

Inteligencia emocional, motivación autodeterminada y satisfacción de necesidades básicas en el deporte

Emotional intelligence, self-determined motivation and basic needs satisfaction in sport

Mónica Martín de Benito*, José Francisco Guzmán Luján**

* Universidad Católica de Valencia (monicamartindebenito@hotmail.com), ** Universidad de Valencia

RESUMEN: Los objetivos del estudio fueron: analizar las propiedades psicométricas de las escalas BEIS-10 y BRSQ en castellano, demostrar la relación entre Inteligencia Emocional (IE) y Motivación Autodeterminada (MA), y entre IE y Satisfacción de Necesidades Básicas (SNB), analizar la IE de los alumnos que practican deporte extraescolar y de los que solo practican Educación Física, además de los practicantes de deportes individuales y colectivos. Muestra: 117 alumnos de un colegio público. Los resultados confirmaron la fiabilidad de las escalas. Existió una relación significativa entre los niveles de IE y los de MA, también existió una relación significativa entre los niveles de IE y los de SNB. Los alumnos que practican deportes colectivos, tuvieron mayores niveles de IE que los que sólo realizan Educación Física y no se pudo verificar que los alumnos que practicaban deportes colectivos tuvieran mayores niveles de IE que los que practicaban deportes individuales.

PALABRAS CLAVE: Inteligencia Emocional, Motivación Autodeterminada,

Satisfacción de Necesidades Básicas, Deporte y Educación Física.

ABSTRACT: The aims of this study were: to analyze the psychometric properties of scales BEIS-10 and BRSQ in Spanish, show the relationship between emotional intelligence (EI) and self-determined motivation (SDM) and between EI and Satisfaction of Basic Needs (SBN), analyze the EI of those students who practice extracurricular sports and of those who only practice Physical Education, as well as practitioners of individual and collective sports. Sample: 117 students of a public school. The results confirmed the reliability of scales. There was a significant association between levels of EI and SDM, and between levels of EI and SBN. Students who play collective sports, had higher levels of EI than those who only practice physical education, but it was not possible to verify if students who practice team sports had higher levels of EI than those who practice individual sports. **KEYWORDS:** Emotional Intelligence, Self-determined motivation, Satisfaction of Basic Needs, Sport and Physical Education.

1. Introducción

El desarrollo de la Inteligencia Emocional (IE), definida como “la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y la de los demás” (Mayer y Salovey, 1997), es un importante indicador de éxito en el futuro en muchos aspectos de la vida (Bar-On, 2002; Saarni, 1999; Goleman, 1995), incluyendo la AF y el deporte. Por ello, autores como ÇoBan, Karademir, Agak y Devocioglu, 2010, propusieron que ésta, debería formar parte del proceso educativo ya que la mejora de las habilidades tales como la comunicación y empatía, que son necesarias para la solución de conflictos sociales y problemas en la propia familia, la escuela, el medio ambiente en general y la vida profesional, son importantes tanto en un sentido personal, como en un sentido social. En este estudio analizamos la relación entre la IE de los niños en el deporte y la práctica de actividad deportiva extraescolar. En concreto, si los deportistas que practican algún tipo de deporte, tienen más IE que los alumnos que sólo practican Educación Física en el colegio, así como si aquellos deportistas que practican deportes colectivos, tienen más IE que los que practican deportes individuales.

Por otra parte, numerosos estudios han constatado la relación existente entre la motivación autodeterminada y el bienestar psicológico en contextos como el educativo (Burton,

Lydon, D’alessadro y Koestner, 2006) y el deportivo (Balaquer, Castillo y Duda, 2008).

La Teoría de la Autodeterminación (TAD) (Deci y Ryan, 1985) sugiere que la motivación debe ser explicada desde un punto de vista multidimensional y sostiene que el comportamiento puede ser intrínsecamente motivado, extrínsecamente motivado o amotivado. Así, para examinar los principios de la TAD (Deci y Ryan, 1985) en el contexto del deporte, Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson y Blais, (1995) desarrollaron la Sport Motivation Scale (SMS), que se ha ofrecido como una herramienta válida y fiable para los investigadores, para crear una amplia base de conocimientos en relación con la motivación deportiva desde la perspectiva del trato especial y diferenciado (Lonsdale, Hodge y Rose, 2008). Por ello, en esta investigación se ha tratado de validar esta escala al castellano, para obtener una medida de evaluación de la motivación válida y fiable en el contexto deportivo.

Además, la TAD postula la Teoría de las Necesidades Básicas (TNB), donde expone que los deportistas persiguen algunas metas (divertirse, mejorar su rendimiento, etc.) a través de su práctica deportiva (Luckwü y Guzmán, 2011).

Existe una gran cantidad de investigación que estudia la satisfacción de las necesidades básicas y su relación con otras

variables. En el contexto deportivo los estudios han asociado un índice de satisfacción de necesidades básicas con la motivación autodeterminada (Lukwü y Guzmán, 2011; Guzmán y Kingston, 2011) y la intención de práctica y compromiso deportivos (Lukwü y Guzmán, 2011; Guzmán y Kingston, 2011).

No hemos encontrado estudios de investigación que analicen las relaciones entre la IE de los deportistas y las variables motivacionales, como la SNB y la MA, por lo que en este estudio pretendemos estudiarla.

2. Objetivos

Los objetivos planteados fueron los siguientes:

1. Validar la escala BEIS-10 al castellano.
2. Validar la escala BRSQ al castellano.
3. Demostrar la relación entre IE y MA.
4. Comprobar la relación entre IE y SNB.
5. Analizar la IE en el deporte de los alumnos que practican deporte extraescolar y de los alumnos que solo practican EF en el colegio.
6. Analizar la IE en el deporte de los practicantes de deportes individuales y colectivos.

Las hipótesis planteadas fueron las siguientes:

1. Existirá una relación positiva significativa entre los niveles de IE y la MA, así como entre la IE y los tipos de motivación más autodeterminados.
2. Existirá una relación significativa entre la IE y la SNB y entre la IE y las diferentes percepciones de SNB.
3. Los alumnos que solo reciben clases de EF, tendrán menos IE en el deporte que los que además de las clases de EF practican algún deporte, ya sea individual o colectivo.
4. Aquellos deportistas que practican deportes colectivos, tendrán mayores niveles de IE en el deporte que aquellos que practican deportes individuales.

3. Metodología

3.1. Muestra

En el estudio participaron un total de 117 estudiantes de Educación Primaria de un colegio público de Valencia, con edades comprendidas entre 10 y 12 años. Del total de la muestra, 69 alumnos practicaban deporte extraescolar (24 practicaban deportes individuales y 45 deportes colectivos), mientras que 48 no lo practicaban y por tanto solo realizaban Educación Física en el colegio.

3.2. Instrumentos

Las variables de nuestro estudio fueron las siguientes: Inteli-

gencia Emocional (IE), Satisfacción de las Necesidades Psicológicas en el Deporte (SNB) y Motivación Autodeterminada hacia el deporte.

• Medida de la IE

La evaluación de la IE se ha realizado a través de un autoinforme (Brackett y Geher, 2006; Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden y Dornheim, 1998) que capture la percepción subjetiva de las habilidades emocionales (Brackett y Geher, 2006). Por ello, en esta investigación analizaremos las propiedades psicométricas de la traducción al castellano la versión reducida de la Brief Emotional Intelligence Scale (BEIS-10) extraída de la Emotional Intelligence Scale (EIS), también conocido como Schutte Self-Report Inventory (SSRI) de Schutte y col. (1998) creada y validada por Davies, Lane, Devonport y Scott, (2010) (versión inglés) y utilizada con deportistas.

• Medida de la SNB

Fue medida por medio de la Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas en el Deporte (ESANPD) elaborada por Guzmán y Luckwü, (Guzmán y Luckwü, 2008; Luckwü y Guzmán 2011a, b). Para un mejor análisis de las relaciones entre las variables calculamos un Índice (ISNB) calculado como la media de las puntuaciones obtenidas en las diferentes necesidades básicas (competencia, autonomía, afiliación y utilidad).

• Medida de la MA

La Motivación hacia el deporte se midió a través de la traducción al castellano de The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ), elaborada por Lonsdale y col. (2008).

Para un mejor análisis de las relaciones causales, calculamos el Índice de Autodeterminación (IAD) de la motivación tal como es propuesto por Vallerand (2007) con la ecuación: $((MI \text{ de conocimiento} + MI \text{ de logro} + MI \text{ de estimulación}) \times 3/3) + (ME \text{ integrada}) \times 2 + ME \text{ Integrada} - ME \text{ Introyectada} - (ME \text{ de regulación externa} \times 2) - (Amotivación \times 3)$.

3.3. Procedimiento

En primer lugar realizamos una doble traducción de las dos escalas que queríamos validar al castellano (BEIS-10 y BRSQ). Se informó y pidió consentimiento a la dirección del colegio sobre el estudio de investigación y a continuación pasamos los cuestionarios en las instalaciones del colegio, durante las clases de EF. Puesto que el cuestionario BEIS-10 solo contenía diez ítems, éste fue administrado en dos ocasiones (test-retest), según argumentan sus autores (Davies y col., 2010), para obtener una mayor fiabilidad de los datos. Se realizaron separados por un periodo de 2 semanas.

3.4. Análisis de datos

El análisis de datos se realizó a través del programa estadístico SPSS Statistics 17,0. La fiabilidad interna de las escalas se calculó a través del coeficiente Alfa de Cronbach. Para el cálculo de correlaciones se utilizó el coeficiente r de Pearson.

Se calcularon el ISBN y el IAD tal y como se describió al analizar los instrumentos. Para analizar las relaciones entre IE, ISBN y IAD, se realizaron correlaciones bivariadas entre ellas. Por último se efectuó un análisis multivariante (MANOVA) donde las variables dependientes fueron la IE deportiva test y retest y la variable independiente era el tipo de deporte que se practicaba (EF, deportes individuales o deportes colectivos), para determinar las diferencias entre dichas variables.

4. Resultados

4.1. Análisis psicométrico de los instrumentos

Se realizó un análisis de la fiabilidad de la Escala BEIS-10 tomando un único factor de primer orden compuesto por los 10 ítems de la escala. Los coeficientes alfa mostraron un incremento del valor para el retest ($\alpha=.79$) en comparación con el test ($\alpha=.69$). Por otro lado, la correlación entre ambas administraciones fue alta y significativa ($r=.73$) apoyando por lo tanto la fiabilidad de la medida.

También se realizó un análisis de la fiabilidad para cada una de las subescalas del cuestionario ESANPD. El coeficiente alfa para la subescala percepción de competencia fue de .79, para la de percepción de relaciones sociales fue de .81, para la de percepción de autonomía fue de .75, para la de percepción de utilidad fue de .70.

Finalmente, se calculó la fiabilidad interna de cada una de las subescalas del cuestionario BRSQ. El coeficiente alfa para la subescala MI General fue de .72, para la de MI de conocimiento fue de .83, para la de MI de Estimulación fue de .80, para la MI de logro fue de .80, para la ME de Regulación Integrada fue de .79, para la ME de Regulación Identificada fue de .72, para la ME de Regulación Introyectada fue de .80, para la ME de Regulación Externa fue de .73 y para la Amotivación fue de .83.

4.2. Análisis descriptivo

Se obtuvieron mayores puntuaciones en la IE test ($M= 4.09$ $DT= .60$), que en la IE retest ($M= 3.93$ $DT= .73$), aunque en ambos casos fueron altas, considerando que los valores de respuestas estuvieron entre 1 y 5.

Apreciamos además altos grados de acuerdo (los valores de respuestas estuvieron entre 1 y 7), en relación a la satisfacción de necesidades psicológicas deportivas: percepción de compe-

tencia ($M= 5.81$ $DT= 1.02$), percepción de relación ($M= 5.83$ $DT= 1.17$), percepción de autonomía ($M= 5.56$ $DT= 1.52$) y percepción de utilidad ($M= 5.88$ $DT= 1.07$).

Con respecto a la MA (los valores de respuestas estuvieron entre 1 y 7), existen altos grados de acuerdo con las motivaciones más autodeterminadas. A medida que las motivaciones eran menos autodeterminadas, los valores de la media y desviación típica fueron más bajos, alejándose de los anteriores: MI de conocimiento ($M= 6,08$ $DT= 1.21$), MI de Estimulación ($M= 5.84$ $DT= 1.22$), MI de logro ($M= 6.09$ $DT= 1.11$), ME Integrada ($M= 5.23$ $DT= 1.38$), ME Identificada ($M= 5.63$ $DT= 1.20$), ME Introyectada ($M= 2.97$ $DT= 1.80$), ME de regulación externa ($M= 2.98$ $DT= 1.66$) y amotivación ($M= 2.68$ $DT= 1.78$).

4.3. Análisis estructural y de las relaciones

La IE en el deporte test y retest estuvo relacionada positivamente con el ISBN (test $p<.01$ y retest $p<.01$), y con las percepciones de competencia ($p<.01$ y $p<.01$), afiliación ($p<.01$ y $p<.01$), autonomía ($p<.01$ y $p<.01$) y utilidad ($p<.01$ y $p<.01$).

Además, la IE en el deporte test y retest, estuvo relacionada positivamente con el IAD ($p<.01$ y $p<.01$) y con las subescalas de MI de Conocimiento ($p<.01$ y $p<.01$), MI de Estimulación ($p<.01$ y $p<.01$), MI de Logro ($p<.01$ y $p<.01$), ME Integrada ($p<.01$ y $p<.01$) y ME Identificada ($p<.01$ y $p<.01$). Sin embargo la ME no mostró relación significativa con las subescalas de ME Introyectada ($p>.05$ y $p>.05$) y ME de Regulación Externa ($p>.05$ y $p>.05$), mientras que la relación fue negativa y significativa para la Amotivación ($p<.05$ y $p<.01$).

4.4. Análisis inferencial

Se realizó un análisis multivariante MANOVA tomando como variable independiente o factor la práctica deportiva de los participantes, con tres grupos (solo EF, EF más deporte individual y EF más deporte colectivo) y como variables dependientes la IE en el deporte en las dos medidas realizadas (test y retest). Se comprobó que existen diferencias significativas con respecto a la IE retest, entre la EF y los deportes colectivos ($p<.05$). Sin embargo, no hubo diferencias significativas con respecto a la IE test entre la EF, los deportes individuales y los deportes colectivos ($p>.05$). Por último, observar que ni en la IE test, ni en la IE retest, se observaron diferencias significativas entre los deportes individuales y los colectivos ($p>.05$).

5. Discusión y conclusiones

Los resultados ofrecidos en nuestro primer y segundo objetivo, apoyaron la validez y fiabilidad de la traducción al castellano del BEIS-10 y del BRSQ. Es conveniente resaltar la

importancia de validar medidas específicas para medir la IE en el deporte, que permitan estudiar aspectos como la correlación entre la IE percibida en el deporte y en otros dominios y también a nivel general. Además, es importante relacionar la motivación en el deporte con otras variables y realizar estudios que puedan ser comparados con otros realizados en países de habla inglesa.

Los resultados obtenidos en nuestro tercer objetivo, están en línea con los postulados de la TAD según la cual una motivación moderadamente autodeterminada lleva a consecuencias afectivas, cognitivas y/o conductuales positivas en el ámbito deportivo (Deci y Ryan, 1985a, 1985b; Vallerand, 1997). Cuanto más alto sea el IAD, más altos serán los niveles de IE.

En relación al objetivo cuatro de nuestro estudio, se observó una relación significativa entre la IE y la SNB. Existe una gran cantidad de investigación que estudia la satisfacción de necesidades básicas y su relación con otras variables. Sin embargo, es importante señalar que no hemos encontrado estudios de investigación hasta la fecha, que comprueben la relación entre IE y SNB.

En lo que respecta a los niveles de IE en función del tipo de deporte practicado (objetivos 5 y 6), los resultados mostraron que la IE fue mayor para los practicantes de deportes

colectivos en relación con los que solo hacían EF. En cuanto a las posibles diferencias en IE entre los practicantes de deportes individuales y colectivos, pensamos que aunque los resultados de nuestro trabajo de investigación no fueron significativos ($p > .05$), sí que existió una tendencia que podría llevar a diferencias significativas en estudiantes de secundaria debido a mejoras en su capacidad de autorreflexión y a posibles cambios en sus habilidades sociales y emocionales.

Conclusiones: 1. Los instrumentos de medida utilizados en este estudio han mostrado ser fiables. 2. Existe una relación significativa entre los niveles de IE y los niveles de MA, es decir, que los alumnos que tienen más IE, tienen mayores niveles de motivación autodeterminada y/o viceversa. 3. Existe una relación significativa entre los niveles de IE y los niveles de SNB, es decir, que los alumnos que tienen más IE, tienen mayores niveles de satisfacción de necesidades en el deporte y/o viceversa. 4. Los alumnos que practican deportes colectivos, tienen mayores niveles de IE que los alumnos que sólo realizan EF en el colegio tras una cierta familiarización con el instrumento de medida de la IE en deporte percibida. 5. No podemos verificar la hipótesis de que los alumnos que practican deportes colectivos tienen mayores niveles de IE que los alumnos que practican deportes individuales.

6. Referencias bibliográficas

11. Bar-On, R. (2002). Bar-On Emotional Quotient Inventory: Technical Manual. MHS, North Tonawanda, NY.
12. Brackett, M.A., & Geher, G. (2006). Measuring emotional intelligence: Paradigmatic diversity and common ground. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas, & J.D. Mayer (Eds.), *Emotional intelligence and everyday life* (pp. 27-50). New York: Psychology Press.
13. Balaguer, I., Castillo, I. & Duda, J. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (1), 123-139.
14. Burton, K.D., Lydon, J. E., D'Alessandro, D. y Koestner, R. (2006). The differential effects of intrinsic and identified motivation on well-being and performance: Prospective, experimental, and implicit approaches to self-determination theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 750-762.
15. Davies, K.A., Lane, A.M., Devonport, T.J. & Scott, J.A. (2010). Validity and Reliability of a Brief Emotional Intelligence Scale (BEIS-10). *Journal of Individual Differences*, 31(4), 198-208.
16. Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1985a). The General Causality orientations scale: self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
17. Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1985b). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Nueva York: Plenum Press.
18. Çoban, B., Karademir, T., Agak, M. & Devecioglu, S. (2010). The emotional intelligence of students who are sitting a special-ability examination. *Social behavior and personality*, 38(8), 1123-1134.
19. Goleman, D. (1995a). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
20. Guzmán, J.F. & Kingston, K. (2011). Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. Aceptado por *European Journal of Sport Sciences* para ser publicado en 2011.
21. Guzmán, J.F. & Lukwu, R.M. (2008). Propiedades psicométricas de una escala de percepción de la satisfacción de las necesidades básicas en el deporte. I International Conference of Sport Sciences of the Catholic University of Murcia (UCAM). Spain.
22. Lonsdale, C., Hodge, K. & Rose, E.A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument Development and Initial Validity Evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 323-355.
23. Lukwu, R.M. y Guzmán, J.F. (2011a). Sport commitment and adherence: A social-cognitive analysis. Aceptado para ser publicado por *Revista Internacional de Ciencias del Deporte Ricyde* en el año 2011.
24. Lukwu, R.M. y Guzmán, J.F. (2011b). Deportividad en balonmano: un análisis desde la teoría de la autodeterminación. Aceptado para ser publicado por *Revista de Psicología del Deporte* en el 2011.
25. Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
26. Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Tuson, K.M., & Blais, M.R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
27. Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*. Guilford Press, New York, NY.
28. Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
29. Vallerand, R.J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M.P. Zanna (Ed.). *Advances in experimental social psychology* (pp. 271e360). New York: Academic Press.
30. Vallerand, R. J. (2007a). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and

physical activity: a review and a look at the future. In G. Tenenbaum, & R.E. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed.). (pp. 49-83) New York: John Wiley.

