

EFFECTOS DEL PROGRAMA DE ASESORAMIENTO PERSONALIZADO A ENTRENADORES (PAPE) EN EL COMPROMISO DEPORTIVO Y EL ABANDONO DE FUTBOLISTAS JÓVENES

Sousa, C.; Cruz, J.; Viladrich, C.; Torregrosa, M.

Departament Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació. Universitat Autònoma de Barcelona

RESUMEN

El entrenador es, de hecho, una de las figuras claves en la iniciación deportiva, porque planifica los entrenamientos e interactúa continuamente con sus jugadores, influyendo en la calidad y continuidad de la participación deportiva de los jóvenes. Diferentes programas de intervención, como el *Coach Effectiveness Training* (CET) y el *Mastery Approach Climate* (MAC) son aplicados con la finalidad de mejorar las conductas del entrenador y, consecuentemente, promover una práctica deportiva más atractiva, evitando el abandono deportivo. En el presente estudio se han evaluado los efectos del Programa de Asesoramiento Personalizado a Entrenadores, (PAPE) aplicado a cuatro entrenadores de fútbol, en el compromiso deportivo, la diversión deportiva, las oportunidades de implicación y el abandono de jóvenes futbolistas. Los jugadores de los cuatro equipos, entre los 14 y 16 años, contestaron al *Sport Commitment Questionnaire* (SCQ) antes y después de la intervención. Los resultados muestran que todos los jugadores se mantienen comprometidos al final de la temporada aunque se diviertan menos. Los resultados sobre abandono deportivo presentan cifras mucho menores que otros estudios clásicos.

Palabras-clave: PAPE, compromiso deportivo, abandono deportivo

ABSTRACT

Coach is an essential figure in youth sport as plans and interacts continually with their athletes, influencing in the quality and continuity of the youth sport career. Different intervention programs for coaches, like the *Coach Effectiveness Training* (CET) or the *Mastery Approach Climate* (MAC), are applied to improve coaches behaviours and, consequently, promoting sport practice as more appealing avoiding sport drop out. In this study, the effects of the Coaches' Personalized Counseling Program (PAPE) applied to 4 soccer coaches, in sport commitment, sport enjoyment, involvement alternatives and drop out of the soccer players were assessed. The soccer players from four teams, between 14 and 16 years, answered the *Sport Commitment Questionnaire* (SCQ) before and after the intervention. Results show that soccer players were still committed at the end of the season even experience less enjoyment. The drop out results shows lower rates than other classic studies.

Key-words: PAPE, sport commitment, sport drop out

Correspondencia:

Catarina Sousa

Departament Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació, Edifici B

Universitat Autònoma de Barcelona 08193 Bellaterra (Barcelona). Spain

catarina.dinis@uab.cat

Fecha de recepción: 24/10/2007

Fecha de aceptación: 26/11/2007

INTRODUCCIÓN

Diversos estudios muestran que la participación regular en actividades físicas organizadas aumenta el bienestar físico, psicológico y social de los jóvenes participantes (Harrison y Narayan, 2003; Ryan y Deci, 2000). Además, parece ser que estos beneficios pueden ser potenciados a través de una serie de conductas adecuadas por parte del conjunto de agentes deportivos, entre los cuales el entrenador es sin duda una de las figuras más importantes, en particular en la iniciación deportiva. En esta fase, las personas significativas para los jóvenes deportistas se convierten en modelos de referencia, que influyen en su crecimiento psicosocial (Smoll y Smith, 2006). En cada una de las interacciones entrenador-deportista se inserta una oportunidad para que aquel transmita valores positivos o competencias-clave para la vida adulta, ayude al desarrollo de la auto-eficacia o aumente la autoestima del niño/a. Esta influencia puede facilitarse sabiendo que, principalmente los niños más pequeños, consideran al entrenador como aspecto esencial en su participación deportiva (González, Taberner, y Márquez, 2000). Son muchas las oportunidades para convertir la experiencia deportiva en lo más positiva posible. Un deportista joven que practique deporte a un nivel competitivo, puede estimarse que pasa 8 horas semanales de media con su entrenador, durante 40 semanas en una temporada y durante 8 años. Estos cálculos aproximados sitúan en más de 2500 las horas que un joven pasa con su entrenador a lo largo de su experiencia deportiva. Sin embargo, estas horas pueden contribuir a aumentar el estrés, la ansiedad o las actitudes negativas por parte del niño/a ante el deporte en el caso que la relación entrenador-deportista esté basada en la crítica constante o la victoria a toda costa.

Los programas de formación/educación para entrenadores fueron concebidos con la finalidad de que las interacciones entrenador-deportista potencien los beneficios derivados de la participación deportiva y proporcionen un clima positivo de desarrollo. En ellos los entrenadores adquieren herramientas para potenciar las conductas positivas y cambiar sus conductas negativas o punitivas.

Entre los diversos programas desarrollados, principalmente en EEUU, el *Coach Effectiveness Training* (CET), Smith, Smoll y Curtis (1979) ha sido el más utilizado y del cual existen más resultados empíricos acerca de su eficacia y metodología. Este programa deriva del marco teórico cognitivo-conductual (Bandura, 1977, 1986) y su finalidad es promover y medir cambios conductuales hacia las conductas deseables, lograr que los entrenadores sean más conscientes de sus conductas y de las consecuencias e importancia de sus

comportamientos en la interacción con sus deportistas. Diversos estudios experimentales que han aplicado el programa obtienen resultados impactantes. En primer lugar, las diferencias entre el grupo de entrenadores que recibe el CET (grupo experimental) y el que no lo recibe (grupo de control), son consistentes con las directrices sugeridas respecto a las observaciones y percepciones de los deportistas. En segundo lugar, los deportistas que trabajan con los entrenadores que reciben formación también revelan la eficacia del programa: se divierten más, evalúan su entrenador de manera más positiva, demuestran un aumento significativo de autoestima y una disminución significativa del nivel de ansiedad competitiva. Ninguno de estos resultados se observan en el grupo de control y además, la probabilidad de abandonar el deporte es 5 veces menor en los deportistas del grupo experimental que en los deportistas de los entrenadores del grupo de control (Barnett, Smoll y Smith, 1992; Smith y cols., 1979; Smith, Smoll y Barnett, 1995).

Los programas de formación basados en la metodología del CET han sido aplicados en diversos estudios que corroboran básicamente los resultados obtenidos por los autores originales en cuanto al cambio de conductas y el fomento de la relación entrenador-deportista (Boixados y Cruz, 1999; Conroy y Coastworth, 2006; Cruz, 1994; Sousa, Cruz, Torregrosa, Vilches y Viladrich, 2006).

Más recientemente, el *Mastery Approach to Coaching* (MAC) surge como un programa de intervención para entrenadores en el cual se tratan los beneficios y directrices de un clima orientado a la tarea (*mastery climate*), substituyendo algunas directrices estrictamente conductuales del CET. Este programa fue concebido teniendo en cuenta tanto las consecuencias positivas del clima motivacional orientado a la tarea que el entrenador puede generar, como la diversión, la cohesión de equipo o los niveles bajos de ansiedad (Ames y Archer, 1988; Duda, 2001; Duda y Balaguer, 2007; Smith, Smoll, Cumming, y Grossbard, 2006). Los resultados empíricos evidencian la eficacia del MAC: los entrenadores que participaron en el MAC crearon un clima más orientado a la tarea/maestría; los jugadores de estos entrenadores lograron aumentar su orientación a la tarea y disminuir su orientación al ego, así como los niveles de ansiedad (Smith, Smoll, y Cumming, 2007; Smoll, Smith y Cumming, 2007).

El Programa de Asesoramiento Personalizado a Entrenadores (PAPE) concebido por Sousa y cols. (2006) constituye una adaptación e individualización de las directrices conductuales del CET. El PAPE se basa en la idea de que cada entrenador tiene sus necesidades específicas de mejora, y por ello, se interviene de forma individual con el objetivo de incidir sobre las necesidades conductuales

específicas de cada entrenador preservando su propio estilo. Los primeros resultados revelan la eficacia del PAPE, ya que tres de los cuatro entrenadores lograron aumentar las conductas de apoyo y disminuir el castigo y en tres de los cuatro equipos los jugadores percibieron los cambios conductuales de sus respectivos entrenadores (Sousa, Cruz, Torregrosa, Viladrich, y Villamarin., 2007; Sousa y cols., 2006).

Como hemos destacado, el entrenador es una figura clave en la iniciación deportiva no sólo por su influencia en los jóvenes, sino también por el hecho de que uno de los motivos por los cuales los niños abandonan o continúan con el deporte es el entrenador. A pesar de las diferencias halladas entre géneros, edades y niveles competitivos diferentes, podemos encontrar algunos motivos para el abandono deportivo que son comunes en diferentes estudios, como el conflicto de intereses/actividades, la falta de diversión o el aburrimiento, el desagrado por el entrenador, el énfasis excesivo en la competición o la baja habilidad percibida (Gould, Feltz, Horn y Weiss, 1982; Ommundsen y Vaglum, 1997; Orlick, 1974; Salguero, Gonzalez-Boto, Tuero y Márquez, 2003; Pooley, 1980; Weinberg y Gould, 1995). En un estudio a lo largo de 10 años, con 1387 jóvenes deportistas canadienses con una media de edad de 15.1 años, los resultados muestran que el motivo principal por lo cual los más jóvenes abandonan el deporte es la falta de diversión (Butcher, Lindner y Johns, 2002). Esta variable se constata que está bajo el control de los entrenadores en muchas ocasiones (Cruz, 2001) pues son ellos los que, por ejemplo, pueden elaborar sus programas de entrenamientos más variados y divertidos, aumentando la probabilidad de permanencia de los niños en el deporte.

El entrenador puede afectar a la permanencia en el deporte de forma directa y/o indirecta, a través del aumento del compromiso deportivo. El modelo de compromiso deportivo (Scanlan, Carpenter, Schmidt, Simons, y Keeler, 1993; Scanlan, Russell, Beals, y Scanlan, 2003; Scanlan, Russell, Wilson, y Scanlan, 2003) viene estudiando los factores que influyen en el deseo de continuar en una actividad deportiva. El compromiso deportivo es definido por los autores como "el deseo y la decisión de seguir participando en el deporte". Según el modelo, cuantas más sensaciones de placer y diversión derivadas de la participación deportiva (diversión deportiva), más inversiones realizadas (inversiones personales), más oportunidades de implicación percibidas (oportunidades de implicación), más sentimientos de obligación para seguir en la actividad (coacciones sociales), más apoyo social percibido (apoyo social) y cuanto menos atractivas se perciben otras alternativas (oportunidades de implicación) más comprometido se encuentra el deportista para seguir

practicando el deporte. De acuerdo con el modelo, éste se puede aplicar a diferentes edades, deportes y/o programas deportivos y sus factores se correlacionan entre sí aunque sean independientes en cuanto a su determinación del compromiso. Es decir, un mismo nivel de compromiso deportivo puede venir determinado por factores diferentes, dependiendo del deportista, equipo, o programa deportivo.

De acuerdo con diversos estudios, la diversión y las oportunidades de implicación son los predictores más potentes del compromiso deportivo (Carpenter y Coleman, 1998; Carpenter y Scanlan, 1998). En un estudio con deportistas españoles también se verificó la diversión deportiva como el predictor más fuerte del compromiso, seguida de las alternativas a la implicación (Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamarin y Cruz, 2007). Entre estos factores, la diversión está claramente bajo el control del entrenador y por tanto es un factor claro de intervención para potenciar el compromiso y disminuir así el abandono deportivo.

La perspectiva longitudinal del compromiso deportivo nos permite obtener más información de la previsión de permanencia o abandono de la actividad y qué factores son promotores de cambio en el compromiso. Diferentes estudios muestran que cambios en factores como la diversión o las oportunidades de implicación están asociados a cambios paralelos en el compromiso deportivo (Carpenter y Coleman, 1998; Carpenter y Scanlan, 1998). Tal como sugieren Weiss y Weiss (2006), partiendo del conocimiento de que el compromiso es susceptible de cambios a lo largo del tiempo, para promoverlo, será necesario realizar diferentes intervenciones para cambiar sus factores determinantes. Sin embargo, el compromiso se ve afectado no sólo por estos determinantes, sino probablemente también por factores como el desgaste al final de la temporada. El agotamiento desde una perspectiva del compromiso ha sido estudiado por Raedeke (1997, 2004) en entrenadores y deportistas revelando una relación entre el cansancio psicológico ("exhaustion") y la pérdida de interés por la actividad y la disminución del nivel de compromiso.

Tal como hemos visto, algunos estudios demuestran, por una parte, los efectos positivos de intervenciones con entrenadores de jóvenes deportistas y, por otra parte, que el compromiso es susceptible al cambio a lo largo del tiempo. Sin embargo, no se conocen estudios que hayan analizado la influencia de un programa de intervención conductual, y en particular del PAPE, en el compromiso deportivo y el abandono deportivo. La aportación principal del estudio estriba en dos puntos clave. Por un lado, la realización de un programa específico e individualizado para cada entrenador, según las conductas

observadas en la fase de línea de base y sus objetivos de entrenamiento. Por otro lado, la introducción del compromiso deportivo como uno de los resultados de la intervención conductual, aspecto que no ha sido analizado en estudios anteriores. Cabe destacar que aunque este programa se caracteriza por la definición de objetivos conductuales específicos y distintos para cada entrenador, según las necesidades, el mantenimiento o aumento del compromiso de los jugadores es un objetivo común a todos ellos.

Los dos principales objetivos de la presente investigación son:

1. Analizar la influencia del PAPE en el compromiso deportivo, en la diversión y las alternativas a la implicación de cada uno de los cuatro equipos participantes

2. Verificar la tasa de abandono de cada uno de los equipos y su relación con el compromiso deportivo.

Con base en investigaciones anteriores respecto al estudio del compromiso a lo largo del tiempo, en el presente estudio se espera que los deportistas estén más comprometidos y se diviertan más después de la intervención. Además, tampoco las actividades alternativas serán percibidas como más atractivas.

MÉTODO

Participantes

Participaron en esta investigación, cuatro equipos de fútbol masculino Cadete que jugaban en la liga de fútbol de Cataluña, en las tres categorías más competitivas. Puesto que los datos se tomaron en dos momentos diferentes, la descripción de los participantes se hará para cada una de las fases. Al inicio del estudio (fase de línea de base) participaron 62 jugadores y al final del estudio (fase de post-intervención) participaron 50 jugadores. Todos ellos con edades comprendidas entre los 14 y 16 años, en la línea de base con una media de edades de 15.42 (d.t.=.45) y en la post-intervención de 15.54 (d.t.= .30). Los entrenadores, todos ellos varones, tenían edades comprendidas entre los 25 y 33 años (27 años - entrenador equipo 1; 26 años - entrenador equipo 2; 25 años entrenador equipo 3 y 33 años entrenador equipo 4), y una media de 9.5 temporadas de experiencia como entrenadores de fútbol (entre 7 y 12 temporadas). El porcentaje de participación de los jugadores al final del estudio fue de 80% respecto a la fase de línea de base. El 20% de no-participación al final del estudio se debe al hecho de que 8 jugadores del equipo 1, 2 jugadores del equipo 2, 1 jugador del equipo 3 y 3 jugadores del equipo 4 no estaban

presentes en la sesión de entrenamiento en que se administraron los cuestionarios.

Instrumento

Cuestionario de Compromiso Deportivo. Se utilizó el Cuestionario de Compromiso Deportivo (SCQe), adaptación del *Sport Commitment Questionnaire* (SCQ) original de Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt y Keeler, (1993), que ha sido adaptado y validado en un estudio previo por Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamarin y Cruz (2007). El compromiso deportivo, la diversión deportiva y las oportunidades de implicación son los factores utilizados en el presente estudio por los siguientes motivos: en primer lugar, por la influencia del entrenador en estos factores, principalmente en la diversión deportiva, y por la capacidad de la diversión y de las oportunidades de implicación de predecir el compromiso. Por otra parte, por el hecho que el cuestionario ofrece la posibilidad de utilizar los factores determinantes del compromiso y la escala de compromiso de forma independiente y también por los buenos resultados (Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamarin y Cruz, 2007) de las propiedades psicométricas de las escalas en cuanto a estructura y consistencia interna. La versión española del SCQ demostró su fiabilidad en las escalas de compromiso deportivo ($\alpha=.76$), diversión deportiva ($\alpha=.88$), y coacciones sociales ($\alpha=.80$). Alternativas a la implicación ($\alpha=.66$) fue una escala considerada aceptable aunque marginal. La análisis factorial exploratoria final identifica 4 factores (compromiso deportivo, diversión deportiva, alternativas a la implicación y coacciones sociales) y 21 ítems. Se puede encontrar más información respecto a las propiedades psicométricas en Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamarín y Cruz (2007). En cuanto al contenido del cuestionario, "Estoy muy dedicado a seguir jugando fútbol esta temporada", "Me divierto jugando fútbol esta temporada" y "Creo que hay otras actividades más interesantes que el fútbol" son ejemplos de ítems de las sub-escalas de compromiso deportivo, diversión deportiva y alternativas a la implicación, respectivamente. Las respuestas se realizaron en una escala tipo Likert de 5 puntos (1-*muy en desacuerdo*; 5- *muy de acuerdo*).

Los resultados de la consistencia interna y la media de correlaciones inter-ítems obtenidos en el presente estudio para cada uno de los factores se presentan en la Tabla 1.

TABLA 1

Alfas de Cronbach y la media de las correlaciones inter-ítems para las diferentes escalas del SCQe en los dos momentos del estudio.

	Línea de Base				Post-intervención			
	Alfa de Cronbach	de	Media inter-ítem	correlación	Alfa de Cronbach	de	Media inter-ítem	correlación
Compromiso (6 ítems)	.84		.49		.78		.38	
Diversión (4 ítems)	.85		.60		.86		.61	
Alternativas (4 ítems)	.65		.34		.67		.34	

Procedimiento

En un primer momento se solicitó la colaboración a los entrenadores y sus respectivos equipos, ya que la disponibilidad para participar en las diferentes fases del estudio era esencial. Los cuatro entrenadores participaron en el programa de intervención PAPE, que está compuesto por tres fases (véase Sousa y cols. 2006 para una explicación más detallada del PAPE). El principal objetivo del PAPE fue observar, analizar e intervenir en las necesidades conductuales de cada entrenador definiendo objetivos específicos para cada uno de ellos e interviniendo de forma individual con cada entrenador. Además de la intervención conductual el PAPE incidía sobre los efectos positivos para el equipo y jugadores, como la motivación, el clima motivacional, el compromiso deportivo de los jugadores y el rendimiento deportivo. Se planteó también que estos efectos serían el resultado de los logros de los entrenadores en cambiar determinadas conductas. La administración del SCQe se realizó en dos fases para cada equipo con un intervalo de 20 a 22 semanas entre cada fase: fase de línea de base (inicio de la investigación, antes de la intervención) y post-intervención (final del estudio, después de la intervención). Una de las fases de la intervención consistió en una sesión individual con cada entrenador en la cual recibía feedback sobre los resultados de sus conductas en los dos partidos anteriores. También se le enseñaba sus comportamientos reales a partir del visionado de fragmentos de video previamente seleccionados. De acuerdo con sus objetivos de entrenamiento y con base en los conocimientos sobre el deporte para jóvenes, obtenidos en la fase anterior del programa, cada entrenador eligió los tres comportamientos diana que más le interesaba mejorar. Los administradores de los cuestionarios recibieron formación y siguieron los pasos del protocolo de aplicación, estando presentes todo el tiempo de administración para que los jugadores pudieran esclarecer sus

dudas. Las diversas administraciones se desarrollaron sin incidentes y una vez terminada la administración los jugadores procedían a su rutina de entrenamiento. Al terminar se agradecía a los jugadores, entrenadores y coordinadores su colaboración y se les informaba que recibirían un informe de resultados al final del estudio. Con el objetivo de obtener datos relativos al abandono y permanencia de los jugadores que participaron en éste estudio, se realizaron entrevistas breves, vía teléfono, a cada uno de los entrenadores de los cuatro equipos al inicio de la siguiente temporada. Se les preguntó cuantos jugadores seguían jugando en el mismo equipo y se proseguía la entrevista indagando sobre las diferentes opciones de los jugadores que ya no se encontraban en el club. Obtuvimos así, datos relativos a dos categorías generales, una de los jugadores que continúan en el mismo club y otra de bajas. La categoría de bajas se repartió en tres subcategorías: cambio de club, cambio de deporte y abandono del deporte.

Análisis de datos

Los análisis de datos se han realizado mediante la utilización del programa estadístico SPSS 14.0 (SPSS, 2005). Debido a las características de la intervención individualizada, los resultados se presentan y se analizan en cada equipo. Las puntuaciones de las distintas subescalas se han obtenido promediando los ítems que las forman con lo que las puntuaciones para todas ellas oscilan entre 1 y 5. Las técnicas de análisis utilizadas han sido el alfa de Cronbach para el análisis de fiabilidad y el Análisis de la Variancia de un factor para averiguar si, dentro de cada equipo, existen diferencias entre las medias de compromiso, diversión y alternativas a la implicación tomadas antes y después de la intervención.

RESULTADOS

Para analizar el primer objetivo del estudio, se presentan los resultados de las 3 escalas – compromiso deportivo, diversión y alternativas a la implicación - para cada equipo antes y después de la intervención. En las Figuras 1, 2 y 3, relativas a cada uno de los factores, además de las medias obtenidas en cada uno se evidencian las diferencias significativas entre las dos ocasiones.

Compromiso deportivo

La Figura 1 muestra los resultados del compromiso deportivo para los cuatro equipos antes y después de la intervención. El nivel de compromiso de los jugadores disminuye después de la intervención en los cuatro equipos cuyos

entrenadores participaron en el PAPE, siendo la diferencia significativa únicamente para el equipo 1 ($F = 4.92$, $p=0.036$). Aunque el nivel de compromiso disminuya en la fase final de la temporada, sin embargo, se mantiene en un nivel bastante alto de compromiso deportivo. En la fase de post-intervención el valor más bajo de compromiso deportivo es de 3.86 (equipo 3) y el más alto es de 4.16 (equipo 2).

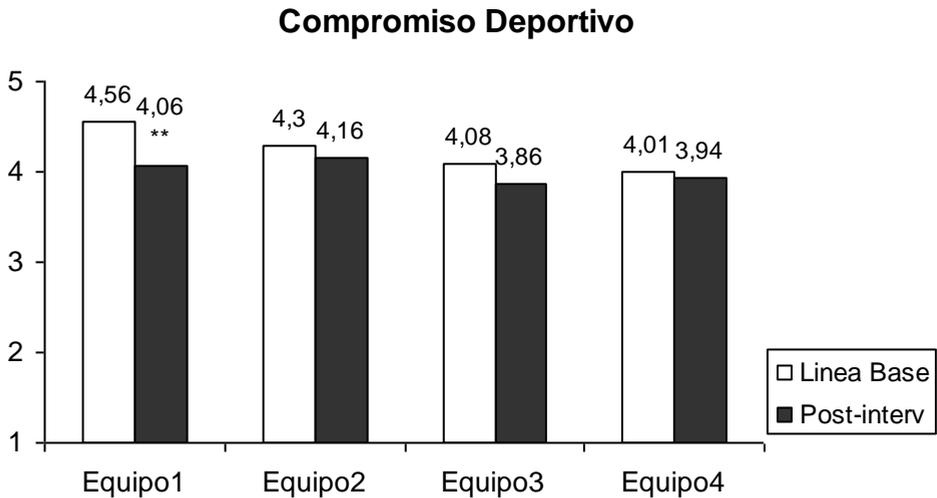


FIGURA 1. Resultados del compromiso deportivo antes y después de la intervención **($p<0.01$)

Diversión deportiva

Los resultados muestran (ver Figura 2) que los jugadores de los cuatro equipos se divierten menos después del periodo de intervención, pero las disminuciones significativas entre la fase de línea de base y el post-intervención se observan sólo en el equipo 1 ($F = 8.56$, $p=0.007$) y el equipo 2 ($F = 3.49$, $p=0.073$). Las sensaciones de placer y diversión experimentadas por los jugadores se encuentran a un nivel medio después de la fase de intervención, en la cual los valores varían entre 3.35 (equipo 2) y 3.78 (equipo 3).

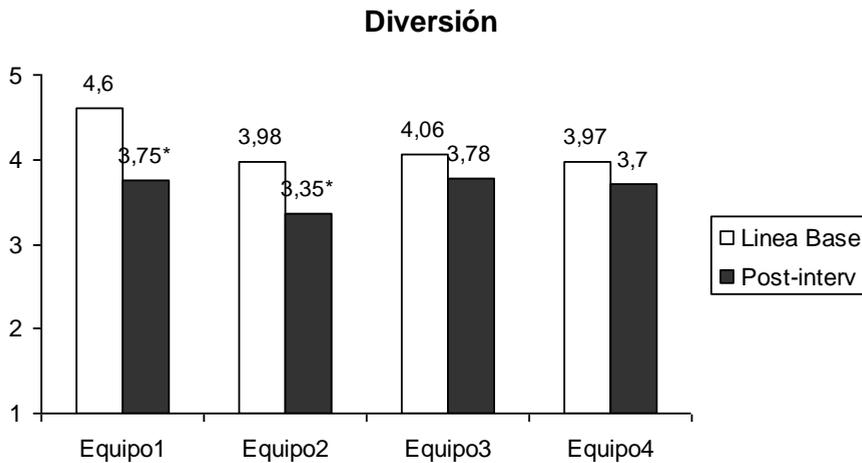


FIGURA 2. Resultados de la diversión deportiva antes y después de la intervención *($p < 0.05$)

Alternativas a la implicación

Los valores de la escala de alternativas a la implicación se presentan bajos en las dos fases del estudio, mostrando que los jugadores perciben como poco atractivas otras actividades que puedan participar como alternativa al fútbol. Al inicio del estudio, las medias de varían entre 2.09 y 2.54 y después de la intervención oscilan entre 2.45 y 3. Podemos observar, a través de la Figura 3, que los jugadores al final de la temporada perciben las actividades alternativas al fútbol como más atractivas, con excepción de los jugadores del equipo 3, una vez que los valores medios del equipo son menores después de la intervención ($M = 2.54$ antes de la intervención y $M = 2.45$ después de la intervención). El equipo 4 es el único que presenta un resultado en el límite de la significación estadística respecto al aumento de los valores medios en la fase de post-intervención ($F = 4.34$, $p = 0.049$).

Alternativas

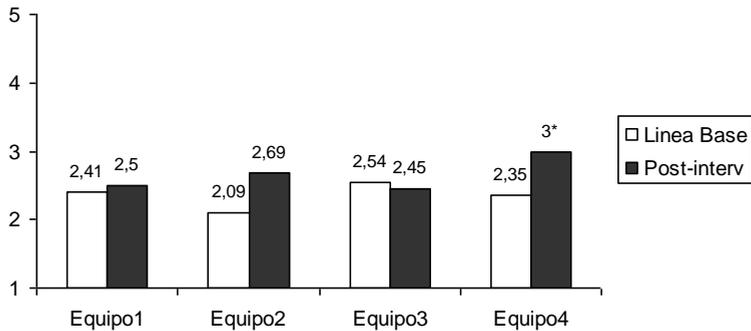


FIGURA 3. Resultados de las alternativas de implicación antes y después de la intervención *($p < 0.05$)

Resultados del abandono deportivo

Para analizar el segundo objetivo del estudio presentamos los resultados cuantitativos referentes a las categorías definidas a partir de las entrevistas a los entrenadores.

Entre los cuatro equipos tomamos como referencia el número de jugadores que el entrenador contaba en su equipo aunque no hubiesen participado en nuestro estudio. De un total de 74 jugadores, 73 % seguían jugando a fútbol en el mismo club (54 jugadores) y solo un 4% (3 jugadores) ha abandonado el deporte, dos por motivos personales y otro por lesión. De los restantes, el 21.6% (16 jugadores) cambiaron de club, por cuestiones como por ejemplo la lejanía del club de la zona de residencia o por pocos minutos de juego en la temporada pasada en el equipo y únicamente un jugador cambio de deporte. Estos resultados se pueden observar en la Tabla 2.

TABLA 2
Resultados de bajas por equipo

Equipos	Total jugadores inicio	Continúan		Bajas	
		Mismo club	Cambio de club	Cambio de deporte	Abandono deporte
Equipo 1	17	10	5	1	1
Equipo 2	18	14	4	0	0
Equipo 3	19	12	6	0	1
Equipo 4	20	18	1	0	1
Total	74	54 (73%)	16 (21.6%)	1 (1.4%)	3 (4%)

DISCUSIÓN

El principal objetivo del presente estudio fue verificar los efectos de una intervención individualizada a entrenadores (PAPE) en factores del compromiso, como la diversión y las alternativas a la implicación, y en el propio compromiso, así como en el abandono deportivo de sus jugadores.

Es necesario analizar los resultados teniendo en cuenta las variables del contexto y de la intervención. Así, resaltamos el hecho de que la fase de post-intervención coincidió con el final de la temporada cuando puede estar inherente el desgaste físico y psicológico que puede existir en los equipos debido al esfuerzo continuo de una temporada, entre entrenamientos y partidos (Raedeke, 1997). Además de este factor, los equipos participantes jugaban en una de las tres categorías más competitivas de su edad y la presión para lograr un buen resultado estaba presente. Aunque no se trataba de jugadores profesionales, los resultados y habilidades podrían empezar a determinar su futuro deportivo. Fue posible averiguar que el equipo 2 y el equipo 3 tenían objetivos de resultado en la clasificación final, el equipo 2 se jugaba la categoría y el equipo 3 jugaba para quedarse entre los tres primeros. Con base en los trabajos de Raedeke (1997) sería necesario investigar si los jugadores, que se divierten menos, bajan su nivel de compromiso, y cambian de club sufren de cansancio emocional.

En primer lugar, se resalta el hecho de que los factores de compromiso son susceptibles de cambios en un periodo de tiempo medio-largo (20 semanas), resultado que corrobora los estudios longitudinales anteriores (Carpenter y Coleman, 1998; Weiss y Weiss, 2006) que muestran que los cambios en los factores determinantes y en el compromiso son susceptibles al cambio a lo largo del tiempo.

En un estudio anterior, el PAPE demostró su eficacia en la promoción de cambios conductuales de los entrenadores (Sousa y cols., 2006) y las percepciones de los jugadores respecto a estos cambios (Sousa, Cruz, Torregrosa, Viladrich, y Villamarin, 2007). Los resultados demostraron que el entrenador 1 y el 3 aumentaron los comportamientos de apoyo (reforzamiento y ánimo al error) y disminuyeron sus comportamientos punitivos (castigo e instrucción técnica punitiva). El entrenador 2 disminuyó sus comportamientos punitivos y el entrenador 4 aumentó sus comportamientos de apoyo. Por lo tanto, los resultados demostraron que tres de los cuatro entrenadores lograron aumentar las conductas positivas y disminuir las negativas.

En cuanto a los resultados de los efectos del PAPE en el compromiso, todos los jugadores manifestaron el deseo y la decisión de seguir jugando a fútbol, ya

que su compromiso se mantiene elevado antes y después de la intervención. La disminución del nivel de compromiso sólo es significativa para el equipo 1, bajando medio punto, aunque el compromiso se mantiene elevado.

Respecto a la variable diversión, los jugadores consideraron que se divierten menos después de la intervención, a un nivel medio. Antes de la intervención, consideraban que se divertían entre un nivel medio y elevado y después de la intervención la disminución fue significativa para los equipos 1 y 2. La explicación para el resultado del equipo 2, puede estar relacionada con la presión para mantener la categoría o el hecho de que el entrenador no programara sus entrenamientos de forma variada y divertida. Si bien el equipo 2 logró su objetivo de resultado (mantener la categoría) quizás eso pudo traer implicaciones negativas al nivel de diversión, ya que el foco de los entrenamientos y partidos estaba en el resultado final. Considerando los resultados conductuales, los entrenadores de los dos equipos (1 y 2) después de la intervención aumentaron sus conductas de apoyo y no presentaban un estilo punitivo, lo que nos lleva a excluir el estilo del entrenador como una de las razones para la disminución de diversión (Sousa y cols., 2006).

De acuerdo con los resultados referentes a las alternativas a la implicación los jugadores del presente estudio no consideraron que otras actividades en las cuales podrían implicarse fuesen más atractivas que la practica del fútbol. Excepto los jugadores del equipo 4, que cambiaron su opinión al final de la temporada, considerando que podrían existir otras actividades en las cuales se podrían implicar. Este resultado significativo para el equipo 4 no parece indicar un claro conflicto de intereses entre el fútbol y otra(s) actividad (es), no teniendo consecuencias en el abandono del club o del deporte, registrándose apenas dos bajas. Las medias obtenidas por los cuatro equipos en relación a la escala de alternativas es similar a la media obtenida (2.49) por las gimnastas del estudio de Weiss y Weiss (2007) de mas nivel competitivo y con mas edad (14.5 – 18 anos). Esto se puede deber a que nuevas actividades propias de la edad (ej. salir con amigos, eventos escolares) ganen mas interés en relación al deporte.

Los jugadores del equipo 1 se divierten y se comprometen significativamente menos al final de la temporada y perciben otras actividades como más atractivas. El hecho de que estén menos comprometidos puede deberse al hecho de que percibieron menos diversión en el fútbol. La disminución de la diversión a lo largo de la temporada está relacionada con la perdida de deseo y decisión de seguir practicando el deporte (Carpenter y Coleman, 1998; Carpenter y Scanlan, 1998). El hecho de que el equipo 1 sea el

segundo equipo con mayor número de jugadores que se cambiaron de club corrobora, en parte, este resultado. Además, los resultados medios de compromiso, diversión y alternativas a la implicación de los jugadores del equipo 1 se parecen a los obtenidos por el grupo de deportistas considerados "vulnerables" o al grupo de "atrapados" (Weiss y Weiss, 2006). Aunque queden variables por analizar en este estudio (costes e inversiones) para estudiar los diferentes tipos de compromiso, los deportistas "atrapados" son los que más probabilidad presentan de interrumpir y dejar la práctica deportiva y los "vulnerables" los que están más susceptibles a los cambios.

Los resultados pueden parecer un poco contradictorios entre el nivel de compromiso y los factores determinantes, diversión y alternativas a la implicación, pero pueden explicarse a luz de los resultados de Weiss y Weiss (2007) que estudiaron el compromiso en gimnastas de diferentes edades y niveles competitivos. Encontraron diferencias de niveles de diversión en las gimnastas de edades diferentes, a medida que avanza la edad los niveles de diversión bajan, las adolescentes se divierten menos que las niñas. Este dato es consistente con la investigación en la motivación intrínseca (Weiss y Ferrer-Caja, 2002), a medida que aprenden más del deporte van perdiendo la curiosidad y, consecuentemente, el interés y diversión. Respecto al nivel competitivo también se observan diferencias, cuanto mayor es el nivel competitivo menos sensaciones de placer experimentan, así como actividades escolares relacionadas con futuras profesiones pueden ganar importancia en la adolescencia principalmente en el caso que el deporte actual no sea un objetivo de futuro. Los jugadores de fútbol participantes en este estudio cumplían parte de las características de las participantes del estudio de Weiss y Weiss (2007), en cuanto a edad y nivel competitivo, excluyendo el hecho de que son todos varones. Son necesarios más estudios para analizar las diferencias o semejanzas del compromiso entre chicos y chicas deportistas.

La necesidad de explorar las consecuencias del compromiso, es decir, investigar cuál la conducta posterior a la expresión de su deseo y decisión, si el deportista sigue o abandona el deporte de acuerdo con su nivel de compromiso, ha sido remarcada por Carpenter y Coleman (1998). Weiss y Weiss (2006) muestran una relación entre el compromiso y la participación continuada, porque el 86.3% de las gimnastas participantes en el estudio compiten en el mismo deporte al cabo de un año. Un total de 94.6% de continuidad de los jugadores de fútbol, al cabo de 3 meses, se ha obtenido en el presente estudio con un nivel de compromiso de valores elevados.

En cuanto a las cifras del abandono deportivo, los resultados son indiscutiblemente positivos puesto que no corroboran los resultados de los estudios clásicos, resumidos por Cruz (2001), y que refieren tasas elevadas de abandono deportivo. Quizás este resultado se relacione con el hecho de que los datos fueron tomados de acuerdo con la definición acotada de abandono deportivo, separando el abandono del deporte en general del cambio de club o deporte (Cruz, 2001). Para que los datos puedan poner de manifiesto la realidad, la definición acotada y consecuente recogida de datos, ha sido una de las sugerencias en los estudios más recientes sobre el abandono deportivo.

La potencia explicativa de este estudio queda limitada por la ausencia de un grupo control así pues los cambios producidos pueden deberse no solo al PAPE sino también a otras variables contextuales tales como el periodo de competición o la misma clasificación de los equipos. Otras limitaciones del estudio no nos permiten analizar más en detalle algunas cuestiones y deberán tenerse en cuenta en futuras investigaciones. Una de ellas es el análisis de las diferentes razones por las cuales los jugadores abandonan el fútbol o cambian de club. Las entrevistas para obtener estos datos fueron realizadas a los entrenadores que proporcionaron la información que tenían de sus jugadores. En futuras investigaciones debe considerarse la realización de entrevistas dirigidas a los jugadores no solo sobre los motivos del abandono del deporte, que vienen siendo analizados en diferentes estudios (Checchini, Méndez, y Muñiz, 2002; Ommundsen y Vaglum, 1997) sino también sobre los motivos de cambio de club o de deporte. Además, permitirá analizar si el compromiso se predice por diferentes factores en función de la continuidad o el abandono deportivo.

La coincidencia de la fase de post-intervención con el final de la temporada en un nivel competitivo alto como el de los jugadores participantes en este estudio puede interferir con los resultados relativos a los efectos de la intervención. En primer lugar sería interesante analizar si hay variaciones en el compromiso dependiendo de diferentes momentos de la temporada y de los factores que distinguen estos momentos, como, por ejemplo, la clasificación en la liga.

Cervelló, Escartí y Guzman (2007) analizaron el abandono deportivo proponiendo un modelo que pretende determinar las variables predictoras del abandono deportivo, indicando la orientación al ego y una baja habilidad percibida como factores predictores del abandono. En el mismo sentido, para comprender mejor el compromiso deportivo es necesario investigar si existen otros factores predictores del compromiso deportivo. De hecho, Weiss y Weiss

2007 demuestran que para las gimnastas adolescentes la habilidad percibida es uno de los predictores del compromiso. Sería interesante estudiar al respecto la orientación de metas y su influencia en la continuidad de la practica deportiva, existiendo solo un estudio preliminar (Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamarin, Borrás, Palou, y Cruz, 2007) en el que la orientación a la tarea resultó ser un fuerte predictor del compromiso.

El hecho de que los participantes sean todos jugadores de fútbol, varones y del mismo nivel competitivo no nos permite hacer comparaciones entre deportes, géneros o niveles competitivos. Faltan estudios que indaguen sobre las diferencias entre los diferentes grupos de deportistas.

Para concluir, es importante subrayar que conociendo los diferentes factores que afectan al compromiso, las intervenciones pueden desarrollarse de forma más específica con el fin de modificar estos factores, tal como sugieren Weiss y Weiss (2006) con el apoyo entrenadores y padres. Estos pueden tener bajo su control algunos de estos factores, como por ejemplo, la orientación a la tarea o la diversión bajo el control del entrenador (Cervelló y cols., 2007) o el apoyo social bajo el control de los padres. Sería importante introducir estos factores en el PAPE, adaptándolos también a las necesidades individuales de cada entrenador.

AGRADECIMIENTOS

⁽¹⁾ Este trabajo se realizó gracias a las subvenciones del Ministerio de Educación y Ciencia: DEP 2006-56013 y SEJ2007-64528PSIC

REFERENCIAS

- AMES, C., Y ARCHER, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80, 260-267.
- BANDURA, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84,191-215.
- BANDURA, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- BARNETT, N.P., SMOLL, F.L., Y SMITH, R.E. (1992). Effects of enhancing coach-athlete relationships on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, 6, 111-127.
- BOIXADÓS, M., Y CRUZ, J. (1999). Intervención conductual en entrenadores de fútbol alevines. En F. Guillen (Ed.). *La psicología del deporte al final del milenio*. (pp.423-431). Las Palmas de Gran Canaria: Servicio Publicaciones de la Universidad.

- BUTCHER, J., LINDNER, K.J., Y JOHNS, D.P. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective tenyear study. *Journal of Sport Behavior*, 25, 145-163.
- CARPENTER, P.J., Y COLEMAN, R. (1998). A longitudinal study of elite youth cricketers' commitment. *Journal of Sport Psychology*, 29, 195-210.
- CARPENTER, P. J., Y SCANLAN, T. K. (1998). Changes over time in the determinants of Sport Commitment. *Pediatric Exercise Sciences*, 10, 356-365.
- CERVELLÓ, E., ESCARTI, A. Y GUZMAN, J.F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19, 65-71.
- CECCHINI, J.A., MENDEZ, A., Y MUÑIZ, J. (2002). Motives for practicing sport in Spanish schoolchildren. *Psicothema*, 14, 523-531.
- Conroy, D.E y Coatsworth, J.D. (2006). Coach training as a strategy for promoting youth social development. *The Sport Psychologist*, 20, 128-144.
- CRUZ, J. (1994). El asesoramiento psicológico a entrenadores: experiencia en baloncesto de iniciación. *Apunts. Educació Física i Esports*, 35, 5-14.
- CRUZ, J. (2001). Factores motivacionales en el deporte infantil y asesoramiento psicológico a entrenadores y padres. En J. Cruz (Ed.), *Psicología del Deporte* (pp. 147-176). Primera Reimpresión. Madrid: Síntesis.
- CUMMING, S.P., SMITH, R.E., Y SMOLL, F.L. (2006). Athlete-perceived coaching behaviours: relating two measurement traditions. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 205-213.
- DUDA, J.L. (2001). Goal perspectives research in sport: pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise*. (pp. 129-182). Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- DUDA, J.L., Y BALAGUER, I. (2007). Coach-created motivational climate. En S. Jowet y D. Lavallee (Eds.). *Social Psychology in Sport*. (pp. 117-130). Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- GOULD, D., FELTZ, D., HORN, T., Y WEISS, M. (1982). Reasons for discontinuing involvement in competitive youth swimming. *Journal of Sport Behavior*, 5, 155-165.
- GONZÁLEZ, G., TABERNERO, B., Y MÁRQUEZ, S. (2000). Análisis de los motivos para participar en fútbol y en tenis en la iniciación deportiva. *Motricidad*, 6, 47-66.
- HARRISON, P.A. Y NARAYAN, G. (2003). Differences in behavior, psychological factors, and environmental factors associated with participation in school sports and other activities in adolescence. *Journal School Health*, 73, 113-120.
- OMMUNDSEN, Y., Y VAGLUM, P. (1997). Competence, perceived importance of competence and drop-out from soccer: a study of young players. *Scandinavian Journal Medicine Science Sports*, 7, 373-383.
- ORLICK, T. (1974). The athletic dropout: a high price for inefficiency. *Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation Journal*, Noviembre-Diciembre, 21-27.
- POOLEY, J.C. (1980). Drop outs. *Coaching Review*, 3, 36-38.

- RAEDEKE, T.D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 396-417.
- RAEDEKE, T.D. (2004). Coach commitment and burnout: A one-year follow-up, *Journal of Applied Sport Psychology*, 16 (4), 333-349.
- RYAN, E.L., Y DECI, R.M. (2000). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- SALGUERO, A., GONZALEZ-BOTO, R., TUERO, C., Y MARQUEZ, S. (2003). Identification of dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 43 (4), 530-534.
- SCANLAN, T.K., CARPENTER, P.J., SCHMIDT, G.W., SIMONS, J.P., Y KEELER, B. (1993). An Introduction to the Sport Commitment Model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 1-15.
- SCANLAN, T.K., SIMONS, J. P., CARPENTER, P. J., SCHMIDT, G. W., Y KEELER, B. (1993). The sport commitment model: Measurement development for the youth-sport domain. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 16-38.
- SCANLAN, T.K., RUSSELL, D.G., BEALS, K.P., Y SCANLAN, L.A. (2003). Project on elite athlete commitment (PEAK):II. A direct test and expansion of the Sport Commitment model with elite amateur sportsmen. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 377-401.
- SCANLAN, T.K., RUSSELL, D.G., WILSON, N.C., Y SCANLAN, L.A. (2003). Project on elite athlete commitment (PEAK):I. Introduction and Methodology. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 360-376.
- SMITH, R.E., y SMOLL, F.L. (1997a). Coaching the coaches: Youth sports as a scientific and applied behavioural setting. *Current Directions in Psychological Science*, 6, 16-21
- SMITH, R.E., Y SMOLL, F.L. (1997b). Coach-mediated team building in youth sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 114-132.
- SMITH, R.E., Y SMOLL, F.L. (2002). *Way to go coach! A scientifically proven approach to coaching effectiveness*. (2nd ed.). Portola Valley, CA.: Warde.
- SMITH, R.E., Y SMOLL, F.L. (2007). Social-cognitive approach to coaching behaviours. En S. Jowet y D. Lavallee (Eds.). *Social Psychology in Sport*. (pp. 75-90). Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- SMITH, R.E., SMOLL, F.L., Y BARNETT, N.P. (1995). Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *Journal of Applied Development Psychology*, 16, 125-142.
- SMITH, R.E., SMOLL, F.L., Y CUMMING, S. P. (2007). Effects of a motivational climate intervention for coaches on young athletes' sport performance anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 39-59.
- SMITH, R.E., SMOLL, F.L., Y CUMMING, S. P., GROSSBARD, J.R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The sport anxiety scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 479-501.

- SMITH, R.E., SMOLL, F.L., Y CURTIS, B. (1979). Coach effectiveness training: a cognitive behavioural approach to enhancing relationship skills in youth coaches. *Journal of Sport Psychology*, 1, 59-75.
- SMOLL, F.L., Y SMITH, R.E. (2006). Enhancing coach-athlete relationships: Cognitive-behavioral principles and procedures. En J. Dosil (Ed.). *The Sport Psychologist's Handbook* (pp.19-37). England: John Wiley & Sons.
- SMOLL, F.L., SMITH, R.E., Y CUMMING, S.P. (2007). Effects of a motivational climate intervention for coaches on changes in young athletes' achievement goal orientation. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 1, 23-46.
- SOSA, C., CRUZ, J., TORREGROSA, M., VILADRICH, C., Y VILLAMARIN, F. (2007). Eficacia del Programa de Asesoramiento Personalizado a Entrenadores (PAPE): Efectos en las conductas de los entrenadores y la percepción de los jugadores. Poster presentado al *V World Congress of Behavioural & Cognitive Therapies*, Barcelona.
- SOSA, C., CRUZ, J., TORREGROSA, M., VILCHES, D., Y VILADRICH, C. (2006). Evaluación conductual y programa de asesoramiento personalizado a entrenadores (PAPE) de deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 15, 263-278.
- SOSA, C., TORREGROSA, M., VILADRICH, C., VILLAMARIN, F., BORRÁS, P.A., PALOU, P., Y CRUZ, J. (2007). Goal Orientation and its influence in Sport Commitment. In Y. Theodorakis, M. Goudas & A. Papaioannou (Eds.), *Book of Abstracts of the 12th European Congress of Sport Psychology* (pp. 375). Halkidiki: Greece.
- SOSA, C., TORREGROSA, M., VILADRICH, C., VILLAMARÍN F., Y CRUZ, J. (2007). The commitment of young soccer players. *Psicothema*, 19(2), 256-262.
- SPSS (2005). *SPSS 14.0 Base User's Guide (Versión 14.0)*. NY: Prentice Hall.
- WEINBERG, R.S. Y GOULD, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, Ill.: Human Kinetics. Traducción: *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.
- WEISS, M.R., Y FERRER-CAJA, E. (2002). Motivational orientations and sport behavior. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2nd ed., pp. 101-183). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M.W., y Weiss, M.R. (2006). A longitudinal analysis of commitment among competitive female gymnasts. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 309-323.
- Weiss, M.W., y Weiss, M.R. (2007). Sport commitment among competitive female gymnasts: A development perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78 (1), 90-102.