual en Taekwondo según género N (20).*

Género	Atención especial	Mejorar y perfeccionar	Habilidad excelente	Total
Mujer	4 (20%)	4 (20%)	1 (5%)	9 (45%)
Hombre	3 (15%)	6 (30%)	2 (10%)	11 (55%)
	7 (35%)	10 (50%)	3 (15%)	20 (100%)

Como se muestra en la tabla 11, en las deportistas mujeres de taekwondo, se obtuvo el porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente en la motivación orientada a la tarea con relación a los atletas varones en el mismo deporte.

Tabla 11

*Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual en Taekwondo según género N (20).*

Género	Atención especial	Mejorar y perfeccionar	Habilidad excelente	Total
Mujer	0	1 (5%)	8 (40%)	9 (45%)
Hombre	0	2 (10%)	9 (45%)	11 (55%)
	0	3 (15%)	17 (85%)	20 (100%)

Como se muestra en la tabla 12, en los deportes de competencia individual de halterofilia y taekwondo, según el género, predominan los varones con porcentajes más altos en los niveles de mejorar y perfeccionar y habilidad excelente, en la motivación orientada al yo.

Tabla 12

*Nivel de orientación al yo en deportistas universitarios de competencia individual según género N (41).*

Género	Atención especial	Mejorar y perfeccionar	Habilidad excelente	Total
Mujer	8 (19.5%)	7 (17.1%)	3 (7.3%)	18 (43.9%)
Hombre	5 (12.2%)	10 (24.4%)	8 (19.5%)	23 (56.1%)
Total	13 (31.7%)	17 (41.5%)	11 (26.8%)	41 (100%)

Como se muestra en la tabla 13, en los deportes de competencia individual de halterofilia y taekwondo, según el género, predominan los deportistas varones con un porcentaje más alto en el nivel de habilidad excelente en motivación orientada a la tarea.

Tabla 13

*Nivel de orientación a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual según género N (41).*

Género	Atención especial	Mejorar y perfeccionar	Habilidad excelente	Total
Mujer	0	2 (4.9%)	16 (39%)	18 (43.9%)
Hombre	0	3 (7.3%)	20 (48.8%)	23 (56.1%)
Total	0	5 (12.2%)	36 (87.8%)	41 (100%)

Como se muestra en la tabla 14, la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk señala que la muestra orientada al yo, sigue una distribución normal, mientras que la muestra orientada a la tarea, sigue una distribución diferente a la normal.

Tabla 14

*Prueba de normalidad: Shapiro-Wilk*

	Estadístico	gl	Sig.	Nivel de sig. aceptada
Yo	.960	41	.161	0.05
Tarea	.872	41	.000	0.05

Como se muestra en la tabla 15, la prueba de hipótesis U de Mann Whitney, señala que no existen diferencias en la motivación orientadas a la tarea y al yo en ambos deportes, por ende, se rechaza la hipótesis general.

Tabla 15

*Prueba de hipótesis en orientación a la tarea y al yo en deportistas universitarios de competencia individual según tipo de deporte*

Prueba	Hipótesis nula	Significación	Nivel de significación aceptada	Decisión
U. de Mann W.	Tarea: Misma en ambos deportes	.607	0.05	Retener hipótesis nula
U. de Mann W.	Yo: Misma en ambos deportes	.320	0.05	Retener hipótesis nula

Como se muestra en la tabla 16, la prueba de hipótesis U de Mann Whitney, señala que no existen diferencias según género, en la motivación orientada a la tarea, por ende, se rechaza la primera hipótesis específica, mientras que, en la motivación orientada al yo en ambos géneros, si existen diferencias significativas, por lo tanto, se acepta la segunda hipótesis específica.

Tabla 16

*Prueba de hipótesis en orientación a la tarea y al yo en deportistas universitarios de competencia individual según género*

Prueba	Hipótesis nula	Significación	Nivel de significación aceptada	Decisión
U. de Mann W.	Tarea: Misma en ambos géneros	.143	0.05	Retener hipótesis nula
U. de Mann W.	Yo: Misma en ambos géneros	.035	0.05	Rechazar hipótesis nula

### 5.3 Análisis y discusión de datos

La presente investigación, tuvo como propósito comparar los niveles de orientación a la tarea y al yo en estudiantes universitarios de competencia individual según tipo de deporte y género, puesto que, en el Perú, existen pocas investigaciones referidas a la Psicología del deporte y la actividad física siendo estas orientadas al deporte colectivo, donde existe participación de dos o más compañeros en oposición a deportistas contrarios.

Para ello se utilizó el Cuestionario de Orientación a la Tarea y al Yo en el deporte (TEOSQ) en su versión española, elaborado por Balaguer (1996) que consta de 13 preguntas (7 orientada hacia la tarea y 6 orientadas al ego) en una muestra de 41 estudiantes universitarios (18 mujeres y 23 hombres) de una universidad particular y una universidad nacional de los deportes de taekwondo y halterofilia. Para ello se aplicó el inventario en dos subgrupos, de acuerdo al deporte, 21 evaluados del deporte de halterofilia lo cual representa el 51.2% del total de encuestados y 20 evaluados del deporte de taekwondo que representa el 48.8% del total de deportistas (tabla1).

De la totalidad de deportistas 11 de ellos tienen una habilidad excelente en motivación orientada al ego (tabla 2), siendo estos, 8 deportistas de halterofilia (6 hombres y 2 mujeres) y 3 de taekwondo (2 hombres y 1 mujer) (tablas 4, 6, 8 y 10 respectivamente) y a su vez, en términos generales, 8 de ellos son hombres y 3 son mujeres (tabla 12), que representa el 26.8 % del total de participantes, esto quiere decir que la autoconfianza y el desarrollo de sus habilidades se basan en la forma de como vencer a los oponentes, ganar estatus y mejorar la autoestima, en vez de dirigirla en mejorar sus propias habilidades.

Este resultado, se apoya con lo que propuso Duda (1989) acerca de la relación entre la perspectiva de la meta (es decir, la orientación a la tarea y la orientación del ego) y el propósito percibido del deporte, la cual sostiene, que la orientación al yo se relaciona con la creencia de que el deporte refleja beneficios extrínsecos y las ganancias personales alienadas con la participación atlética.

Con respecto al género los resultados de la tabla 12 indican que 8 de los 11 deportistas orientados al yo, son hombres y 3 son mujeres, esto quiere decir, que existe prevalencia del género masculino sobre el femenino en este tipo de motivación, apoyándose del mismo modo, en lo que dijo Duda acerca del género y la relación entre el yo y la tarea, indicando que las mujeres prefieren la cooperación como base importante en la práctica deportiva, mientras que los varones creen que, siendo más competitivos con respecto a otros deportistas, generarían estatus social, oportunidades profesionales y se considerarían más exitosos.

Del total de participantes, 36 deportistas, 20 hombres y 16 mujeres (Tabla13), tienen una habilidad excelente en motivación orientada a la tarea, lo cual representa el 87.6 % del total de participantes (Tabla 3), de los cuales 19 pertenecen al deporte de halterofilia, 11 hombres y 8 mujeres (Tablas 5 y 7 respectivamente), y 17 pertenecen al deporte de taekwondo, 9 hombres y 8 mujeres (Tablas 9 y 11). Esto quiere decir que la percepción de los atletas orientados a la tarea, tiene como base el poseer habilidades suficientes para mejorar con respecto al entrenamiento anterior desarrollando dichas destrezas disfrutando de cada entrenamiento y/o competencia (autosuperación). Estos resultados se apoyan en lo que propuso Duda (1992) investigando las dimensiones de la motivación del logro en el deporte y en las tareas escolares, concluyendo de que la orientación a la tarea requiere interés esfuerzo y trabajo en equipo. Duda (1989), también afirma, que la orientación de la tarea está relacionada positivamente con la creencia de que la participación deportiva debe mejorar la autoestima y aumentar la posibilidad de que las personas adopten y mantengan un estilo de vida físicamente activo vinculando a la opinión de que el deporte debería socializar a las personas para que sean ciudadanos honestos, respetuosos y preocupados en la sociedad en general.

Según los resultados obtenidos en la prueba de Normalidad de Shapiro Wilk (Tabla 14), indica que los deportistas de competencia individual orientados al yo, siguen una distribución normal, mientras tanto, los deportistas de competencia individual orientados a la tarea, alcanzan una distribución diferente a la normal. Teniendo en cuenta estos resultados es que se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann Whitney para evaluar las respectivas hipótesis.

Se realizó un análisis de la hipótesis general, que plantea que los deportistas de competencia individual de taekwondo, se encuentran orientados a la tarea, mientras que los deportistas de competencia individual de halterofilia, están orientados al yo, en la cual se halló que no existen diferencias significativas en los índices referidos a la orientación a la tarea y al yo en ambos deportes (Tabla 15), por ende, la hipótesis general se rechaza.

Esta primera hipótesis fue planteada bajo la suposición que los deportistas de competencia individual de taekwondo, al ser un deporte de combate, necesitarían un alto grado de concentración en la ejecución de sus planes de entrenamiento para vencer al oponente, mientras que los deportistas de halterofilia, al levantar la mayor cantidad de peso posible en sus competencias, están más orientados a la apariencia física con respecto a su fuerza y a su peso corporal.

La motivación implica satisfacer necesidades a través de una escala de valores en los que la sociedad y la influencia psicológica tiene mucho que ver en las decisiones del individuo.

Sin embargo, los resultados indican, que los deportistas de competencia individual de halterofilia y taekwondo están más orientados a la tarea, lo cual quiere decir, que al momento de seguir sus planes de entrenamiento buscan mejorar de manera progresiva con respecto a ellos mismos, considerando también, que, en ambos deportes, a los atletas universitarios, les agrada competir contra sus oponentes respectivos.

Este resultado se apoya con lo que propuso Vernal (2015), investigando la relación entre los niveles motivacionales y de bienestar subjetivo en deportistas concluyendo que un incremento en el bienestar (necesidad de autosuperación u orientación a la tarea y competencia u orientación al yo) está sujeto a comportamientos motivados de manera autónoma, de interés y valor personal (éxito propio con respecto a la orientación a la tarea o satisfacción de superar al oponente con respecto a la orientación al yo). A su vez Duda (1989) concluyó que los atletas con una orientación a la tarea elevada daban lo mejor con respecto a sí mismos, trabajaban en equipo y seguían un patrón de reglas mientras que los deportistas orientados al yo se enfocaban más en los beneficios extrínsecos, como la aprobación social y futuras ganancias monetarias.



Con respecto a las hipótesis específicas, de los 41 deportistas, encontramos 18 mujeres y 23 varones, tomando la variable género, para encontrar si existen diferencias en las motivaciones orientadas a la tarea y al yo en deportistas de competencia individual considerando el género, se hizo este comparativo en base a la teoría atributiva basada en el egocentrismo en el deporte porque se considera que tanto hombres como mujeres pueden aludir éxitos y fracasos de manera distinta sea interna o externa, así como también, las hipótesis alternas se apoyan en el aprendizaje indirecto de la teoría de la autoeficacia de Bandura, la cual indica que los deportistas varones y mujeres experimentan el éxito a través de modelos los cuales pueden ser instructores, compañeros, videos, (no necesariamente en ese orden) etc.

En base a esto, se concluye, según lo que se observa en la tabla 16, no existen diferencias en la motivación orientada a la tarea según el género por ende se rechaza la primera hipótesis específica, esto quiere decir, que hombres y mujeres que practican los deportes de competencia individual de taekwondo y halterofilia creen que las mejoras personales se da en términos de satisfacción, diversión y desempeño, mientras que, en la motivación orientada yo, si existen diferencias con respecto al género, por ende se acepta la segunda hipótesis específica que se apoyan con los resultados obtenidos en las tablas 6 y 8 que indican que más del 60% de los deportistas, entre hombres y mujeres de ambos deportes se concentran en ganar a los oponentes que les generen desafíos, siendo los varones más numerosos que las damas en la motivación orientada al yo.

Estos resultados, se apoyan con la investigación que hizo Duda (1989) acerca de relación entre la perspectiva de la meta (es decir, la orientación a la tarea y la orientación del ego) y el propósito percibido del deporte entre los atletas masculinos y femeninos de secundaria, indicando que los hombres tenían puntuaciones más elevadas en la motivación orientada al ego que las mujeres, demostrando así, patrones motivacionales no adaptativos, debido a que su estimulación se basa preferentemente en ganar. Por otro lado, la orientación a la tarea, implica trabajo en equipo, ganas de hacer las cosas bien y autosuperación.

Con respecto a los resultados obtenidos, de manera general, en las tablas 15 y 16 Cox (2009) indica que la orientación a la tarea u orientación al desarrollo, se relaciona con la creencia de que la mejora se asocia con el esfuerzo y el perfeccionamiento, lo cual es deseable así el deportista tenga pocas cualidades con respecto al entrenamiento o práctica deportiva,

mientras que la orientación al yo u orientación a la competitividad se ve reflejada en que el éxito consiste en ser mejor que los demás, en consecuencia, no es conveniente que un deportista tenga una alta orientación al yo, si alberga sentimientos de baja habilidad; sin embargo, si un deportista tiene una alta orientación al yo, no será desechable, si también está orientado hacia a la tarea o al perfeccionamiento.

Cox (2009) indica que, en términos de rendimiento, agrado y entretenimiento, es mejor tener ambas orientaciones, puesto que, la percepción del deportista sobre su propia habilidad es de gran importancia. Un deportista que tiene una orientación elevada del ego y que, a su vez, denota que sus habilidades son bajas, no querrá someterse a los desafíos por miedo a fracasar así tenga muchas ganas de esforzarse y superarse a sí mismo.

## **CAPÍTULO VI**

### **Conclusión y recomendaciones**

#### **6.1. Conclusiones generales y específicas.**

Luego del análisis de los resultados y de la discusión de estos, se pueden plantear algunas conclusiones tal como se detallan a continuación.

1. No se acepta la hipótesis general, en cuanto al predominio de la motivación orientada a la tarea en los deportistas de competencia individual de taekwondo y el predominio de la motivación orientada al yo en deportistas de competencia individual de halterofilia, ya que no existe diferencia significativa entre los tipos de motivación, aunque es posible observar que existe un porcentaje más alto en la motivación orientada a la tarea que en la motivación orientada al yo.
2. No se acepta la primera hipótesis específica, en la motivación orientada a la tarea en deportistas universitarios de competencia individual de halterofilia y taekwondo considerando el género, ya que no existe diferencia significativa en este tipo de motivación, puesto que, en hombres y mujeres que practican ambos deportes, existe un porcentaje elevado sobre el total de participantes en la motivación orientada a la tarea en su práctica deportiva y competitiva.
3. Se acepta la segunda hipótesis específica, en la motivación orientada al yo en deportistas universitarios de competencia individual de halterofilia y taekwondo considerando el género, ya que existe diferencia significativa en este tipo de motivación, puesto que, en hombres y mujeres que practican ambos deportes, existe predominio del género masculino sobre el femenino en la motivación orientada al yo en su práctica deportiva y competitiva.

## 6.2. Recomendaciones

Asimismo, de acuerdo a los resultados encontrados y en las conclusiones que se obtuvieron en el presente estudio, se brindan las siguientes recomendaciones:

1. Realizar investigaciones similares en diferentes deportes de competencia individual y grupal, ampliando el número de atletas de instituciones privadas y públicas en todo el país, teniendo en cuenta que, por motivos de pandemia, esta investigación estudió únicamente dos deportes de competencia individual de una universidad particular y una universidad estatal.
2. Elaborar y/o adaptar instrumentos que puedan ser utilizados en poblaciones deportivas en el Perú, teniendo en cuenta los resultados obtenidos, considerando los tipos de deportes y las diferentes poblaciones universitarias a lo largo del país.
3. Promover la investigación en el ámbito deportivo por parte de las instituciones educativas, con el objetivo de preparar profesionales de la salud mental en este rubro, para mejorar las estrategias de intervención y la calidad de deportistas competitivos a nivel universitario y a nivel federativo.
4. Potenciar los tipos de motivación orientadas a la tarea y al yo en los deportistas universitarios de competencia individual, para generar un balance adecuado entre ambos tipos de motivación y así poder enfrentar de manera adecuada entrenamientos y futuras competencias.

### **6.3. Resumen**

La presente investigación tuvo como objetivo principal, encontrar diferencias entre los tipos de motivación orientada a la tarea y al yo en deportistas de competencia individual de halterofilia y taekwondo de una universidad privada y una universidad pública. Para esto se tomó como muestra a un grupo de 41 deportistas entre hombres y mujeres de las instituciones educativas de una universidad nacional y una universidad particular. Se aplicó el cuestionario de orientación a la tarea y al yo (TEOSQ) el cual consta de 15 ítems dirigidos a los tipos de motivación antes mencionados. Se realizó un sistema de hipótesis, donde se rechazó la hipótesis general, una específica y se aceptó la diferenciación por género en la motivación orientada al yo. Asimismo, el TEOSQ a pesar que es una prueba con adaptación española, fue utilizado en Sudamérica y en el Perú con fines investigativos.

Palabras claves: Motivación orientada a la tarea, motivación orientada al yo, competencia individual, deportistas.

### **6.4. Abstract**

The main objective of the present investigation was to find differences between the types of motivation oriented to the task and to the self in athletes of individual competition of weightlifting and taekwondo from a private university and a public university. For this, a group of 41 athletes between men and women from the educational institutions of a private university and another public university was taken as a sample. The task and self-orientation questionnaire (TEOSQ) were applied, which consists of 15 items directed to the types of motivation mentioned above. A hypothesis system was carried out, where the general hypothesis was rejected, a specific one and the differentiation by gender in the motivation oriented to the self was accepted. Likewise, the TEOSQ, although it is a test with a Spanish adaptation, was used in South America and Peru for research purposes

Keywords: Task-oriented motivation, self-oriented motivation, individual competence, athletes.

## Referencias

- Alonso, M. (2019). *Psicología Deportiva. Psicología Deportiva la Llave del Rendimiento*. Academia.  
[https://www.academia.edu/39054377/PSICOLOG%C3%8DA\\_DEPORTIVA](https://www.academia.edu/39054377/PSICOLOG%C3%8DA_DEPORTIVA)
- Alván, M. (2019). *Habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017*. Servicios uss.  
<http://servicios.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/6197/Alvan%20Muro%20Miriam%20Jaqueline.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ames, C. (1984). *Competitive, cooperative and individualistic goal structures: A motivational analysis*. New York: Academic Press.  
[https://www.scirp.org/\(S\(351imbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=527644](https://www.scirp.org/(S(351imbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=527644).
- Ames, C. (1995). *Metas de ejecución, clima motivacional y procesos motivacionales*. Motivación en el deporte del ejercicio. Madrid: Desclée de Browser.
- Bakker, F. Whiting, H. y Van der Brug, H. (1993). *Psicología del deporte. Concepto y aplicaciones*. Madrid: Ediciones Morata.
- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia: Albatros.
- Balaguer, I. y Castillo, I. (1996). *Análisis de las propiedades psicométricas del cuestionario de orientación a la tarea y al ego en el deporte (TEOSQ) en su traducción al castellano*. Researchgate.  
[https://www.researchgate.net/publication/258537698\\_Analisis\\_de\\_las\\_propiedades\\_psicometricas\\_del\\_Cuestionario\\_de\\_Orientacion\\_al\\_Ego\\_y\\_a\\_la\\_Tarea\\_en\\_el\\_Deporte\\_TEOSQ\\_en\\_su\\_traducccion\\_al\\_castellano](https://www.researchgate.net/publication/258537698_Analisis_de_las_propiedades_psicometricas_del_Cuestionario_de_Orientacion_al_Ego_y_a_la_Tarea_en_el_Deporte_TEOSQ_en_su_traducccion_al_castellano)
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.  
<https://www.proquest.com/openview/55c56d1a75f8440c4bea93781b0dc952/1?pq-origsite=gscholar&cbl=36693>.

- Batalla, A. y Martínez, P. (2002). *Deportes individuales*. Barcelona: Inde.
- Biddle, S. Gorely, T. y Stensel, D. (2004). Health-enhancing physical activity and sedentary behaviour in children and adolescents. *Journal of sports sciences*, 22(8), 679-701.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15370482/>
- Blanchard, C. Mask, L. Vallerand, R. De la Sablonniere, R. y Provencher, P. (2007). Reciprocal relationships between contextual and situational motivation in a sport setting. *Psychology of Sport and Exercise* 8(5), 854-873.  
[https://www.researchgate.net/publication/222251732\\_Reciprocal\\_relationships\\_between\\_contextual\\_and\\_situational\\_motivation\\_in\\_a\\_sport\\_setting](https://www.researchgate.net/publication/222251732_Reciprocal_relationships_between_contextual_and_situational_motivation_in_a_sport_setting)
- Blanco, L. (2010). *Papeles del Psicólogo. Psicología del Deporte*. Academia.  
[https://www.academia.edu/22226930/PSICOLOG%C3%8DA\\_DEL\\_DEPORTE?email\\_work\\_card=view-paper](https://www.academia.edu/22226930/PSICOLOG%C3%8DA_DEL_DEPORTE?email_work_card=view-paper)
- Bonilla, P. (2003). *El entrenamiento psicológico en el deporte de alto rendimiento*. Academia.  
[https://www.academia.edu/39469885/EL\\_ENTRENAMIENTO\\_PSICOL%C3%93GICO\\_EN\\_EL\\_DEPORTE\\_DE\\_ALTO\\_RENDIMIENTO?email\\_work\\_card=abstract-read-more](https://www.academia.edu/39469885/EL_ENTRENAMIENTO_PSICOL%C3%93GICO_EN_EL_DEPORTE_DE_ALTO_RENDIMIENTO?email_work_card=abstract-read-more)
- Bueno, O. (2017). *Psicología del Rendimiento*. Oscar Bueno. <http://www.oscarbueno.es/psicologia-delrendimiento/#:~:text=La%20psicolog%C3%ADa%20del%20rendimiento%20se,efectividad%20y%20una%20eficiencia>.
- Castillo, M. y Castro, M. (2013). *Perfil psicológico y motivacional de campeones nacionales de voleibol masculino por siete años consecutivos* [Tesis de Grado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón].  
[http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/357/Castillo%20R%C3%ados%2c%20Castro%20Mena\\_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/357/Castillo%20R%C3%ados%2c%20Castro%20Mena_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Carhuayo, S. (2020). *Estado de Flow y la Orientación a la Meta (Ego, Tarea) en deportistas extremos* (Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas).  
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/653076>

- Cervelló, E. Hutzler, Y. Reina, R. Sanz, D. y Moreno, J. (2005). Goal Orientations, contextual and situational motivational climate and competition goal involvement in spanish athletes with cerebral palsy. *Psicothema*, 17(4), 633-638. Redalyc.  
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72717415.pdf>
- Cho, S. (1988). *Taekwondo*. Barcelona: Ediciones Martinez Roca S.A
- Cox, R. (2009). *Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones*. Columbia: Editorial médica panamericana.
- De la Vega, R. y Garcia, A. (2008). Consistencia y fluctuación de los estados de ánimo en un equipo de fútbol profesional durante una competición de play off. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 241-251. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119254004.pdf>
- Duda, J. (1989). Relationship Between Task and Ego Orientation and the Perceived Purpose of Sport Among High School Athletes. *Journal of sport & exercise psychology*, 11 (1), 318-335.  
[https://www.researchgate.net/publication/229100368\\_Relationship\\_between\\_Task\\_and\\_Ego\\_Orientation\\_and\\_the\\_Perceived\\_Purpose\\_of\\_Sport\\_among\\_High-School\\_Athletes](https://www.researchgate.net/publication/229100368_Relationship_between_Task_and_Ego_Orientation_and_the_Perceived_Purpose_of_Sport_among_High-School_Athletes)
- Duda, J. (1992). Dimensions of Achievement Motivation in Schoolwork and Sport. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 290-299. <https://psycnet.apa.org/record/1993-03433-001>
- Efdeportes.com. (2008). *Elaboración del proceso de selección deportiva en la halterofilia*. Breve historia de la Halterofilia. <https://www.efdeportes.com/efd124/elaboracion-del-proceso-de-seleccion-deportiva-en-la-halterofilia.htm>
- Franco, E. Coterón, J. y Brito, J. (2016). Propiedades psicométricas del TEOSQ adaptado a la educación física en estudiantes ecuatorianos. *Maskana*, 7(2), 69-73.  
<https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/1051>
- García Ucha, F. (1997). *Psicología del deporte*. Un enfoque cubano.  
<http://psicologiadeldeporte.space/>
- Green-Demers, I. Pelletier, L. Stewart, D. y Gushue, N. (1998). Coping with the less interesting aspect of training: Toward a model of interest and motivation enhancement in individual sports. *Basic and applied Social Psychology*, 42(6), 251-261  
[https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1998\\_GreenDemersPelletierStewart\\_Gushue\\_BASP.pdf](https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/1998_GreenDemersPelletierStewart_Gushue_BASP.pdf)



Instituto Peruano del Deporte. (2019). *Federaciones Deportivas Nacionales*.

<http://www.ipd.gob.pe/federaciones>

Instituto Peruano del Deporte. (2019). *Direcciones nacionales*.

<http://www.ipd.gob.pe/institucional/direcciones-nacionales/direccion-nacional-de-servicios-biomedicos>

Instituto Peruano del Deporte. (2019). *Compendio Estadístico 2019*.

[http://sistemas.ipd.gob.pe:8190/secgral/Transparencia/info\\_estadistica/compendios/comp\\_est\\_2019\\_v4.pdf](http://sistemas.ipd.gob.pe:8190/secgral/Transparencia/info_estadistica/compendios/comp_est_2019_v4.pdf)

Lahiguera, V. (2016). *La teoría de la motivación en la actualidad*. Mindfulness yoga

<http://vickylahiguera.com/la-teoria-de-la-motivacion-en-la-actualidad/>

Lopez, J. Balaguer, I. Meliá, J. Castillo, I. y Tristán, J. (2011). Adaptación a la población. *Revista de*

*Psicología del deporte*, 20(2), 523-536: <http://www.rpdonline.com/article/view/255>.

Maslow, A. (1991). *Motivacion y personalidad*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos S.A.

MasTKD. (2009). *Historia del Taekwondo según la WTF*. El origen del taekwondo:

<http://mastkd.com/2009/03/historia-del-taekwondo-segun-la-wtf/>

MINEDU. (2020). Ministerio de Educación. Minedu y universidades públicas preparan inicio del

semestre 2020-1: <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/112068-minedu-y-universidades-publicas-preparan-inicio-del-semestre-2020-1>

Miserandino, M. (1998). Attributional retraining as a method of improvising athletic. *Journal of Sport Behavior*, 21(3), 286-297.

[https://www.researchgate.net/publication/242231371\\_Attributional\\_Retraining\\_Alters\\_No\\_vice\\_Golfers'\\_Free\\_Practice\\_Behavior](https://www.researchgate.net/publication/242231371_Attributional_Retraining_Alters_No_vice_Golfers'_Free_Practice_Behavior)

Nicholls, J. (1984). *Conceptions of ability and achievement motivation*. New York: Academic Press.

PERUFEDUP. (2018). *Federación deportiva universitaria del Perú*. Universiadas:

<https://www.perufedup.com/nosotros/>

Pineda, A. Lopez, J. y Tomás I. (2015). Factores situacionales y disposicionales como predictores de

la ansiedad y autoconfianza precompetitiva en deportistas universitarios. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*, 15(2), 55-70. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/233821>

- Reinboth, M. y Duda, J. (2006). Perceived motivational climate need satisfaction and indices and well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of sport and exercise*, 7(3), 269-286. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.06.002>
- Reyes, M. (2010). Propiedades psicométricas del cuestionario de orientación de meta en futbolistas profesionales. *Revista Psicología*, 12(1), 102-120.  
[http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/R\\_PSI/issue/view/59](http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/R_PSI/issue/view/59)
- Ruiz, J. (2012). *Nuevas perspectivas para una orientación educativa del deporte*. Madrid: Editorial CCS.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2006). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima: Editorial Visión Universitaria.
- Sari, I. Illic, J. y LjubojevicM. (2013). The comparison of task and ego orientation and general self-esteem of turkish and montenegrin young basketball players. *Kinesiology*, 45(2), 203-212.  
<https://psycnet.apa.org/record/2016-35762-001>.
- SUNEDU. (2019). *Renati*. Psicología del deporte: [http://renati.sunedu.gob.pe/simple-search?query=Psicolog%C3%ADa+del+deporte&sort\\_by=score&order=desc&rpp=10&etal=0&author\\_page=0.x](http://renati.sunedu.gob.pe/simple-search?query=Psicolog%C3%ADa+del+deporte&sort_by=score&order=desc&rpp=10&etal=0&author_page=0.x)
- Tomczak, M. Walczak, M. Kleka, P. Walczak, A. y Bojkowski, L. (2020). Psychometric Properties of the Polish Version of Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (1), 1-12.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7277153/>
- Van der Berghe, L. Vansteenkiste, M. Cardon, G. Kirk, D. y Hearens, L. (2014). Research on self-determination in physical education. Key findings and proposals for future research. *Physical Education and sport pedagogy*, 19(1), 97-121.  
[https://www.researchgate.net/publication/255696986\\_Research\\_on\\_self-determination\\_in\\_physical\\_education\\_Key\\_findings\\_and\\_proposals\\_for\\_future\\_research](https://www.researchgate.net/publication/255696986_Research_on_self-determination_in_physical_education_Key_findings_and_proposals_for_future_research).

- Veliz, G. (2020). *Resiliencia y orientación a la meta en nadadores peruanos* [Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas].  
[https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/650448/Veliz\\_SG.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/650448/Veliz_SG.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Ventura, J. (2016). Tamaño del efecto para U de Mann-Whitney: aportes al artículo de Valdivia et al. *Revista chilena de Neuropsiquiatría*, 54(4), 353-354:  
<http://www.redalyc.org/pdf/3315/331549488010.pdf>.
- Veliz, G. (2020). *Resiliencia y orientación a la meta en nadadores peruanos* [Tesis de grado Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas].  
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/650448>
- Vernal, A. (2015). *Motivación y bienestar en deportistas destacados adscritos al apoyo del Instituto Peruano del Deporte*.  
[File:///C:/Users/JULIO/Desktop/VERNAL\\_ZAVALA\\_ALEXANDRA\\_DEPORTISTAS\\_DESTACADOS.pdf](File:///C:/Users/JULIO/Desktop/VERNAL_ZAVALA_ALEXANDRA_DEPORTISTAS_DESTACADOS.pdf)
- Wankel, L. (1980). *Involvement in vigorous physical activity: Considerations for enhancing self-motivation*. En R. Oanielson y K. Oanielson (Eds.), *Fitness motivation: Proceedings of the Geneva Park Workshop*. Toronto: Odol Publications.
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. New York: Springer-Verlag  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0361476X20300266>

## Anexos

### Formato de consentimiento informado

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha \_\_\_\_\_

Como deportista, he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida, respecto a la evaluación psicológica con fines investigativos, consistente en la realización del Cuestionario de orientación a la tarea y al yo (TEOSQ), del cual seré parte.

- La realización del cuestionario tendrá una duración de 10 a 15 minutos.
- La realización del cuestionario será de manera remota.

Por tanto, confirmo actuar consecuente, libre y voluntariamente como colaborador(a), contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando lo estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna, que no me harán devolución escrita y que no se trata de una evaluación con fines de intervención psicológica.

Que se respetará la buena fe, la confiabilidad e intimidad de la información por mí suministrada, lo mismo que mi seguridad física y psicológica.

Es importante mencionarle que no hay respuestas correctas ni incorrectas.

Si tiene dudas o preguntas acerca del cuestionario o del estudio, por favor hágame saber al siguiente correo: [giancarlovs084@gmail.com](mailto:giancarlovs084@gmail.com).

## Material complementario

### ANEXO 2: Cuestionario de orientación a la tarea y al yo en el deporte.

#### TEOSQ

Nombre:  
Deporte:  
Edad:  
Club/Universidad  
Categoría:

En las afirmaciones marcar en cada recuadro, el numero que corresponda según mi opinión al respecto, no existen respuestas correctas o incorrectas solo las que tú tienes como deportista y te caracterizan respecto a otros deportistas.

ejemlo:

Me siento más exitoso en mi deporte cuando...

Soy el / la único/a que puede hacer la jugada o habilidad en cuestión.	3
--	---

**1) Casi Siempre 2) Amenudo 3) Alguna vez 4) Rara vez 5) casi nunca**

Quiere decir: Que algunas veces se siente exitoso cuando en su deporte, es el único que puede hacer la jugada o habilidad en cuestión.

Contiene 13 items.

1. Soy el / la único/a que puede hacer la jugada o habilidad en cuestión.	
2. Aprendo una nueva habilidad y me impulsa a practicar más	
3. Puedo hacerlo mejor que mis compañeros.	
4. Los/as otros/as no pueden hacerlo tan bien como yo.	
5. Aprendo algo que es divertido hacerlo.	
6. Otros/as fallan y yo no.	
7. Aprendo una nueva habilidad esforzándome mucho.	
8. Trabajo realmente duro.	
9. Consigo más puntos, goles, etc. que todos/as.	
10. Algo que he aprendido me impulsa a seguir y a entrenar.	
11. Soy el / la mejor.	
12. Noto que una habilidad que he aprendido funciona.	
13. Pongo todo lo que está de mi parte (todo lo que puedo).	