

**ORIENTACIONES MOTIVACIONALES Y ESTADO DE FLOW EN  
DEPORTISTAS ADOLESCENTES COLOMBIANOS**

**COLOMBIA**

Autor y exponente: Fabio Salazar

Autores: Licdo. Fabio Salazar; Carlos Federico Barreto; Lorena Paola Cortés, Susana Margarita Villani, Diego Felipe Lamilla

**GRUPO DE INVESTIGACION EN PSICOLOGIA POSITIVA**

**UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA**

**NEIVA - COLOMBIA**

La perspectiva de las metas de logro ha constituido uno de los modelos teóricos más utilizados en la comprensión de las variables cognitivas, emocionales y conductuales relacionadas con el logro de los deportistas. A su vez el flow como un estado psicológico, en el cual el individuo experimenta goce y disfrute, también se convierte en un elemento de interesante abordaje; dado que sus características de aparición no son tan evidentes y evaluables como lo son otros estados psicológicos.

El presente estudio hace un abordaje de las orientaciones motivacionales y el estado de flow que presentan los adolescentes escolares de la ciudad de Neiva, reflejando la relevancia de indagar temáticas relacionadas con dos campos de la psicología poco explorados en el contexto colombiano, como lo son la Psicología aplicada al deporte y la Psicología Positiva.

El estudio se plantea como finalidad establecer la relación entre las orientaciones motivacionales (tarea y ego) con el estado de flow en los estudiantes adolescentes de las Instituciones Educativas que participaron en las competencias de conjunto (Fútbol, Fútbol Sala, Baloncesto y Vóleybol) de los Juegos Intercolegiados Municipales de 2009 en Neiva. El logro de este objetivo constituye un elemento que permite conocer cómo los individuos esperan conseguir la realización de una actividad y/o el valor de la misma, es decir, cómo las personas definen el éxito y el fracaso en una situación o contexto de logro y a su vez identificar la presencia de experiencias óptimas en la práctica deportiva.

Por lo tanto, se contribuye al posicionamiento de la psicología deportiva como un área con grandes posibilidades, pero también a la Psicología Positiva como una rama que aporta al estudio científico de las fortalezas humanas.

## MOTIVACION HUMANA

Según Hernández (2002), la motivación se entiende como “una fuerza que impulsa al individuo a actuar y a perseguir metas específicas, siendo un proceso que puede provocar o modificar un determinado comportamiento” (p. 103)

Tomando como referencia los aportes teóricos de Reeve (2003), se entiende que la motivación es un proceso que se origina de dos formas; endógena y exógena. La motivación exógena, surge a partir de incentivos y consecuencias ambientales que proporcionan energía y direccionamiento a la conducta, mientras que la motivación endógena se refiere a la inclinación de comprometer los intereses propios y ejercitar las capacidades personales, para de esta forma, buscar y dominar los desafíos máximos, además, ésta proporciona la motivación innata para involucrar el ambiente, perseguir intereses personales y exhibir el esfuerzo necesario para ejercitar y desarrollar habilidades y capacidades.

Dentro de la motivación endógena se encuentran las necesidades, entendiendo por estas como factores que generan afectos, deseos e impulsos de lucha que motivan cualquier conducta necesaria para preservar la vida, y fomentar el bienestar y el crecimiento. Estas pueden ser fisiológicas o psicológicas.

Para los fines del estudio se han abordado exclusivamente las necesidades psicológicas, dado que estas se caracterizan por generar una energía proactiva, es decir, que surge y se expresa como motivación para promover: 1) compromiso activo con el ambiente, 2) desarrollo de habilidades y 3) desarrollo saludable.

Una de las teorías más usadas y representativas de la motivación es la Teoría motivacional de las Metas de Logro (Nicholls, 1984; citado por Carratalá, 2004), la cual ha sido exitosamente aplicada al medio educativo (p.ej. Nolen, 2007; García-Mas y Gimeno, 2008), a la salud (p.ej. Balaguer, Castillo, Tomás y Duda, 1997) y también, con gran frecuencia al ámbito deportivo (p.ej. López, 2006).

Esta teoría se enmarca dentro del grupo de las teorías cognitivo-sociales, que se construyeron teóricamente sobre las expectativas y los valores que los individuos otorgan a las diferentes metas y actividades a realizar. Plantea como idea principal que el individuo es percibido como un organismo intencional, dirigido por unos objetivos hacia una meta que opera de forma racional. Es decir, hace referencia a la creencia de que las metas de un individuo consisten en esforzarse para demostrar competencia y habilidad en los contextos de logro, entendidos como aquellos en los que el alumno participa, tales como el entorno educativo, el deportivo y/o el familiar, y de los que puede recibir influencias para la orientación de sus metas.

## **ORIENTACIONES MOTIVACIONALES**

Al margen de la situación o contexto en la que se encuentra el sujeto, existen diferencias individuales en la preferencia por un tipo de concepto de habilidad u otra, consideradas como disposiciones individuales, siendo definidas en términos de orientaciones motivacionales. Al respecto Nicholls (citado por Carratalá, 2004) explica que “los pensamientos, los estados afectivos y los comportamientos de los sujetos en contextos de logro son considerados expresiones racionales de sus metas de logro” (p.45).

Por lo tanto, la premisa básica de la teoría de la perspectiva de metas es que las personas se enfrentan a las situaciones de logro con metas encaminadas a querer sentirse competentes y a evitar sentirse incompetentes. Las bases donde se asientan las predicciones cognitivas, afectivas y conductuales se encuentran en la manera en que se interpreta la competencia (desde una orientación a la tarea y/o una orientación al ego) y en el nivel de esa competencia. La teoría de la perspectiva de las metas propone una relación entre la orientación a la tarea y la orientación al ego, la capacidad percibida y los consiguientes patrones de logro.

Según esta teoría, en los contextos de logro existen dos orientaciones predominantes (Nicholls, 1989; citado por Macagno, 2005):

- Orientación hacia la tarea: los sujetos orientados a la tarea perciben el deporte y la actividad física como una actividad que fortalece la capacidad de cooperación, la responsabilidad social y la motivación intrínseca, así como sentimientos afectivos positivos. Dicha orientación incrementa el interés por el aprendizaje, por cumplir las reglas, por esforzarse al máximo y por mejorar la salud y las habilidades propias del deporte, siendo percibido el éxito cuando el dominio es demostrado y concibiendo el esfuerzo como la mayor causa de éxito.
- Orientación al ego: perciben que el deporte debe ayudar a adquirir mayor reconocimiento y estatus social, aumentar la popularidad, enseñar a los sujetos a desenvolverse en el complejo mundo social, fundamentalmente cuando todo ello se consigue aplicando el mínimo esfuerzo, estableciendo relaciones muy bajas con la motivación intrínseca hacia la propia actividad.

## **FLOW**

El Flow o Flujo es un fenómeno psicológico complejo que ha sido estudiado en diversos ambientes incluido el deporte; ha sido identificado por Csikszentmihalyi (2000) con propiedades positivas de la experiencia humana como por ejemplo la creatividad, la satisfacción y la capacidad de implicarse totalmente con la vida. El autor define el flow como: “la manera que la gente describe su estado mental cuando la conciencia está ordenada armoniosamente; gente que desea dedicarse a lo que hace porque le satisface en sí” (p. 20)

El deporte favorece la oportunidad de desarrollar y experimentar este estado; así, la complejidad del fenómeno flow en este campo se refleja un poco en la variedad de nombres que ha recibido, así como en las diferentes descripciones y definiciones que se pueden encontrar sobre este fenómeno.

En términos generales, el flow en el deporte se entiende como un estado psicológico óptimo, en el que los deportistas consiguen abstraerse completamente en la ejecución de su propio rendimiento, hasta el punto de llegar a experimentar sus propias sensaciones, percepciones y acciones de una forma extraordinariamente positiva, y aparentemente logran efectuar un buen rendimiento en forma casi automática (Jackson y Csikszentmihalyi, 2002). De esta manera el flow se ha considerado como un constructo central y unificado que puede ser importante para el estudio de las experiencias positivas u óptimas en el deporte; Jackson y Csikszentmihalyi señalan que el flow está asociado con experiencias positivas como la diversión, el gusto y la satisfacción que se experimentan durante la práctica de una actividad física o deportiva, y que podría ser un precursor de las emociones de gozo que también llegan a experimentarse durante el rendimiento deportivo intenso; aclarando que el flow no es el camino para el goce, la alegría y la felicidad, pero sí una importante vía hacia las experiencias positivas en el deporte.

Las definiciones que se han realizado acerca de flow se refieren precisamente a la descripción de sus características, a la aparición de estados de conciencia diferentes, con niveles de atención, disfrute y ejecución acrecentados; en resumen, un funcionamiento a un nivel superior al normal.

El interés por relacionar las variables mencionadas ha estado presente en otras latitudes. En España, Moreno, Cervelló y González-Cutre (2008) realizaron un estudio con 413 adolescentes, encontrando una relación significativa entre las orientaciones motivacionales y la disposición al flow, lo mismo que con los climas motivacionales percibidos. En cuanto al género, las mujeres se orientaron más hacia la tarea mientras que los varones se orientaron más hacia el ego. Finalmente, no hallaron diferencias por género en la disposición al flow general.

## **METODO**

Se llevó a cabo una investigación de corte cuantitativo, con un diseño correlacional, cuyo objetivo es describir relaciones entre dos o más variables en un momento determinado. Este diseño permite identificar y establecer posibles relaciones entre las orientaciones motivacionales, el estado de flow de los adolescentes escolares y las distintas disciplinas deportivas de conjunto tales como el fútbol, fútbol sala, baloncesto y vóleybol.

# MEMORIAS I CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

## SUJETOS

Para la realización del estudio, se contó con un total de 362 estudiantes, adolescentes deportistas entre los 14 y los 17 años, de las diversas Instituciones Educativas de la ciudad de Neiva, públicas y privadas, que participaron en los juegos Intercolegiados Municipales del año 2009. Se tuvo en cuenta que los deportistas figuraran en los listados oficiales presentados por las Instituciones educativas con el fin de prevenir la inclusión de algún sujeto que no fuera un participante regular de la disciplina deportiva.

## INSTRUMENTOS

Se utilizaron los siguientes instrumentos de medición:

Escala de Percepción de Éxito (POSQ): utilizado para medir las orientaciones motivacionales, consta de 12 ítems, de los cuales 6 miden la Orientación a la tarea y 6 mide la Orientación al ego. Las respuestas a los ítems están reflejadas en una escala de tipo diferencial semántico con un rango de respuesta de 0 a 100, en la que 0 corresponde a Totalmente desacuerdo y 100 a Totalmente de acuerdo con el enunciado del ítem. El instrumento en su versión al castellano posee una consistencia interna aceptable entre las 2 sub-escalas con un alfa .90 a .85 para la sub-escala tarea y de .89 a .82 para la sub-escala ego (Carratalá, 2004).

Escala del estado de flow (FSS): utilizado para evaluar el estado de flow en los participantes de la actividad física, consta de 36 ítems, divididos en 9 sub-escalas, cada una con 4 ítems. El sistema de calificación es una escala tipo Likert con 5 opciones, que van desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo con el enunciado del ítem. El instrumento en su versión al castellano posee una consistencia interna aceptable entre las 9 sub-escalas con un alfa de .83 (López, 2006).

Estos instrumentos se calificaron respecto a la media de las puntuaciones obtenidas por los participantes en cada una de las disciplinas deportivas. Es decir, para establecer la tendencia a una orientación o la presencia de flow, se tomó en cuenta aquellas puntuaciones que se ubicaron con puntajes superiores a la media.

## PROCEDIMIENTO

La recolección de los datos se desarrolló en la versión anual de los Juegos Intercolegiados Municipales 2009.

El estudio se desarrolló en tres fases:

Primera fase: esta tuvo como objetivos la validación de los instrumentos (POSQ) y (FSS) necesarios para la aplicación de los mismos en este contexto, por medio de una validez de facie, es decir, se examinó el fraseo de los ítems con profesionales en Educación Física y Psicología. También se realizó un pilotaje de los cuestionarios con una pequeña muestra de 30 adolescentes, pertenecientes a al Club Deportivo El Tenerife Fútbol Club que poseían las mismas características de la población del presente estudio, para así garantizar la validez de dichos instrumentos. Este procedimiento arrojó resultados positivos frente al fraseo de los ítems, lo cual habilitó la utilización de los instrumentos. A su vez se realizó un reconocimiento de las Instituciones Educativas que cuentan con estudiantes vinculados a disciplinas deportivas colectivas en los juegos Intercolegiados Municipales, logrando determinar la población.

Segunda fase: una vez iniciados los juegos Intercolegiados en la ciudad de Neiva, se procedió a la aplicación de los instrumentos de Percepción del Éxito (POSQ) y la Escala del Estado de Flow (FSS) a los adolescentes escolares participantes de dichos juegos. La recolección de los datos se efectuó al finalizar el primer partido de la ronda inicial de los juegos. Culminado dicho partido, se reunió a los jugadores que estuvieron presentes en el transcurso del juego; es decir, aquellos jugadores que participaron durante todo el partido o que ingresaron como cambios. De esta forma se les suministró a cada uno los dos instrumentos requeridos para el estudio y se les explicó el objetivo, contenido e instructivo de los cuestionarios. Para el instrumento POSQ se solicitó a los participantes que pensarán en la práctica deportiva en general; por su parte, para dar respuesta al instrumento FSS se solicitó a los jugadores que pensarán en el partido que acababan de disputar. Estas sugerencias se hicieron con la finalidad de que los jugadores tuvieran una visión clara de lo que tenían que responder. A través de este mecanismo se logró llevar a cabo la recolección total de los datos necesarios para el desarrollo del presente estudio investigativo.

Tercera fase: una vez obtenidos los datos, se dio inicio al análisis de los mismos por medio del programa SPSS® versión 15.0. Se realizaron los análisis descriptivos y para el caso de las comparaciones se tomaron pruebas paramétricas dado que las muestras mostraron tendencias a la normalidad, validando estos procedimientos.

## **RESULTADOS**

De acuerdo a la información recolectada a través de los instrumentos propuestos se lograron obtener los siguientes resultados:

### **CARACTERIZACION DEMOGRÁFICA**

Las tablas 1 a 3 muestran la distribución de los 362 sujetos participantes en el estudio por edad, género y disciplina deportiva practicada.

Tabla 1. Distribución por edad

# MEMORIAS I CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

EDAD	Frecuencia	Porcentaje
14	67	18,5
15	130	35,9
16	140	38,7
17	25	6,9
Total	362	100,0

El promedio de edad para toda la muestra fue de  $15,34 \pm 0,86$  años y la mediana se situó en 15 años.

Tabla 2. Distribución por género

GENERO	Frecuencia	Porcentaje
MASCULINO	244	67,4
FEMENINO	118	32,6
Total	362	100,0

Tabla 3. Distribución por Disciplina

DISCIPLINA	Frecuencia	Porcentaje
VOLEIBOL	60	16,6
BALONCESTO	50	13,8
FUTBOL SALA	169	46,7
FUTBOL	83	22,9
Total	362	100,0

Se destaca de los datos sociodemográficos que más del 70% de los sujetos están entre los 15 y los 16 años, que la razón hombre-mujer es de 2:1 y que una mayor proporción de adolescentes participaron en Fútbol Sala y en fútbol. En este último caso, solo participaron varones por lo que no se presentarán datos comparativos por género. El voleibol y el baloncesto son deportes de menor frecuencia de práctica entre los jóvenes colombianos.

## ORIENTACIONES MOTIVACIONALES

Se muestran en la tabla 4 los resultados en orientaciones motivacionales, discriminados por género y por disciplina. Es preciso aclarar que se han tomado las medias de los resultados

individuales y no se han realizado los cálculos de normalización dado que los baremos disponibles no se ajustan a la población colombiana, por lo que se precisa un análisis con referencia al criterio. En razón a esto, entiéndase como criterio la escala de medición por ítem que va en un rango entre 0 (menor orientación) y 100 (mayor orientación).

El promedio general en las orientaciones motivacionales se ubicó en  $78,66 \pm 15,11$ . Al discriminar por tipo de orientación, se encontró un promedio para Ego de  $74,44 \pm 18,91$  y para Tarea de  $82,87 \pm 15,24$ .

Tabla 4. Orientación Motivacional por género y disciplina

ORIENTACION	GENERO	N	Media	Desv. típ.	t	Sig.
EGO (G)	MASCULINO	244	75,18	18,28	1,063	0,288
	FEMENINO	118	72,92	20,13		
TAREA (G)	MASCULINO	244	82,49	15,56	-0,681	0,496
	FEMENINO	118	83,66	14,59		
EGO (V)	MASCULINO	27	60,37	21,50	0,199	0,843
	FEMENINO	33	59,50	11,93		
TAREA (V)	MASCULINO	27	72,28	19,13	-0,951	0,345
	FEMENINO	33	76,52	15,34		
EGO (B)	MASCULINO	28	69,17	18,03	-0,795	0,430
	FEMENINO	22	73,71	22,42		
TAREA (B)	MASCULINO	28	83,75	13,16	-0,612	0,543
	FEMENINO	22	85,91	11,31		
EGO (FS)	MASCULINO	106	76,70	16,15	-1,075	0,284
	FEMENINO	63	79,68	19,45		
TAREA (FS)	MASCULINO	106	81,98	14,88	-1,995	0,048*
	FEMENINO	63	86,61	14,11		

\* Diferencia Significativa; G= General; V= Voleibol; B= Baloncesto; FS= Futbol Sala

El futbol, en el que participaron solamente varones, presentó un puntaje medio de orientación hacia el Ego de  $80,08 \pm 17,07$  y de orientación hacia la tarea de  $86,04 \pm 14,61$ , convirtiéndose en el deporte que mayores puntajes especialmente en Ego.

Los datos de la tabla 4 permiten identificar una orientación hacia la tarea en la muestra general mayor en las mujeres, aunque no hay diferencias estadísticas con los hombres. Al discriminar por disciplinas, se presenta una similar tendencia pero solamente resulta significativa la diferencia en el Futbol Sala. Los hombres marcaron más alto en la orientación hacia el Ego tanto a nivel general como en la disciplina del Voleibol. En las otras dos disciplinas marcaron más alto las mujeres. Sin embargo, en ninguna de las comparaciones en orientación hacia el Ego se encontraron diferencias significativas.

Vale resaltar igualmente que, en todos los casos, los puntajes de orientación hacia la Tarea fueron mayores que los de orientación hacia el Ego.



# MEMORIAS I CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

## ESTADO DE FLOW

Se muestran en la tabla 5 los resultados obtenidos en la Escala de Flow. Nuevamente, por no contar con baremos aplicables a la población colombiana, se ha optado por la medición con referencia al criterio, tomando como base la escala de medición por ítem que en este caso fue una escala de cinco puntos, siendo 1 Totalmente en desacuerdo, indicador de bajo Flow, y 5 Totalmente de Acuerdo, indicador de un nivel de Flow alto.

A nivel general, el promedio en esta escala fue de  $3,85 \pm 0,57$ .

Tabla 5. Resultados de Flow por género y disciplina

DISCIPLINA	GENERO	N	Media	Desv.típ.	t	Sig.
GENERAL	MASCULINO	244	3,80	0,59	-2,515	0,012*
	FEMENINO	118	3,96	0,51		
VOLEIBOL	MASCULINO	27	3,62	0,46	-1,045	0,300
	FEMENINO	33	3,75	0,48		
BALONCESTO	MASCULINO	28	3,75	0,52	-1,176	0,245
	FEMENINO	22	3,91	0,42		
F. SALA	MASCULINO	106	3,83	0,53	-3,057	0,003*
	FEMENINO	63	4,08	0,53		

\* Diferencia Significativa

En el caso del Fútbol, los adolescentes obtuvieron un puntaje medio de  $3,84 \pm 0,71$  ubicándose siempre en medio de los puntajes obtenidos por hombres y mujeres.

Es notoria la tendencia femenina a experimentar un mayor estado de Flow en la práctica deportiva. Se destaca en la tabla 5, particularmente en la disciplina de Fútbol Sala, lo que llevó a garantizar una diferencia significativa a nivel general, en correspondencia con las orientaciones motivacionales en donde, igualmente, los mayores valores se obtuvieron en esta disciplina.

## RELACIÓN ENTRE LAS ORIENTACIONES MOTIVACIONALES Y EL ESTADO DE FLOW

Al asociar los resultados de las dos escalas, se encontró que el estado de flow correlaciona significativamente con la orientación hacia el Ego ( $r=0,404$ ) y con la orientación hacia la tarea ( $r=0,386$ ).

## DISCUSIÓN

Las investigaciones existentes sobre la motivación de los adolescentes en la actividad física han demostrado la importancia que tiene conocer la manera en que la gente joven define el éxito. De ante mano se conoce que el individuo es un organismo intencional, dirigido por unos objetivos hacia una meta que opera de forma racional. Es decir, se propone objetivos que le permiten esforzarse y así demostrar competencia en los contextos de logro en los cuales se desenvuelve.

Las diferencias individuales que posee cada sujeto, hacen que se oriente hacia la tarea o al ego. De esta forma, el sujeto desarrolla metas de acción con tendencia a la competición cuando quiere demostrar habilidad frente a otros, o con tendencia al aprendizaje cuando pretende mostrar maestría o dominio, definiendo el éxito o el fracaso en función de la consecución o no de las metas. Estas definiciones de éxito y fracaso, cabe resaltar que son otorgadas por el adolescente de manera subjetiva, a través de la interpretación que hace de la efectividad de sus esfuerzos. Por lo tanto, el éxito o el fracaso después del resultado de una acción, dependerá del reconocimiento otorgado por la persona en relación a su meta de logro, pues lo que significa éxito para uno, puede interpretarse fracaso para otro.

La actividad deportiva de un adolescente no radica solamente en la percepción de éxito que pueda lograr en su contexto de logro a través de una orientación motivacional (tarea o ego), sino también del grado de diversión, disfrute o placer obtenido por los deportistas durante su práctica.

El estado de flow es un fenómeno psicológico, que puede modificar la forma habitual y común de percibir y actuar de los deportistas durante su práctica. Ya que al ser un estado en el cual las personas se hallan tan involucradas en la actividad que nada más parece importarles, la experiencia, por sí misma, es tan placentera que las personas la realizarán incluso aunque tenga un gran coste, por el puro motivo de hacerla. No obstante el deporte favorece la oportunidad de desarrollar y experimentar este estado, permitiendo que los deportistas consigan concentrarse completamente en la ejecución de su propio rendimiento, hasta el punto de llegar a experimentar sus propias sensaciones, percepciones y acciones de una forma extraordinariamente positiva, y aparentemente logran efectuar un buen desempeño durante su práctica deportiva.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se puede establecer que la orientación motivacional que presentaron los deportistas en las distintas disciplinas deportivas (voleibol, baloncesto, fútbol sala y fútbol) fue una orientación a la tarea, permitiendo evidenciar que los adolescentes que se inclinan por dicha orientación perciben el éxito a través del esfuerzo, referenciando preocupación por el aprendizaje, hacia una ejecución de maestría, donde las percepciones de habilidad son auto-referenciales y dependientes del progreso personal. Esto refleja que el éxito percibido dependió de la valoración subjetiva de si se actuó con maestría, si aprendió o se mejoró en la tarea. En este caso, la conducta de una persona tiene como objetivo la mejora personal de una capacidad y se consideraría que cuanto mayor sea el esfuerzo, mayor será la mejora que se produzca de esa capacidad, lo que sin lugar a duda producirá una mayor percepción de éxito. Es decir, que los

## MEMORIAS I CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

participantes en la práctica deportiva perciben que tienen éxito cuando trabajan duro, superan las dificultades y dominan algo que no podían hacer antes.

Por otra parte los deportistas de estas disciplinas también presentaron la orientación al ego, aunque no de forma predominante como lo fue la orientación a la tarea, lo cual indica que estos deportistas perciben el éxito a través del reconocimiento y estatus social, aumento de la popularidad, evidenciando procesos de comparación social. Resulta interesante el hecho que los adolescentes prefieran una orientación a la Tarea más que una orientación al Ego (aunque las dos son altas) teniendo en cuenta que en esta etapa del ciclo vital una de las características predominantes es la búsqueda de la aceptación social por encima de otras necesidades. Para el caso, la práctica del deporte de conjunto actúa como un catalizador que centra la atención más en el esfuerzo que en la fama. Posiblemente, una vez se regresa a la actividad cotidiana se retome una orientación al Ego.

Otros investigadores han obtenido resultados similares a los encontrados en el presente estudio: Enrique Carratalá Sánchez encontró que los deportistas estaban orientados a la tarea, con una media de 87.30, y los participantes del presente estudio obtuvieron una media de 82.87; permitiendo establecer que el predominio de la forma como se percibe el éxito en los adolescentes está encaminado a la orientación Tarea; a pesar de las diferencias culturales en las cuales se encuentran inmersas las poblaciones abordadas los promedios no resultan tan alejados, apoyando el supuesto anteriormente mencionado.

Otro aspecto importante a mencionar en este estudio es la comparación realizada entre sexos con referencia a la orientación motivacional. Aunque en todas las disciplinas las mujeres obtuvieron una mayor orientación hacia la tarea en comparación con los hombres, no se encontraron diferencias significativas salvo en el fútbol sala, lo cual se explica que esta es una disciplina que paulatinamente se ha popularizado entre las niñas pero que aun no se acepta ampliamente como una práctica femenina. Esto lleva a que la oportunidad brindada por una competencia oficial permita hacer un claro esfuerzo para sentir que se es competente. En el caso de los varones, esta es una situación que no les representa todo el reto que a las mujeres. Sin embargo, partiendo de la igualdad en el resto de disciplinas y a nivel general, se puede inferir que dentro del proceso de estructuración de la personalidad por el cual atraviesan los adolescentes, las mujeres y los hombres cuentan con igual disposición para mejorar sus habilidades, ya sea respecto a si mismos o en comparación con los demás. Cabe resaltar que para Moreno, Cervelló y Gonzalez-Cutre, las mujeres presentan mayor orientación a la tarea y los hombres al ego, situación que, como se observa, no se aplica totalmente para el caso en estudio, lo que se explicaría ya sea por diferencias culturales o por el uso de instrumentos diferentes. Este es un tema que deberá profundizarse en el futuro.

En cuanto al estado de flow, con base en los promedios obtenidos que se acercaron a 4,00, se podría decir que los adolescentes deportistas vivenciaron experiencias positivas como la diversión, el gusto y la satisfacción en lo que se encontraban realizando, logrando involucrarse tanto en la actividad que le permitió al deportista experimentar estados de conciencia diferentes, mayores niveles de atención, disfrute y ejecución, es decir, presentando un funcionamiento a un nivel superior al normal; estas características

corresponden directamente con las dimensiones que componen el flow. Los participantes percibieron el flow como un estado de óptima experiencia, en el que había un equilibrio entre la habilidad que se tenía y el reto que se planteaba; se ejecutó de forma automática, estaban muy claros los objetivos y el feedback; existió una concentración total, un sentimiento de control y confianza, el sujeto se olvidó de sus preocupaciones y dudas, y el paso del tiempo se percibió de manera diferente, consiguiendo una experiencia satisfactoria y gratificante, que se desea repetir. Cabe aclarar que el flow no es el camino para el goce, la alegría y la felicidad, pero sí una importante vía hacia las experiencias positivas en el deporte.

En cuanto a la comparación por género del estado de flow, las mujeres siempre se mantuvieron por encima de los varones, pero especialmente fue en Fútbol Sala donde se pudo observar una diferencia altamente significativa lo que repercutió en que se pudiera establecer una diferencia por géneros a nivel de todas las disciplinas. Estos hallazgos contrastan con los de Moreno, Cervelló y Gonzalez-Cutre pues ellos hallaron puntajes superiores en los varones aunque allí las diferencias no fueron significativas. Al respecto es preciso notar que en aquel estudio se tomaron adolescentes que practicaban deportes tanto de conjunto como individuales, lo cual podría ciertos sesgos, sin contar con las diferencias culturales entre España y Colombia que son obvias en cuanto a los niveles de participación de hombres y mujeres en las competiciones deportivas. La reciente vinculación de la mujer en el contexto deportivo de competencia lleva a que estas se muestren con una mayor motivación y por lo tanto con mas disposición a la vivencia de una experiencia óptima.

Finalmente, al establecer la relación entre las orientaciones motivacionales y el estado de flow, se encontró una relación positiva y significativa entre la orientación tarea y ego con el estado de flow. Es decir, que las variables estudiadas son directamente proporcionales, ya que a mayor flow, mayor presencia de orientaciones motivacionales o viceversa. Resultados similares aunque con coeficientes un poco más bajos encontraron Moreno, Cervelló y Gonzalez-Cutre.

## CONCLUSIONES

De acuerdo al sistema de calificación propuesto en este estudio, con referencia en el criterio, los adolescentes que participaron en los Juegos Intercolegiados 2009 de la ciudad de Neiva, experimentaron altos niveles de Flow, lo mismo que orientaciones hacia la Tarea y en un menor nivel, hacia el Ego.

La muestra abordada reflejó puntajes similares a los obtenidos en otras investigaciones a nivel internacional, respecto a la orientación motivacional hacia la tarea que presentan los adolescentes en el contexto de logro deportivo.

En cuanto al Flow, y en contraste con otras investigaciones, las mujeres experimentaron más Flow, especialmente en el Fútbol Sala, demostrando que la práctica de este deporte representa para ellas una experiencia óptima, más que en los varones.

## **MEMORIAS I CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION**

Si bien, las mujeres presentaron algunos valores superiores a los hombres, en términos generales, el género no es una variable que determine tendencias en cuanto a orientaciones motivacionales, demostrando que cada vez, las mujeres van empoderándose más en la práctica de deportes de competición, tratando de desempeñarse en un nivel acorde con las circunstancias, comparable con los varones, por encima de la búsqueda de reconocimiento social o de la apreciación de otros.

Factores asociados a la cultura pueden situarse como responsables de algunas de las tendencias, especialmente en cuanto al estado de flow, toda vez que mientras para las muestras españolas la disposición al flow es más representativa en los varones, en la presente muestra colombiana fueron las mujeres las que se apropiaron más de esta experiencia.

Los datos establecen que existe una relación significativa entre las distintas orientaciones motivacionales y el estado de flow, permitiendo suponer una coexistencia que sería demostrada con modelos de regresión o ecuaciones estructurales posteriores.

Se abre la necesidad de estudios transculturales que vinculen las variables investigadas y que permitan un análisis profundo de la influencia del contexto sobre las orientaciones motivacionales y el estado de flow en la práctica de deportes tanto de conjunto como individuales.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BALAGUER, I; CASTILLO, I.; TOMAS, I & DUDA, J. (1997) Las orientaciones de metas de logro como predictoras de las conductas de salud en los adolescentes. *Iberpsicología*, 2.2.10 Recuperado de <http://www.uv.es/icastill/documentos/03.BalaguerCastilloTomasDuda97%20-%20Iberpsicologia.pdf>.

CARRATALA, E. (2004) Análisis de la teoría de metas de logro y de la autodeterminación en los planos de especialización deportiva de la generalitat valenciana. Tesis Doctoral, Universitat de Valencia, Facultat de Psicologia. Recuperado de [http://www.tesisenxarxa.net/TESIS\\_UV/AVAILABLE/TDX-0127105-130259//carratala.pdf](http://www.tesisenxarxa.net/TESIS_UV/AVAILABLE/TDX-0127105-130259//carratala.pdf).

CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000) *Fluir (Flow) Una Psicología de la Felicidad*. 8ª Ed. Barcelona: Kayros.

GARCIA-MAS, A. y GIMENO, F. (2008) La teoría de orientación de metas y la enseñanza de la educación física: consideraciones prácticas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40 (3): 511-522

HERNÁNDEZ, M. (2002). *Motivación animal y humana*. México: Manual moderno

JACKSON, S y CSIKSZENTMIHALYI, M. (2002) *Fluir en el deporte. Claves para las experiencias y actuaciones óptimas*. Barcelona: Paidotribo

LÓPEZ, M. (2006) *Características y relaciones de flow, ansiedad y estado emocional con el rendimiento deportivo en deportistas de élite*. Tesis Doctoral. Universitat Autònoma de Barcelona. Programa de Doctorado en Psicología del Aprendizaje Humano. Recuperado de: [http://www.tdr.cesca.es/TESIS\\_UAB/AVAILABLE/TDX-0216107-163710/mlt1de1.pdf](http://www.tdr.cesca.es/TESIS_UAB/AVAILABLE/TDX-0216107-163710/mlt1de1.pdf).

MACAGNO, L.E. (2005) *La teoría de las metas de logro en la formación del maestro de educación física: análisis de un programa de intervención docente*. Tesis Doctoral, Universitat de Valencia. Departamento de educación física y deportiva. Recuperado de: <http://www.tdx.cat/TDX-0309106-132101>

MORENO, J.A.; CERVELLÓ, E. y GONZÁLEZ-CUTRE, D. (2008) Relationships among goal orientations, motivational climate and Flow in adolescent athletes. Differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*; 11 (1): 181-191

NOLEN, S.B. (2007) Young Children's Motivation to Read and Write: Development in Social Contexts. *Cognition and Instruction*; 25(2-3): 219-270. Doi:10.1080/07370000701301174.

REEVE, J. (2003) *Motivación y Emoción*. Tercera Edición. México: McGraw-Hill

## **RESEÑA AUTOR Y EXPONENTE**

### **FABIO SALAZAR PIÑEROS**

Psicólogo graduado en la Universidad Nacional de Colombia, especialista en Salud Familiar y en Epidemiología de la Universidad Surcolombiana. Desde 1996, Docente en varias universidades del País en las áreas de Psicología de la Salud, Investigación, Procesos psicológicos básicos, psicometría entre otras. Actualmente vinculado como docente de tiempo completo de la Universidad Surcolombiana donde cumple con labores de coordinación del laboratorio de psicología, coordinación del consultorio psicológico, coordinador de investigaciones del Programa de Psicología, Jefe del área de Escuelas psicológicas, miembro del comité editorial de la Revista de la Facultad de Salud, miembro del comité de bioética, además de ser el fundador y director del Grupo de Investigación en Psicología Positiva avalado por la Universidad Surcolombiana y reconocido por Colciencias, y tutor del Semillero de Investigación en Psicología Positiva. Adicionalmente, es el presidente de la Unidad Colegial Universitaria de la Universidad Surcolombiana ante el Colegio Colombiano de Psicólogos, miembro de la Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud, de la Sociedad Colombiana de Psicología y codirector de su división de Psicología Positiva.