

## **Motivos deportivos, metas de logro y autoeficacia en atletas de balonmano femenino**

**Sports reasons, goals of achievement and self-efficiency in female handball athletes**

**José Alfredo Bermúdez Cáceres<sup>1</sup>, Noel Fernando Mejía<sup>2</sup>**

### **Resumen**

El conocimiento y atención a motivos para la práctica deportiva ayuda al diseño de las estrategias centradas a aumentar la adherencia a la práctica deportiva y por ende reducir el abandono. El objetivo del presente estudio es determinar la relación entre los motivos deportivos, la autoeficacia y las metas de logro en atletas de balonmano de la rama femenina. Se encuestaron 60 jugadoras con una edad media de 19.88 años. En la investigación cuantitativa y transversal, fueron utilizados los métodos de la encuesta y el método estadístico. Los resultados no mostraron asociación entre la edad y las metas de logro, así como entre la autoeficacia y las metas de logro. Sin embargo, si se identificaron correlaciones significativas, entre los ítems de los instrumentos aplicados. estas correlaciones permitieron concluir que la aprobación social y el sentido de afiliación juegan un rol importante en el compromiso que las atletas, con orientación a la tarea, muestran en la práctica del balonmano.

**Palabras clave:** Adherencia, compromiso, ego, motivación, tarea.

Recibido: 10 de septiembre de 2021

Aceptado: 22 de enero de 2022

*Received: September 10, 2021*

*Accepted: January 22, 2022*

### **Abstract**

Knowledge of and attention to reasons for sports practice helps to design strategies focused on increasing adherence to sports practice and therefore reducing dropout. The objective of this study is to determine the relationship between sports motives, self-efficacy and achievement goals in female handball athletes. 60 players with a mean age of 19.88 years were surveyed. In the quantitative and cross-sectional research, the survey methods and the statistical method were used. The results did not show an association between age and achievement goals, as well as between self-efficacy and achievement goals. However, significant correlations were identified between the items of the applied instruments. These

---

<sup>1</sup> Licenciado en Educación Física.

Universidad Nacional Autónoma de Honduras.

jose.bermudez@unah.edu.hn

<sup>2</sup>Master en Actividad Física y Entrenamiento Deportivo.

Universidad Nacional autónoma de Honduras.

nmejia@unah.edu.hn

correlations made it possible to conclude that social approval and the sense of affiliation play an important role in the commitment that female athletes, with a task orientation, show in the practice of handball.

**Keywords:** Adherence, commitment, ego, motivation, task.

## **Introducción**

El deporte contemporáneo se caracteriza por una elevada heterogeneidad relacionada con los intereses y motivos para la práctica deportiva, por lo que la consideración de dichos elementos ayudaría a satisfacer las expectativas y necesidades de los y las practicantes, ya que, además de explicar el comportamiento humano en determinada actividad, la motivación condiciona el compromiso necesario para el cumplimiento y alcance de los logros deportivos (Núñez, et al. 2019).

En 2014, Teixeira identificó cuatro momentos en los que el tipo de motivación determina la práctica deportiva, estos momentos son: el inicio, la permanencia, el cambio y el abandono. Los resultados de dicho estudio indicaron que los principales motivos para el inicio deportivo fueron la superación personal, el tiempo libre, y la forma física; los principales motivos para la permanencia en el deporte, fueron la relación con el entrenador, la amistad, y la salud; los principales motivos para el cambio de deporte fueron el apoyo familiar, la afiliación, y la poca motivación; y finalmente para el abandono deportivo, como principales motivos se identificaron el estudio, el trabajo y la frustración deportiva.

Existe un vínculo entre la autoeficacia y el rendimiento deportivo; es decir que mientras más sean los logros producto del buen rendimiento deportivo, mayor será la percepción de autoeficacia y viceversa; a mayor autoeficacia, mayor rendimiento deportivo (Rui & Yinghua, 2017; Guillen,

2007). Gutiérrez, et al. (2013), en un estudio desarrollado con integrantes de la selección nacional de balonmano de Costa Rica (femenina, masculina), tanto hombres como mujeres ( $p > 0,05$ ) presentaron altos niveles de autoeficacia general (10 puntos máximo); para los hombres un promedio de  $8,41 \pm 0,70$  y para las mujeres de  $8,59 \pm 0,88$ .

Las metas de logro se dividen en dos orientaciones: (1) orientación a la tarea, donde se juzga la competencia en base a una comparación intrapersonal, aquí interesa el dominio de la misma ejecución (tarea); (2) orientación al ego, se juzga la competencia basada en una comparación interpersonal, por lo que el objetivo principal es tener un mejor desempeño que los demás. Respecto a estas dos orientaciones, Castillo et al., (2004) constaron puntuaciones altas en orientación a la tarea, y puntuaciones bajas en la orientación al ego.

Se plantea que el deseo de saberse competentemente apto para una actividad, es el principal motivo en la implicación deportiva (Nicholls, 1989), donde el clima motivacional juega un rol importante “para producir consecuencias afectivas, cognitivas y conductuales en las personas” (Melchor & Tomas, 2017, p. 158).

El balonmano es una disciplina deportiva relativamente joven en Honduras, iniciándose oficialmente con la creación de la Federación Hondureña de Balonmano (FEHBALM) en 1993. Actualmente, en la rama femenina son siete los equipos inscritos en la FEHBALM. Los entrenadores y

entrenadoras responsables de la dirección técnica de estos equipos expresan que una considerable cantidad de jóvenes se interesan por iniciarse en la práctica del balonmano, sin embargo, el nivel de adherencia es bajo.

Por tal motivo, y teniendo en cuenta los múltiples factores que llevan a la iniciación, permanencia, cambio o abandono de la práctica deportiva, el objetivo del presente estudio es identificar cuáles son las motivaciones deportivas de las integrantes de los equipos de balonmano inscritos en la FEHBALM, así como determinar el nivel de relación entre los motivos deportivos, la autoeficacia y las metas de logro.

### **Metodología**

El presente estudio se dirigió bajo el enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y con alcances descriptivo y correlacional.

Aplicado el método teórico de la encuesta, la información recolectada fue tratada estadísticamente para obtener las medidas descriptivas en el perfil demográfico, los motivos deportivos, las metas de logro y la autoeficacia. Se correlacionaron los ítems del Cuestionario de motivos de inicio, permanencia, cambio y abandono del deporte (MIMCA), entre ellos y con el total. Se correlacionó el Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ), con el MIMCA y con la escala de autoeficacia general. Finalmente se aplicaron los estadísticos ANOVA y Chi Cuadrada para la comprobación de las hipótesis. Para dicho análisis estadístico se utilizó el paquete estadístico IBM SPSS Statistics 22.0 para Windows.

### **Instrumentos y procedimiento**

#### **Variables**

Motivos de deportivos (dimensiones): iniciación, permanencia, cambio, abandono.

Metas de logro: orientación de meta a la tarea, orientación de meta al ego.

Autoeficacia.

### **Hipótesis**

Para determinar la asociación entre la edad, las metas de logro y la autoeficacia se compararon las medias de los grupos mediante el análisis de sus varianzas (ANOVA). Para tal fin se plantearon las siguientes hipótesis.

H0 La edad es un factor condicionante de las metas de logro (tarea, ego)

H1 La edad no es un factor condicionante de las metas de logro (tarea, ego)

H0 La edad es un factor condicionante para la percepción de autoeficacia.

H1 La edad no es un factor condicionante para la percepción de autoeficacia.

Para determinar la asociación entre las metas de logro y la autoeficacia se compararon las medias de los grupos mediante el estadístico de prueba Chi Cuadrada. Para tal fin se plantearon las siguientes hipótesis.

H0 No hay relación entre las metas de logro y la autoeficacia

H1 Hay relación entre las metas de logro y la autoeficacia

### **Población y muestra**

Para el estudio se abarcó el total de la población que se compuso de 60 atletas del género femenino, integrantes de los equipos pertenecientes al municipio de Tegucigalpa del departamento de

Francisco Morazán e inscritos a la Federación Hondureña de Balonmano (FEHBALM). La edad promedio fue de 19.88 años (s 6.63), el tiempo de practicar el balonmano se reportó con una media de 37.53 meses (s 37.87), y la edad promedio en que iniciaron la práctica de balonmano fue de 16.83 años (s 5.02).

### **Instrumentos de recolección de información**

**Motivos deportivos:** Se utilizó el Cuestionario de motivos de inicio, permanencia, cambio y abandono del deporte (MIMCA). El cuestionario como conjunto muestra una consistencia aceptable (alfa= 0.89) y para las sub escalas presenta un coeficiente de confiabilidad de 0.82, 0.84, 0.86 y 0.90, respectivamente (Marrero, Martin-Albo y Núñez, 1998).

**Metas de logro:** En el estudio de esta variable se utilizó el Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) de Duda (1989), con la versión en español de Balaguer, Tomás y Castillo (1995). La validez y fiabilidad de este instrumento se ha determinada por análisis factorial, respondiendo al modelo teórico donde se estable la estructura de los dos tipos de motivación en el deporte (Balaguer, et al. 1996; Duda, 1989).

**Autoeficacia:** Se aplicó la escala de autoeficacia general creada por Baessler y Schwarzer (1996). “Los puntajes entre 27 a 38 puntos muestran una media de autoeficacia general. Esta es fiable con valores de  $\alpha = .87$  para la versión española.” (Moreta, et al. 2019, p. 196).

### **Resultados**

A continuación, se presentan los datos descriptivos relacionados a los motivos

deportivos para el inicio, la permanencia, el cambio y el abandono.

#### **Escala de inicio**

Las jugadoras manifestaron que el principal motivo, con una media de 4.42, por cual se iniciaron en la práctica del balonmano fue “para divertirme”; el 15.0% dijo estar Muy de acuerdo y 66.7% estar Totalmente de acuerdo con dicho motivo. Seguidamente, con una media de 3.90 mencionaron al motivo “tengo amigos que practican el deporte”. Finalmente reportaron los motivos “para poder competir”, “para mantenerme en forma”, “para superarme a mismo”, con medias de 3.68, 3.55 y 3.42 respectivamente.

#### **Escala de permanencia**

Las jugadoras manifestaron que el principal motivo, con una media de 4.18, para permanecer en la práctica del balonmano fue “Me llevo bien con el entrenador”; el 20.0% dijo estar Muy de acuerdo y 55.0% estar Totalmente de acuerdo con dicho motivo. Seguidamente, con una media de 3.95 mencionaron al motivo “Con el deporte mejoro mi imagen física”. Finalmente destacaron al motivo “El balonmano me permite mejorar las habilidades mentales”, como el tercer motivo para permanecer en el balonmano, con una media de 3.93.

#### **Escala de cambio**

Las jugadoras manifestaron que el principal motivo, con una media de 2.85, para cambiar la práctica del balonmano fue “Por problemas de salud”; el 20.0% dijo estar Muy de acuerdo y 55.0% estar Totalmente de acuerdo con dicho motivo. Seguidamente, con una media de 2.68 mencionaron al motivo “dificultades por los estudios o trabajo”. Finalmente

destacaron al motivo “Por falta de apoyo de la federación” con media de 2.65, como el tercer motivo para cambiar la práctica del balonmano.

### Escala de abandono

Las jugadoras manifestaron que el principal motivo, con una media de 3.32, para abandonar la práctica del balonmano fue “Si las lesiones me impidieran entrenar”; el 41.0% dijo estar de acuerdo, el 5.0% Muy de acuerdo y el 32.0% dijo estar Totalmente de acuerdo con dicho motivo. Seguidamente, con una media de 2.70 mencionaron al motivo “Si mi trabajo o estudios no me permitieran rendir al máximo.”. Finalmente destacaron al motivo “Si obtengo los resultados que quiero” con media de 2.62, como el tercer motivo para abandonar la práctica del balonmano.

### Metas de logro (Orientación al ego / Orientación a la tarea)

Los resultados respecto a las orientaciones al ego y la tarea fueron procesados a partir de los valores medios, obtenidos en base a los ítems 1, 3, 4, 6, 11 y 13 para la orientación al ego, y los ítems 2, 5, 7, 8, 9, 10 y 12 para la orientación a la tarea. Luego de la baremación de los valores medios se contabilizaron en las categorías baja, media y alta. Se observó una marcada orientación a la tarea con un porcentaje acumulado de 98.4% (71.7% en la categoría alta y 26.7% en la categoría media).

### Autoeficacia

Las atletas reportaron una media de 35.32 (s 8.84) en autoeficacia, siendo el máximo posible de 50. La baremación del total de la escala permitió clasificar la autoeficacia en tres categorías; baja, media y alta; el

58.0% de las atletas tienen una alta percepción de autoeficacia.

### Correlación metas de logro y motivos deportivos

Se correlacionaron los ítems para la orientación al ego y la orientación a la tarea con los motivos deportivos: inicio, permanencia, cambio y abandono. El análisis correlacional expuso correlaciones, si bien débiles, significativa (Tabla 1 y 2).

**Tabla 1.**  
*Correlación orientación al ego, motivos deportivos.*

ORIENTACION AL EGO	MOTIVOS DEPORTIVOS								
	INICIO		PERMANENCIA		CAMBIO		ABANDON		
ITEMS	11	13	1	5	6	8	10	3	7
1.Soy el único que puede hacer el juego o la habilidad					.271*				
3.Puedo hacerlo mejor que mis amigos	-.268*		.301*		.036				
4.Los demás no pueden hacerlo tan bien como yo								-.319*	
<b>6. Otros lo arruinan y yo no.</b>					<b>.289*</b>	<b>.282*</b>	<b>.269*</b>		<b>.310*</b>
					<b>.026</b>	<b>.030</b>	<b>.039</b>		<b>.01</b>
11. Soy el mejor		.413**							
		.001							
13.Yo hago lo mejor	-.337**								-.31
	.009								.01

INICIO (11.- Tengo amigos que practican este deporte, 13.- Influencia de mis hermanos)  
 PERMANENCIA (1.- Mi entrenador me estimula a continuar, 5.- Los resultados dependen únicamente de mí)  
 CAMBIO (6.- Dificultades por los estudios o trabajo, 8.- Por falta de motivación, 10.- Buscar nuevas sensaciones)  
 ABANDONO (3.- Si las lesiones me impidieran entrenar, 7.- Si no me llevara bien con el entrenador)

\*La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).  
 \*\*La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: elaboración propia

**Tabla 2.**  
*Correlación orientación a la tarea, motivos deportivos.*

ORIENTACION A LA TAREA	MOTIVOS DEPORTIVOS						
	INICIO		PERMANENCIA		CAMBIO		ABANDON
ITEMS	5	12	3	11	13	1	4
2.Aprendo nuevas habilidades y esto me hace querer practicar más.	.309*		.307*				
	.016		.019				
7.Aprendo nuevas habilidades tratando arduamente			.299*	.293*	-.262*		
			.022	.024	.043		
8.Trabajo realmente duro						-.277*	-.289
						.032	.025
10. Algo que aprendo me hace querer ir a practicar más	.267*		.264*				
	.039		.046				

INICIO (5.- Para ocupar el tiempo libre., 12.- Las instalaciones están cerca de casa)  
 PERMANENCIA (3.- El balonmano me ayuda a concentrarme en mi vida diaria, 11.- El balonmano me sirve válvula de escape, 13.- Me llevo bien con el entrenador)  
 CAMBIO (1.- Por falta de apoyo de la federación)  
 ABANDONO (4.- Si no tuviera habilidades físicas para el balonmano)

\*La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).  
 \*\*La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: elaboración propia

## Correlación metas de logro y autoeficacia

El análisis correlacional no mostró correlación entre los 7 ítems correspondientes a la orientación a la tarea y los 10 ítems a la autoeficacia. Sin embargo, si fueron registradas correlaciones débiles, pero significativas entre los ítems 6, 11 y 13 para la orientación al ego y los ítems 1, 2, 4 y 7 para la autoeficacia (Tabla 3).

**Tabla 3.**  
*Correlación orientación al ego, autoeficacia.*

ORIENTACION AL EGO	AUTOEFICACIA			
	1	2	4	7
ITEMS				
6. Otros lo arruinan y yo no.	.260*	.392**	.335**	.310*
	.046	.002	.010	.017
11. Soy el mejor	.279*	.279*	.354**	
	.031	.031	.006	
13. Yo hago lo mejor				-.301*
				.020

1.- Puedo encontrar la forma de obtener lo que quiero, aunque alguien se me oponga.  
 2.- Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.  
 4.- Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas.  
 7.- Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.  
 \*La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).  
 \*\*La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: elaboración propia

## Análisis ANOVA

El análisis indicó que no hubo diferencia significativa entre las medias de las edades, por lo que la edad no es un factor que condiciona la orientación al ego ( $p=0.309$ ), ni para la orientación a la tarea ( $p=0.458$ ) (Tabla 4 y 5).

**Tabla 4.**  
*Análisis ANOVA, media de edades para la orientación al ego.*

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Entre grupos	70.164	2	35.082	.792	.458
Dentro de grupos	2524.820	57	44.295		
Total	2594.983	59			

Fuente: elaboración propia

Igualmente, la edad no resultó ser condicionante para la percepción de autoeficacia general. Así se muestra en la tabla 6, donde el análisis ANOVA comparo las medias de las edades, siendo el valor  $p$  ( $p=0.130$ ) mayor al nivel de significancia (0.05).

**Tabla 5.**  
*Análisis ANOVA, media de edades para la orientación a la tarea.*

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Entre grupos	70.164	2	35.082	.792	.458
Dentro de grupos	2524.820	57	44.295		
Total	2594.983	59			

Fuente: elaboración propia

Igualmente, la edad no resultó ser condicionante para la percepción de autoeficacia general. Así se muestra en la tabla 6, donde el análisis ANOVA comparo las medias de las edades, siendo el valor  $p$  ( $p=0.130$ ) mayor al nivel de significancia (0.05).

**Tabla 6.**  
*Análisis ANOVA, media de edades para la autoeficacia general.*

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Entre grupos	179.468	2	89.734	2.117	.130
Dentro de grupos	2415.515	57	42.377		
Total	2594.983	59			

Fuente: elaboración propia

## Asociación metas de logro y autoeficacia

La tabla 7 confirma un valor  $p$  de 0.261 para la asociación entre la orientación a la tarea y la autoeficacia; y un valor  $p$  de 0.948 para la asociación entre la orientación al ego y la autoeficacia. Dichos valores, mayores que el nivel de significancia de

0.05, descartan la asociación entre ambas variables.

**Tabla 7.**

*Asociación metas de logro y autoeficacia.*

ORIENTACION TAREA	AUTOEFICACIA			TOTAL	ORIENTACION EGO	AUTOEFICACIA			TOTAL
	BAJA	MEDIA	ALTA			BAJA	MEDIA	ALTA	
BAJA	0	0	1	1	BAJA	6	13	27	46
MEDIA	5	3	8	16	MEDIA	2	2	5	9
ALTA	4	13	26	43	ALTA	1	1	3	5
TOTAL	9	16	35	60	TOTAL	9	16	35	60
CHI CUADRADO	Sig.0. 261				CHI CUADRADO	Sig.0. 948			

Fuente: elaboración propia

## Discusiones

En el estudio de Rodríguez y Guillén (2017) demostraron que los principales motivos para la práctica general del deporte fueron: “Por estar alegre y divertirme” con una media de 3.14 y “Estar en forma, ser fuerte y saludable”, con una media de 3.32. Dichos resultados se aproximan a los obtenidos en la presente investigación en el ítem “para divertirme” (X=4.42), para el primer caso, y con el ítem “para mantenerme en forma” (X=3.55), en el segundo caso, ambos en la dimensión de inicio.

En otro estudio que recoge los motivos para la práctica deportiva general, Sampol, et al. (2005), señalan que “los amigos” es el principal motivo (33.6%) para el inicio de la práctica deportiva; seguidamente para la dimensión de permanencia los principales motivos son “la diversión” (37%), “mantener la forma” (25.1%), “competir” (9.7%). En contraste, para la presente investigación, los principales motivos para la permanencia en la práctica del balonmano son: “Me llevo bien con el entrenador” (X=4.18, 75%), “Con el deporte mejoro mi imagen física”

(X=3.95, 71.7 %) y el “El balonmano me permite mejorar las habilidades mentales” (X=3.93, 68.3%).

Respecto a la dimensión del abandono, los citados autores reportan a “los estudios” (33.6%) y “el aburrimiento” (23.3%), como los principales motivos para el abandono de la práctica deportiva en general. Para la presente investigación, los principales motivos para la permanencia en la práctica del balonmano son: “Si las lesiones me impidieran entrenar” (X=3.32, 37.0%), “Si mi trabajo o estudios no me permitieran rendir al máximo” (X=2.70, 28.4%), este último, aunque en menor medida, consistente con los resultados de Sampol, et al. (2005).

Los resultados de la presente investigación, en cuanto a las metas de logro (marcada orientación a la tarea con un porcentaje acumulado de 98.4%) son consistentes con los resultados de Castillo, et al. (2004), a partir de los cuales se concluye que “En el contexto deportivo los jóvenes puntúan alto en la meta-creencia-tarea y bajo en la meta-creencia-ego” (p. 510).

Respecto a las orientaciones de las metas de logro (ego, tarea), Castillo, et al. (2000), muestran una correlación significativa entre la orientación al ego y los motivos de aprobación social y de demostración de capacidad (r:0.50, p < .01). Para la presente investigación, como motivos de aprobación social y demostración de capacidad, pueden ser considerados los motivos de “Tengo amigos que practican este deporte” (INICIO), “Mi entrenador me estimula a continuar” (PERMANENCIA), “Si no me llevara bien con el entrenador” (ABANDONO), los que correlacionan con la orientación al ego (r:-0.268, r:301, r:-0.310, respectivamente), Las similitudes de

ambos estudios refuerzan la importancia del rol de los entrenadores como primera referencia de aprobación social, y del círculo social (amigos) hacia el que muchas veces se dirige la necesidad de demostrar capacidad.

Por otra parte, Castillo, et al. (2000) reportan una correlación positiva de la orientación a la tarea con los motivos de afiliación ( $r:0.44$ ,  $p < .01$ ). Dentro de los motivos de afiliación y en relación a la presente investigación pueden considerarse los motivos: “Para ocupar el tiempo libre” (INICIO), “El balonmano me ayuda a concentrarme en mi vida diaria” (PERMANENCIA), “El balonmano me sirve de válvula de escape” (PERMANENCIA) y “Me llevo bien con el entrenador” (PERMANENCIA); cuyas correlaciones, demuestran la importancia del refuerzo de los mismos a fin de consolidar la orientación a la tarea, aspecto que potencia la continuidad en la práctica del balonmano.

En relación con la autoeficacia general, se evidencia la alta convicción de las atletas respecto a sus capacidades de afrontar y solucionar las dificultades. Dichos resultados ( $X=7.06$ ) coinciden con los reportados por Gutiérrez, et al. (2013) con una media de 8.59, lo que indicaría un alto

involucramiento con el deporte y las tareas a desarrollar. El análisis correlacional no muestra asociación con la orientación a la tarea, pero si con la orientación al ego, lo que indica que la orientación al ego no debería ser juzgada como negativa, ya que niveles adecuados de dicha orientación son necesario para fortalecer el sentido de autoeficacia.

## **Conclusiones**

Los descriptivos obtenidos en el estudio permiten concluir en la importancia de la aprobación social y el sentido de afiliación para el aumento del compromiso y la adherencia de las jugadoras en la práctica del balonmano.

La marcada orientación a la tarea observada en el estudio por parte de las jugadoras, así como los motivos deportivos que correlacionaron con dicha orientación, son elementos a considerar para la elaboración de futuras estrategias dirigidas a aumentar la adherencia a la práctica deportiva en todas las edades.

Dentro de esta línea, para consolidar la autoeficacia, deben ser agregadas las estrategias que desarrollen igualmente la orientación al ego, la cual presenta una asociación importancia con el sentido de autoeficacia.

## **Referencias**

- Baessler, J. y Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y Estrés*, 2, 1-8.
- Balaguer, I., Tomás, I. y Castillo, I. (1995). *Orientación al ego y a la tarea en el deporte (TEOSQ): Propiedades psicométricas y análisis factorial de la traducción castellana*. Póster presentado en el V Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Valencia, España.

- Castillo, I., Balaguer, I., Duda, J. y García, M. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva' en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(3), 505-515.
- Duda, J. L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 318-335.
- Gutiérrez, J., Gutiérrez, R. y Ureña, P. (2013). Autoeficacia general, ansiedad precompetitiva y sensación de fluir en jugadores (as) de balonmano de la selección nacional de Costa Rica. *Revista de Ciencias del Movimiento Humano*, 10(2), 1-16.
- Marrero, G., Martín-Albo, J. y Núñez, L. (1998). Construcción de un cuestionario de motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio y abandono. *Anuario de filosofía, psicología y sociología*. 1, 91-108.
- Melchor, J. y Tomas, P. (2017). Influencia del clima motivacional en educación física sobre las metas de logro y la satisfacción con la vida de los adolescentes. *Retos*, 31, 157-163.
- Moreta, R., Lara, M., Camacho, P. y Sánchez, S. (2019). Análisis factorial, fiabilidad y validez de la escala de autoeficacia general (EAG) en estudiantes ecuatorianos. *Psychology, Society, & Education*, 11(2), 193-204.
- Nicholls, J. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Núñez, M., Banegas R., Esparza, I., Ozuna A. y Clark, Y. (2019). Estudio de los motivos en la práctica deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 15(1), 1-6.
- Rodríguez, P., y Guillén, F. (2017). Motivos de participación deportiva en jóvenes deportistas mexicanos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(3), 105–116.
- Rui, h. y Yinghua, y. (2017). Do entrepreneurial alertness and self-efficacy predict chinese sports major students' entrepreneurial intention? *Social Behavior and Personality*, 45(7), 1187–1196.
- Sampol, P., Ponseti, X., Gili, M., Borrás, P. y Vidal, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts Educación Física y Deportes*, 81, 5-11.
- Teixeira, M. (2014). *Inicio, Manutención, Cambio Y Abandono Y El Síndrome De Burnout En El Voleibol Competitivo Brasileño*. Tesis Para El Grado De Doctor. Universidad Pedro De Valdivia, Chile.