

Habilidades psicológicas para el rendimiento de deportistas jóvenes: El papel de los estilos interpersonales percibidos de sus entrenadores/as

María Julia Raimundi ^{1a, b} , Ignacio Celsi ^{a, c} , & Carla Otero ^c  ^{2, 3}

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Argentina ^a;
Universidad Nacional de Mar del Plata, Mar del Plata, Argentina ^b;
Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina ^c. ⁴

RESUMEN

El objetivo es examinar el poder predictivo de la percepción de los estilos interpersonales de entrenadores/as en el perfil de habilidades psicológicas de los/as deportistas, teniendo en cuenta el papel del género. Participaron 103 deportistas (57.30 % género masculino) de entre 15 y 28 años ($M = 20.40$, $DT = 3.08$). El nivel motivacional, control del afrontamiento positivo y de la actitud tuvieron las mayores puntuaciones, hallando diferencias en función del género. Asimismo, el apoyo a la autonomía por parte del/la entrenador/a predijo mayor cantidad de habilidades psicológicas en el género femenino, mientras que el estilo controlador lo hizo de manera negativa respecto al control del afrontamiento negativo y positivo, control atencional y capacidad de visualización, entre el género masculino.

Palabras Clave

habilidades psicológicas, estilos interpersonales, apoyo a la autonomía, entrenadores, género

ABSTRACT

The aim is to examine the predictive power of perceived coaches' interpersonal styles and youth athletes' psychological skills profile, considering the role of gender. One hundred and three athletes (57.30 % male, 42.70 % female) between 15 and 28 years old ($M = 20.40$, $SD = 3.08$) participated in the study. Athletes' psychological skills of motivation, positive coping and attitude control reported higher scores, differences according to gender were found. Likewise, coach's autonomy support predicted more psychological skills in females, while coach's controlling behavior predicted inversely positive and negative coping, attentional control and imaginery capability in males.

Keywords

psychological skills, interpersonal styles, autonomy support, coaches, gender

¹ Correspondence about this article should be addressed **María Julia Raimundi**: juliaraimundi@mdp.edu.ar

² **Conflicts of Interest**: The authors declare that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

³ **Agradecimientos**: A los/as deportistas que participaron, a sus entrenadores/as y a los clubes que permitieron la realización del estudio. A los organismos que financiaron el proyecto: Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), a la Secretaría de Ciencia y Técnica de la Universidad de Buenos Aires (Proyecto UBACyT 20020130100434. Directora: Dra. Vanina Schmidt. Codirectora: Dra. Nora Leibovich de Figueroa) y a la Facultad de Psicología y Relaciones Humanas (Universidad Abierta Interamericana).

⁴ **María Julia Raimundi**: Investigadora del instituto de doble dependencia *Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología*; y Profesora de la Facultad de Psicología y Relaciones Humanas, Universidad Abierta Interamericana, Buenos Aires, Argentina. (UAI). **Ignacio Celsi**: integrante del Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.

Young athletes' psychological skills for performance: The role of perceived coaches'
interpersonal styles

Introducción

Para que un/a deportista pueda desempeñarse de forma óptima en su rendimiento, es necesario un estado interno ideal que otorgue estabilidad a su práctica (Gucciardi, 2012; Loehr, 1986). Aquellos/as atletas que lo alcanzan se caracterizan por estar automotivados/as y autodirigidos/as, mostrando confianza en sí mismos y una actitud positiva ante los retos, controlando sus emociones y siendo capaces de mantener la calma y relajarse, pero también estimularse y energizarse, si la demanda externa lo requiere. Asimismo, este “estado ideal de rendimiento” implica el control de la atención ante los diversos estímulos que presenta la actividad deportiva. El desarrollo adecuado de tales condiciones internas, es decir, las habilidades psicológicas, favorece el rendimiento deportivo, e incluso puede ser decisivo respecto de los resultados de una competición (Weinberg & Gould, 2010). Por lo tanto, el estudio y evaluación de las habilidades del perfil de rendimiento psicológico ha tenido una gran relevancia en los últimos años, dada la importancia para el entrenamiento psicológico en el deporte (Raimundi et al., 2016). Desde el modelo propuesto por Loehr (1986), se evalúan siete habilidades: la autoconfianza, el control de afrontamiento negativo, el control atencional, el control visuo-imaginativo, el nivel motivacional, el control de afrontamiento positivo, y el control de la actitud. Tal modelo de habilidades psicológicas ha sido explorado en relación a experiencias de la práctica deportiva como la ansiedad precompetitiva (Reigal, Crespillo-Jurado, et al., 2018; Reigal et al., 2020), lesiones (Ríos Garit et al., 2021) y el éxito en competición (Álvarez et al., 2014; López-Gullón et al., 2011), y dimensiones personales como el autoconcepto (López-Cazorla et al., 2015), los estados de ánimo y la autoeficacia (Reigal et al., 2020).

Al hablar de participación y calidad de la experiencia deportiva en todas las etapas del desarrollo deportivo y en el deporte de alto rendimiento, es necesario considerar la importancia del rol de los/as entrenadores/as, padres, madres y compañeros/as (triángulo deportivo) en todo este proceso (Ramis et al., 2013). Fundamentalmente, el papel de los/as entrenadores/as es el que adquiere mayor relevancia debido al impacto de sus conductas sobre la implicación con la práctica deportiva y el rendimiento y bienestar de los/as jóvenes (e.g. Duda et al., 2013; Torregrossa et al., 2011). La Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017) se ha ocupado de estudiar

las condiciones del contexto social que contribuyen al mantenimiento de la motivación a través de la satisfacción o frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia.

Los estudios empíricos evidencian que los estilos interpersonales de apoyo a la autonomía, es decir, cuando los/as entrenadores/as valoran la perspectiva del/a deportista, se ofrecen oportunidades de elección y se realizan devoluciones significativas en cuanto al desempeño, minimizando las demandas extrínsecas y las presiones, se favorecen niveles altos de motivación intrínseca, bienestar y rendimiento percibido (Lemelin et al., 2022; Mossman et al., 2022). A su vez, este tipo de clima que crean los/as entrenadores/as se relaciona con el disfrute y compromiso por la práctica en los/as jóvenes (Raimundi et al., 2021), quienes perciben mayor autoestima, vitalidad y presentan menor probabilidad de abandonar la actividad (González, Tomás, et al., 2016; González, García-Merita, et al., 2016).

En cambio, cuando prima un estilo interpersonal de los/as entrenadores/as con características controladoras de presión y coerción, donde la participación e involucramiento es restringido, los/as deportistas perciben niveles bajos de motivación autodeterminada (Álvarez et al., 2021), manifestando con frecuencia conductas negativas o desadaptativas, tales como, mayor ansiedad (Ramis et al., 2017) y miedo al error (Moreno-Murcia et al., 2019), menor autoestima (González, García-Merita, et al., 2016), niveles altos de *burnout* (Cho et al., 2019; Morales-Sánchez et al., 2020), aburrimiento y mayor probabilidad de abandonar la práctica (Álvarez et al., 2021; Fabra et al., 2021).

El Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) ha sido utilizado como instrumento para describir el perfil de habilidades psicológicas en diferentes disciplinas deportivas: triatletas amateurs (López-Cazorla et al., 2015; Reigal, Delgado-Giralt, et al., 2018), taekwondistas (Álvarez et al., 2014), lucha olímpica (Berengüi et al., 2012; López-Gullón et al., 2011; López-Gullón & Torres-Bonete, 2012), piragüistas (Gómez-López et al., 2013), entre otros. Incluso en lo que respecta al trabajo con árbitros, figura imprescindible en cualquier modalidad deportiva, su preparación y entrenamiento suele ser similar al de cualquier deportista, incluyendo el desarrollo de las habilidades psicológicas (Campos-Salinas et al., 2019).

Por otra parte, la percepción de apoyo a la autonomía e implicación en la tarea por parte de los/as entrenadores/as, se ha asociado de forma positiva con las siete habilidades psicológicas vinculadas al rendimiento deportivo, mientras que los climas de implicación en el ego, es decir, aquellos que fomentan la competencia en base a los resultados o la

comparación con los demás, se relacionan de manera negativa con seis de ellas, siendo el control de afrontamiento negativo la excepción (Reigal, Crespillo-Jurado, et al., 2018). Asimismo, Gómez-López et al. (2021) encontraron que los/as entrenadores/as que reconocen el esfuerzo y progreso individual de cada deportista (i.e., implicación en la tarea) favorecen recursos psicológicos óptimos para el rendimiento en éstos/as. En el caso de los padres y madres, también figuras de gran importancia en el desarrollo deportivo, el clima que induce la preocupación tiende a disminuir la autoconfianza y el control de afrontamiento positivo en los/as jóvenes deportistas (Peñaloza Gómez et al., 2018).

Siendo que los estilos interpersonales de los/as entrenadores/as son los predictores más potentes en comparación con los de los padres y madres, en el caso del compromiso de los/as jóvenes deportistas y su intención de abandono (Raimundi et al., 2021), resulta relevante conocer cómo se relacionan con el perfil psicológico de los/as deportistas, específicamente en jóvenes. Por lo tanto, el objetivo de este trabajo es estudiar el poder predictivo de los estilos interpersonales de los/as entrenadores/as percibidos por deportistas jóvenes en las habilidades psicológicas para el rendimiento deportivo.

Método

Participantes

La muestra estuvo compuesta por 103 deportistas argentinos/as (57.30% de género masculino, 42.70% femenino) de entre 15 y 28 años ($M = 20.40$; $DT = 3.08$), de clubes deportivos del Área Metropolitana de Buenos Aires. Respecto del nivel de estudios, un 14.6% tenía hasta secundario completo y el 67.0% estaba cursando o había finalizado estudios superiores (terciarios o universitarios). En su mayoría (78.6%), los/as participantes no recibían remuneración por su actividad deportiva y solo un 9.7% participó alguna vez de la Selección Nacional de su deporte. En la Tabla 1 se presentan las características sociodemográficas y de situación deportiva.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico. Evalúa: género, edad, deporte practicado, categoría competitiva, cantidad de años de práctica, cantidad de horas de práctica y participación en Selección Nacional.

Tabla 1
Características sociodemográficas de los/as participantes

		% (n)
Deporte	Voley	58.3 (60)
	Básquet	26.2 (27)
	Fútbol sala	13.6 (14)
	Rugby	1.9 (2)
	Total	100 (103)
Categoría	Formativa (hasta 18 años)	33.0 (34)
	Mayores de 18 años	67.0 (69)
Años de práctica del deporte	Hasta 2 años	2.0 (2)
	Entre 2 y 5 años	19.8 (20)
	Entre 6 y 10 años	37.5 (38)
	Más de 10 años	40.7(41)
	<i>M (DT)</i>	9.52 (4.65)
Horas diarias de práctica del deporte	Hasta 2 horas	28.2 (29)
	Entre 2 y 4 horas	65.0 (67)
	Más de 4 horas	6.8 (7)
	<i>M (DT)</i>	2.90 (.94)

Cuestionario de Clima en el Deporte (S-SCQ; adaptación: Balaguer et al., 2009). Compuesto por 15 ítems, evalúa el grado en el cual los/as deportistas perciben que sus entrenadores/as apoyan su autonomía. El formato de respuesta implica una escala tipo Likert de cinco puntos (desde *nada verdadero* a *muy verdadero*). Posee adecuados indicadores de validez y confiabilidad en su versión en español. Los alphas para cada escala se presentan en la Tabla 2.

Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (Bartholomew et al., 2010; adaptación: Castillo et al., 2014), compuesta por 15 ítems en cuatro subescalas (uso controlador de recompensas, atención condicional negativa, intimidación, excesivo control personal). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert de cinco puntos (desde *totalmente en desacuerdo* a *totalmente de acuerdo*). Posee adecuados indicadores de validez (ver alphas en Tabla 2).

Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED, Hernández-Mendo, 2006; Hernández-Mendo et al., 2014; adaptación argentina: Raimundi et al., 2016). Evalúa las siete habilidades psicológicas asociadas al rendimiento deportivo: Autoconfianza (AC), Control de Afrontamiento Negativo (CAN), Control Atencional (CAT), Control Visuo-Imaginativo (CVI), Nivel Motivacional (NM), Control de Afrontamiento Positivo (CAP) y Control Actitudinal (CAC). Consta de 42 ítems con cinco opciones de respuesta (de *casi siempre* a *casi nunca*). Los ítems son del tipo “Me veo más como un perdedor que como un ganador durante las competencias o partidos” (AC) y “Estoy muy motivado/a

para dar lo mejor de mí en cada competencia o partido” (NM). La escala original y su adaptación argentina poseen adecuados indicadores de validez y confiabilidad (ver alphas en Tabla 2).

Procedimiento

La presente investigación contó con la aprobación del Comité de Ética de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. Los/as participantes contestaron de forma voluntaria y anónima el protocolo de cuestionarios, de manera virtual (a través de la plataforma *Google Forms*). Se contactó a diferentes entrenadores/as que enviaron el enlace del protocolo a sus equipos. Antes de comenzar con el cuestionario, la persona debía dar su consentimiento para poder continuar con el mismo. En el caso de los equipos con deportistas menores de edad, se contactó a los padres, madres o tutores/as a cargo, se obtuvo el consentimiento y se envió el protocolo a estos/as participantes. Luego del procesamiento inicial de los datos, los/as participantes y entrenadores/as recibieron un informe, a modo de devolución, con los principales resultados obtenidos para cada equipo.

Análisis de datos

Como análisis preliminares, se realizaron dos análisis de componentes de varianza, utilizando los procedimientos de mínimos cuadrados (VARCOMP Type I) y Máxima Verosimilitud (GLM). Se utilizaron como variables de asignación: género (g) y categoría (c); mientras que como variables de medida se introdujeron las habilidades psicológicas y los estilos interpersonales. Los resultados mostraron que los errores residuales son iguales o casi iguales para ambos procedimientos y, por lo tanto, se asume que la distribución de los datos es lineal, normal y homocedástica (Hemmerle & Hartley, 1973; Searle et al., 1992), permitiendo utilizar estadísticos paramétricos para realizar los siguientes análisis.

Con el fin de conocer las diferencias en función del género y categoría (formativa vs. mayores), se realizó un análisis multivariado (MANOVA) y se utilizaron correlaciones (r de Pearson) para estudiar la asociación entre las distintas variables en función de estos grupos. Para estudiar el poder predictivo de los estilos interpersonales en las habilidades psicológicas para el rendimiento, se realizaron análisis de regresión lineal múltiple por método de selección de pasos sucesivos (*stepwise*).

Resultados

En la Tabla 2 se presentan los estadísticos descriptivos, los índices de consistencia interna para cada una de las variables y los valores de los errores residuales obtenidos en los análisis de componentes varianza. Respecto del perfil de habilidades psicológicas, se encontró que las habilidades percibidas más altas son el nivel motivacional, seguido del control de afrontamiento positivo y el control de la actitud, mientras que las de valores más bajos son el control de la visualización, el de afrontamiento negativo y la autoconfianza. Respecto de los estilos interpersonales de los/as entrenadores/as, los/as deportistas percibieron niveles levemente por encima del valor medio de apoyo a la autonomía, y niveles de estilo controlador por debajo.

Tabla 2
Descriptivos de las variables del estudio

	<i>M (DT)</i>	Min - Máx.	Asimetría	Curtosis	α	Errores residuales	
						Varcomp I	GLM
Autoconfianza	20.88 (4.07)	6 - 30	-0.72	1.21	.73	1419.99	1419.99
Control de afrontamiento negativo	20.61 (3.75)	6 - 30	-0.26	-.033	.63	1312.70	1312.70
Control atencional	21.05 (3.94)	6 - 30	-0.17	-0.18	.72	1417.53	1417.53
Control de la visualización e imagen	20.33 (4.87)	6 - 30	-0.21	0.04	.79	2003.95	2003.95
Nivel motivacional	23.89 (3.72)	6 - 30	-0.52	0.17	.69	1263.01	1263.01
Control de afrontamiento positivo	22.49 (3.61)	6 - 30	-0.71	1.98	.71	1115.71	1115.71
Control de la actitud	22.22 (3.43)	6 - 30	-0.66	1.31	.62	1078.46	1078.46
Apoyo a la autonomía	50.92 (11.41)	15 - 75	-0.35	0.27	.93	12006	12006.41
Estilo controlador	35.28 (8.45)	15 - 75	0.38	0.11	.76	5469.65	5469.65

Nota. Varcomp = procedimiento de mínimos cuadrados; GLM = procedimiento de máxima verosimilitud.

El análisis multivariado mostró que el género tiene un efecto significativo, Λ Wilks = 0.80; $F(7) = 3.32$; $p = .003$; $\eta^2 = .20$; mientras que la categoría no fue significativa, Λ Wilks = 0.91; $F(7) = 1.38$; $p = .222$; $\eta^2 = .09$ y tampoco su interacción con el género, Λ Wilks = 0.89; $F(7) = 1.59$; $p = .147$; $\eta^2 = .11$. Por ello, se realizaron

correlaciones que muestran que los estilos interpersonales se relacionan de manera significativa con las habilidades psicológicas y hay diferencias considerando el género de los/as deportistas (Tabla 3).

Tabla 3

Correlaciones entre habilidades psicológicas y estilos interpersonales en función del género

	Apoyo a la autonomía		Estilo controlador	
	Masculino	Femenino	Masculino	Femenino
Autoconfianza	.36**	.35*	-.29*	-.10
Control de afrontamiento negativo	.14	.37*	-.41**	-.24
Control atencional	.05	.29	-.25*	-.18
Control de la visualización e imagen	-.11	-.16	.37**	.12
Nivel motivacional	.17	.20	-.12	-.02
Control de afrontamiento positivo	.18	.34*	-.27*	-.09
Control de la actitud	.41**	.37*	-.34**	-.09

* $p < .05$; ** $p < .01$

El apoyo a la autonomía se asocia de manera directa con la autoconfianza y el control de la actitud en ambos géneros, mientras que se asocia solo entre las mujeres con el control de afrontamiento negativo y positivo. El estilo controlador se relaciona negativamente con casi todas las habilidades (salvo con nivel motivacional) pero solo en el grupo de varones. Las correlaciones son moderadas.

Para analizar la contribución de los estilos interpersonales de los entrenadores en las habilidades psicológicas, se realizaron análisis de regresión (Tabla 4). Previamente a realizar el análisis, se comprobaron los supuestos. Los valores del índice de Durbin-Watson fueron adecuados (Pardo & Ruiz, 2005) y los estadísticos de colinealidad indicaron valores aceptables de Inflación de la Varianza y del índice de Tolerancia (Hair et al., 2006).

Los resultados mostraron que el apoyo a la autonomía por parte del/a entrenador/a predice la autoconfianza y el control de la actitud en ambos géneros y el control de afrontamiento negativo y positivo en el grupo femenino, mientras que el estilo controlador predice de manera inversa, solo en el grupo masculino, el control de afrontamiento negativo y positivo, el atencional y el de la visualización e imagen.

Tabla 4

Poder predictivo de los estilos interpersonales en las habilidades psicológicas en función del género

Variable criterio	Grupo	R^2	R^2 corregida	DW	F	f^2	Variables predictoras	β	t	T	FIV
Autoconfianza	Masculino	.13	.12	2.25	8.90		AA	.36	2.98	1.00	1.00
	Femenino	.12	.10	1.73	5.92		AA	.35	2.43	1.00	1.00
Control de afrontamiento negativo	Masculino	.16	.15	1.61	11.49		EC	-.41	-3.39	1.00	1.00
	Femenino	.13	.11	1.72	6.75		AA	.37	2.59	1.00	1.00
Control atencional	Masculino	.06	.05	1.51	4.08		EC	-.25	-2.02	1.00	1.00
	Femenino						-				
Control de la visualización e imagen	Masculino	.14	.12	2.21	9.51		EC	.37	3.08	1.00	1.00
	Femenino						-				
Control de afrontamiento positivo	Masculino	.07	.05	2.33	4.49		EC	-.27	-2.12	1.00	1.00
	Femenino	.11	.09	1.67	5.52		AA	.34	2.35	1.00	1.00
Control de la actitud	Masculino	.15	.15	2.28	11.54		AA	.41	3.39	1.00	1.00
	Femenino	.14	.11	1.60	6.83		AA	.37	2.61	1.00	1.00

Nota: AA = Apoyo a la autonomía, EC = Estilo controlador, DW = Durbin-Watson, T = Índice de Tolerancia, FIV = Factor de Inflación de la Varianza

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Discusión

El objetivo de este trabajo fue estudiar las habilidades psicológicas para el rendimiento en deportistas jóvenes y el poder predictivo de los estilos interpersonales de los/as entrenadores/as sobre ellas. En primer lugar, las habilidades psicológicas que los/as deportistas percibieron como más altas fueron el nivel motivacional, el control de afrontamiento positivo y el control de la actitud y las que tuvieron valores más bajos fueron el control de la visualización, el de afrontamiento negativo y la autoconfianza. Estos resultados coinciden con estudios realizados en deportistas de diferentes modalidades y niveles competitivos (Gómez-López et al., 2013; López-Cazorla et al., 2015). La motivación constituye una habilidad fundamental para la práctica de una actividad deportiva (Balaguer et al., 2008), mientras que la capacidad de visualizar y el control del afrontamiento en situaciones adversas pueden ser habilidades que requieran un desarrollo específico vinculado a la experiencia o al entrenamiento psicológico. En esta línea diferentes trabajos han encontrado diferencias en función del nivel competitivo, mostrando que aquellos con más experiencia o que compiten a nivel elite, respecto de los de nivel *amateur*, tienen mayor autoconfianza y mayor control de afrontamiento en

diferentes situaciones (Gómez-López et al., 2013; López-Gullón & Torres-Bonete, 2012; Martínez-Moreno, 2017; Raimundi et al., 2016).

En el presente estudio los análisis multivariados mostraron que la categoría (formativa vs. mayor) no tuvo un efecto significativo en las habilidades psicológicas, mientras que sí lo tuvo el género. Respecto de esta comparación, trabajos con taekwondistas (Carazo & Araya, 2010) y jugadores/as de balonmano (Martínez-Moreno, 2017) tampoco encontraron diferencias, considerando rangos de edad similares a los utilizados en el presente estudio. Sin embargo, en otros estudios sí encontraron diferencias, pero con participantes de un rango mucho más amplio de edad: con piragüistas de 14 a 65 años (Gómez-López et al., 2013) y con una muestra de 3434 deportistas de diferentes modalidades de entre 10 y 55 años. En esta línea, diversos trabajos han analizado y comparado las habilidades psicológicas para el rendimiento utilizando en lugar de la edad o los años de práctica, variables que caracterizan el nivel competitivo de los deportistas, tales como: expertos y no expertos (Álvarez et al., 2014), elite o amateur (Berengüí et al., 2012; López-Gullón & Torres-Bonete, 2012) o participación en Selección Nacional (Raimundi et al., 2016), obteniendo así comparaciones entre grupos definidos por razones vinculadas al desarrollo deportivo. Sin embargo, en la mayoría de los estudios, se ha encontrado que el género sí tiene un efecto significativo en las habilidades psicológicas percibidas de los deportistas (Gómez-López et al., 2013; Hernández-Mendo et al., 2014; Raimundi et al., 2016). Ahora bien, en aquellos estudios en donde los participantes son deportistas de nivel elite o alto rendimiento, las diferencias en función del género no se encuentran (Martínez-Moreno, 2017). Esto podría indicar que las diferencias en los demás niveles competitivos que se dan en función del género (mostrando que los varones se perciben con mejores habilidades) podrían estar más ligadas a la socialización del deporte y no al entrenamiento psicológico. Los deportes en general, sus situaciones y su contexto (formación de entrenadores, apoyo y promoción, etc.) tradicionalmente han estado más adaptados a las características de los varones (Moreno-Murcia et al., 2009), ofreciendo mayores posibilidades para el desarrollo de habilidades de toda índole (técnicas, físicas, psicológicas, etc.). Sin embargo, cuando el nivel de rendimiento es el más alto (i.e. deporte de elite), estas características pueden equipararse, mostrando que, para alcanzar el máximo nivel, las habilidades psicológicas que se desarrollan lo hacen de manera similar.

Respecto de las correlaciones entre los estilos interpersonales de los/as entrenadores/as y las habilidades psicológicas de los/as deportistas, se encontraron diferencias en estas asociaciones considerando el género de los/as deportistas. El estilo controlador se asoció negativamente con casi todas las habilidades psicológicas para el rendimiento, pero solo en el grupo de varones mientras que el apoyo a la autonomía se relacionó de manera directa con la autoconfianza y el control de la actitud en ambos géneros y solo entre las mujeres con el control de afrontamiento negativo y positivo.

El papel diferencial de los/as entrenadores/as considerando el género, así como de otros actores del contexto social, como los padres y madres, se ha ido mostrando en trabajos de diferentes países. Por ejemplo, en deportistas de alto rendimiento de Singapur se encontró que los varones percibían mayores conductas de apoyo por parte de los/as entrenadores/as (Koh & Wang, 2015) mientras que las deportistas tienden a ver más controladores/as a sus entrenadores/as y perciben un clima menos implicado en la tarea, con menor apoyo a la autonomía y apoyo social (e.g. Deci et al., 1999; Fernández et al., 2018) pero perciben un mayor involucramiento y apoyo a la autonomía por parte de la madre (Raimundi et al., 2021). En España, hallaron que el clima de implicación en la tarea de los/as entrenadores/as predice el compromiso y la diversión en varones pero no en mujeres (Torregrossa et al., 2011) y en Argentina, el apoyo a la autonomía por parte del/la entrenador/as predice mejor el compromiso de los varones que el de las mujeres y la intención de abandono del deporte en éstas (Raimundi et al., 2021). Asimismo, en estudios en el contexto de la educación física, que el *feedback* de los/as profesores/as es más beneficioso en generar afecto positivo en las mujeres (Mouratidis et al., 2008) y también son ellas las que suelen responder mejor a esa comunicación (Nicaise et al., 2006).

Respecto de las regresiones, para los varones, la mayor capacidad predictiva de los estilos interpersonales estuvo para las variables de control de afrontamiento negativo y control de la actitud, siendo el estilo controlador el predictor de la primera (de manera inversa) y el apoyo a la autonomía el de la segunda. Esto muestra que, por un lado, a medida que los/as deportistas jóvenes perciben que el estilo controlador es menor, se incrementa la habilidad para el control de emociones negativas (como el miedo, la ansiedad, la ira o la frustración) y la ejecución de las acciones apropiadas (movimientos técnicos, tácticos y toma de decisión) frente a situaciones deportivas adversas. Por otro lado, el ofrecer alternativas y opciones durante los entrenamientos, el argumentar las

tareas y demandas y crear oportunidades para la aportación pueden favorecer el desarrollo de habilidades psicológicas vinculadas al rendimiento deportivo.

Para el grupo de mujeres, el apoyo a la autonomía fue la variable que mayor capacidad predictiva tuvo para el modelo de control de afrontamiento negativo y para el control de la actitud. Asimismo, para las demás habilidades psicológicas el apoyo a la autonomía fue el único predictor. Estos resultados muestran la importancia del apoyo a la autonomía por parte de los/as entrenadores/as es de gran relevancia para crear climas de trabajo que posibilitan el desarrollo de habilidades psicológicas que llevan al rendimiento y al bienestar (Álvarez et al., 2013). Al estar atentos/as y ocuparse del proceso de aprendizaje de sus deportistas, permitiendo que éstos elijan y se motiven intrínsecamente, los/as entrenadores/as permiten que los/as deportistas conozcan sus habilidades, tengan una mayor capacidad para reflexionar sobre sus progresos y sobre cómo seguir mejorando y comprendan mejor cómo afrontar los desafíos en sus entrenamientos y partidos (Reigal et al., 2018).

Este estudio presenta algunas limitaciones. En primer lugar, al tratarse de un estudio transversal no se pudieron establecer relaciones causales entre las variables ni evaluar el efecto del tiempo en las mismas. Asimismo, se utilizó una muestra de participantes de algunos deportes colectivos, dejando muchos otros por fuera y también sin poder estudiar el impacto de las conductas de los/as entrenadores/as en las habilidades psicológicas de los/as deportistas, cuando se trata de modalidades individuales. En esta línea, también debe señalarse que dada la conformación de la muestra no fue posible realizar comparaciones teniendo en cuenta otros rangos de edad que pueden estar presentes entre deportistas jóvenes, ni realizar comparaciones en función de la participación en niveles de alto rendimiento (e.g., participación en Selecciones Nacionales), dado el pequeño porcentaje que implica formar parte de la representación a nivel internacional del deporte.

Dada la importancia de estas habilidades para el rendimiento deportivo y el impacto que tienen las conductas de los/as entrenadores/as en éstas y en el bienestar de los/as deportistas, este estudio puede contribuir al diseño de intervenciones para el trabajo con los/as entrenadores/as con el fin de mejorar la calidad de la experiencia de sus deportistas, considerando las necesidades propias de cada grupo y planificando estratégicamente un entrenamiento psicológico orientado a este fin. Intervenciones con estos objetivos han mostrado un impacto positivo en los/as deportistas, aumentando los



niveles de autoconfianza, el nivel motivacional, control actitudinal y la orientación disposicional hacia la tarea (Álvarez et al., 2013).

Referencias

- Álvarez, O., Estevan, I., Falcó, C., Hernández-Mendo, A., & Castillo, I. (2014). Perfil de habilidades psicológicas en taekwondistas universitarios y su relación con el éxito en competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *14*(3), 13-20.
- Álvarez, O., Falco, C., Estevan, I., Molina-García, J., & Castillo, I. (2013). Intervención psicológica en un equipo de gimnasia rítmica deportiva: Estudio de un caso. *Revista de Psicología Del Deporte*, *22*(2), 395-401.
- Álvarez, O., Tormo-Barahona, Castillo, I., & Moreno-Murcia, J. A. (2021). Examining controlling styles of significant others and their implications for motivation, boredom and burnout in young swimmers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph18115828>
- 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.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J., & Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, *18*(1), 73-83.
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *32*(2), 193-216.
- Berengüí, R., García-Pallarés, J., López-Gullón, J., Garcés de los Fayos, E., Cuevas-Caravaca, E., & Martínez-Abellán, A. (2012). Habilidades psicológicas fundamentales en las Luchas Olímpicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *12*(2), 19-22.
- Campos-Salinas, J., Berengüí, R., & Hernández-Mendo, A. (2019). Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva para Árbitros (IPEDA): Adaptación y Propiedades de Medida. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, *53*(4), 141-152. <https://doi.org/10.21865/ridep53.4.11>
- Carazo, P., & Araya, G. (2010). Rasgos psicológicos para el rendimiento deportivo en hombres y mujeres. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, *5*(2), 253-265.

- Castillo, I., Tomás, I., Ntoumanis, N., Bartholomew, K., Duda, J., & Balaguer, I. (2014). Psychometric properties of the Spanish version of the Controlling Coach Behaviors Scale in the sport context. *Psicothema*, 26(3), 409-414. <https://doi.org/10.7334/psicothema2014.76>
- Cho, S., Choi, H., & Kim, Y. (2019). The relationship between perceived coaching behaviors, competitive trait anxiety, and athlete burnout: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph16081424>
- Deci, E., Koestner, R., & Ryan, R. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125(6), 627-668. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.6.627>
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The «What» and «Why» of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Duda, J., Quested, E., Haug, E., Samdal, O., Wold, B., Balaguer, I., Castillo, I., Sarrazin, P., Papaioannou, A., Ronglan, L., Hall, H., & Cruz, J. (2013). Promoting adolescent health through an intervention aimed at improving the quality of their participation in physical activity (PAPA): Background to the project and main trial protocol. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 319-327. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839413>
- Fabra, P., Castillo, I., González, L., Duda, J., & Balaguer, I. (2021). Changes in drop out intentions: Implications of the motivational climate, goal orientations and aspects of self-worth across a youth sport season. *Sustainability (Switzerland)*, 13(24). <https://doi.org/10.3390/su132413850>
- Fernández, A., García-Arabeheyt, M., Celsi, I., Tourn, S., & Raimundi, M. J. (2018). *Clima motivacional creado por los entrenadores: diferencias en la percepción de deportistas adolescentes de Buenos Aires (Argentina) en función del género, deporte y categoría.* (3-5 de octubre de 2018). VII Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte, Santiago, Chile.
- Gómez-López, M., Granero Gallegos, A., & Isorna Folgar, M. (2013). Análisis de los factores psicológicos que afectan a los piragüistas en el alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Evaluación Psicológica*, 35(1), 57-76.

- Gómez-López, M., Muñoz-Villena, A., & González-Hernández, J. (2021). ¿Qué me ocurre cuando me influyen los demás? Impacto en las características psicológicas de jóvenes jugadores de balonmano. *Summa Psicológica UST*, 18(1), 31-39.
- González, L., García-Merita, M., Castillo, I., & Balaguer, I. (2016). Young Athletes' Perceptions of Coach Behaviors and Their Implications on Their Well- and Ill-Being Over Time. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(4), 1147-1154. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001170>
- González, L., Tomás, I., Castillo, I., Duda, J., & Balaguer, I. (2016). A test of basic psychological needs theory in young soccer players: Time-lagged design at the individual and team levels. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 1-12. <https://doi.org/10.1111/sms.12778>
- Gucciardi, D. (2012). Measuring mental toughness in sport: A psychometric examination of the Psychological Performance Inventory–A and its predecessor. *Journal of Personality Assessment*, 94(4), 393-403. <https://doi.org/10.1080/00223891.2012.660292>
- Hair, J., Black, W., Babin, B., Anderson, R., & Tatham, R. (2006). *Multivariate data analysis* (6.^a ed.). Prentice Hall.
- Hemmerle, W., & Hartley, H. (1973). Computing maximum likelihood estimates for the mixed AOV Model using the w-transformation. *Technometrics*, 15, 819-831.
- Hernández-Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: Estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 71-93.
- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V., & Peñalver, I. (2014). Replicación de las propiedades psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 311-324.
- Koh, K., & Wang, C. (2015). Gender and type of sport differences on perceived coaching behaviours, achievement goal orientations and life aspirations of youth Olympic games Singaporean athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(2), 91-103. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.932820>
- Lemelin, E., Verner-Filion, J., Carpentier, J., Carbonneau, N., & Mageau, G. A. (2022). Autonomy support in sport contexts: The role of parents and coaches in the promotion of athlete well-being and performance. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. <https://doi.org/10.1037/spy0000287>

- Loehr, J. (1986). *Mental toughness training for sports. Achieving athletic excellence*. Stephen Greene Press.
- López-Cazorla, R., Reigal, R., Hernández-Mendo, A., & Morales-Sánchez, V. (2015). Relaciones entre el autoconcepto y el perfil psicológico deportivo en triatletas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 95-102.
- López-Gullón, J., García-Pallarés, J., Berengüi, R., Martínez-Moreno, A., Morales, V., Torres-Bonete, M., & Díaz, A. (2011). Factores físicos y psicológicos predictores del éxito en lucha olímpica. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 573-588.
- López-Gullón, J., & Torres-Bonete, M. (2012). Rendimiento físico y psicológico en lucha olímpica: Predictores del éxito en lucha femenina. *Anales de Psicología*, 28(1), 215-222. <http://digitum.um.es/jspui/handle/10201/26414>
- Martínez-Moreno, A. (2017). Calidad en el deporte de élite. Análisis de fortalezas y debilidades psicológicas en jugadores de balonmano. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 19-24.
- Morales-Sánchez, V., Crespillo-Jurado, M., Jiménez-López, D., Morillo-Baro, J. P., Hernández-Mendo, A., & Reigal, R. (2020). Relationships between controlling interpersonal coaching style, basic psychological need thwarting, and burnout, in adolescent soccer players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4909), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134909>
- Moreno-Murcia, J., Cano, F., González-Cutre, D., Cervelló, E., & Ruiz, L. (2009). Flow disposicional en salvamento deportivo: Una aproximación desde la Teoría de la Autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 23-35.
- Moreno-Murcia, J., Hernández, E., Marín, L., & Nuñez, J. (2019). Coaches' motivational style and athletes' fear of failure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph16091563>
- Mossman, L. H., Slemp, G. R., Lewis, K. J., Colla, R. H., & O'Halloran, P. (2022). Autonomy support in sport and exercise settings: a systematic review and meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 0(0), 1-24. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2031252>
- Mouratidis, A., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Sideridis, G. (2008). The Motivating role of positive feedback in sport and physical education: Evidence for a motivational model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(2), 240-268. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.2.240>

- Nicaise, V., Cogérino, G., Bois, J., & Amorose, A. (2006). Students' perceptions of teacher feedback and physical competence in physical education classes: Gender effects. *Journal of Teaching in Physical Education*, 25(1), 36-57. <https://doi.org/10.1123/jtpe.25.1.36>
- Pardo, A., & Ruiz, M. (2005). *Análisis de datos con SPSS 13 Base*. McGraw Hill.
- Peñaloza Gómez, R., Méndez-Sánchez, M., García-Méndez, M., López-Walle, J., & Velázquez, R. (2018). La influencia de los padres en el perfil psicológico de jóvenes deportistas. En R. Díaz Loving, L. Reyes Lagunes, & F. López Rosales (Eds.), *Aportaciones a la Psicología Social* (pp. 2579-2596). Asociación Mexicana de Psicología Social.
- Raimundi, M. J., Celsi, I., Otero, C., Schmidt, V., & Castillo, I. (2021). Compromiso e intención de abandono en adolescentes de selecciones nacionales argentinas: El papel de los agentes sociales y efectos del género. *Suma Psicológica*, 28(1), 1-9. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2021.v28.n1.8>
- Raimundi, M. J., Reigal, R., & Hernández-Mendo, A. (2016). Adaptación argentina del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED): Validez, fiabilidad y precisión. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 211-222.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., & Cruz, J. (2017). The effect of coaches' controlling style on the competitive anxiety of young athletes. *Frontiers in Psychology*, 8(APR), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00572>
- Ramis, Y., Torregrossa, M., Viladrich, C., & Cruz, J. (2013). El apoyo a la autonomía generado por entrenadores, compañeros y padres y su efecto sobre la motivación autodeterminada de deportistas de iniciación. *Anales de Psicología*, 29(1), 243-248. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.1.124011>
- Reigal, R., Crespillo-Jurado, M., Morillo-Baro, J. P., & Hernández-Mendo, A. (2018). Apoyo a la autonomía, clima motivacional percibido y perfil psicológico deportivo en jugadores de balonmano playa. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 108-117.
- Reigal, R., Delgado-Giralt, J., Raimundi, M. J., & Hernández-Mendo, A. (2018). Perfil psicológico deportivo en una muestra de triatletas amateurs y diferencias con otros deportes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(1), 55-62.
- Reigal, R., Vázquez-Diz, J., Morillo-Baro, J. P., Hernández-Mendo, A., & Morales-Sánchez, V. (2020). Psychological profile, competitive anxiety, moods and self-

- efficacy in beach handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph17010241>
- Ríos Garit, J., Pérez Surita, Y., Fuentes Domínguez, E., Soris Moya, Y., & Borges Castellanos, R. (2021). Anxiety and psychological variables of sports performance related to injuries in high-performance sportsmen. *Apunts Sports Medicine*, 56(211). <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2021.100358>
- Ryan, R., & Deci, E. (2017). *Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. The Guilford Press.
- Searle, S., Casella, G., & McCulloch, C. (1992). *Variance components*. John Wiley & Sons.
- Torregrossa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., Azócar, F., Latinjak, A., & Cruz, J. (2011). Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función de género. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 243-255.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del deporte y el ejercicio físico* (4ta ed.). Editorial Médica Panamericana.

Received: 2020-06-20

Accepted: 2022-11-02