

**Título: Variables motivacionales, ansiedad estado y experiencia autotélica según el género en jóvenes jugadores de Bádminton de Extremadura.**

**Title: Motivational variables, state anxiety and autotelic experience according to gender in young Badminton players from Extremadura.**



Autor: Julián Martín Garde. Correo electrónico: [jmgdrosera@gmail.com](mailto:jmgdrosera@gmail.com).

## **Resumen.**

El objetivo del trabajo fue analizar la relación entre las formas de motivación autodeterminadas, las necesidades psicológicas básicas (NPB), la ansiedad estado precompetitiva, la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo en jóvenes jugadores de bádminton de Extremadura. Además, se hallaron las diferencias según el género en una muestra de 65 jugadores (39 chicos y 26 chicas) de categoría sub 15 y sub 17, ( $M = 15.54$ ,  $DT = .97$ ), de 13 clubes de bádminton de Extremadura. Los resultados mostraron correlaciones positivas y significativas entre las formas de motivación más autodeterminadas y las NPB de competencia y relaciones sociales, y negativa y significativa de la NPB de autonomía con la desmotivación. Hallamos diferencias significativas en las variables de regulación externa, desmotivación y dirección de la autoconfianza con valores superiores en el género masculino con respecto al femenino. Según los resultados es fundamental que los entrenadores realicen intervenciones para mejorar la satisfacción de la NPB de autonomía, controlar los niveles de ansiedad estado y mejorar la autoconfianza, dotando de mayor responsabilidad a los jugadores en el aprendizaje y en la elección de las tareas, favoreciendo de este modo las formas de motivación más autodeterminadas y obteniendo así consecuencias positivas para la práctica y el rendimiento deportivo en bádminton.

Palabras clave: Teoría de la autodeterminación, ansiedad estado, flow, género, bádminton.

## **Abstract.**

The objective of the study was to analyze the relationship between self-determined motivational forms, basic psychological needs (NPB), precompetitive state anxiety, self-confidence, post-competition autotelic experience and subjective performance perception in young badminton players from Extremadura. In addition, the gender differences were found in a sample of 65 players (39 boys and 26 girls) at the sub 15 and sub 17 categories, ( $M = 15.54$ ,  $DT = .97$ ), from 13 badminton clubs from Extremadura. The results showed positive and significant correlations between the more self-determined forms of motivation and the NPBs of competence and social relations, and significant negative NPB of autonomy with the demotivation. We found significant differences in the variables of external regulation, demotivation and direction of self-confidence with higher values in the masculine gender compared to the feminine. Based on the results it is essential that the coaches perform interventions to improve the satisfaction of the NPB of autonomy, control the levels of state anxiety and improve self-confidence, Responsibility to the players in the learning and in the choice of the tasks, favoring in this way the forms of motivation more self-determined and obtaining positive consequences in the practice and the sport performance in badminton.

Key words: Theory of self-determination, anxiety state, flow, gender, badminton.

## **1. Introducción.**

El bádminton es un deporte de raqueta en auge pero tan sólo cuenta en España con 6.505 jugadores federados (FESBA, 2017). La evolución del bádminton es lenta y actualmente los éxitos de Carolina María Marín Martín, triple campeona del mundo en 2014, 2015 y 2018 está impulsando ésta disciplina deportiva. Actualmente, es la campeona de la Olimpiada de Río 2016, y quinta jugadora del ranking mundial (BWF, 2018) habiendo sido primera de este ranking mundial (BWF, 2015) fomentando significativamente el interés por este deporte de raqueta en toda España.

Sin embargo, en bádminton al igual que en el padel hay escasez de investigaciones acerca de las relaciones que se establecen entre las variables psicológicas del jugador (Barquín y García, 2008), y cómo éstas afectan a su rendimiento deportivo. Existen numerosos trabajos acerca de los aspectos físicos, técnicos y tácticos del bádminton (Fernández-Río y Méndez, 2011; Alcaraz y Bernardino, 2014), pero son escasas las investigaciones acerca de los aspectos psicológicos del jugador de bádminton, por lo que adquiere un creciente interés abordar este estudio.

Ésta investigación analizó en cuanto al género las diferencias y la relación entre las variables psicológicas de los jugadores de bádminton en función del género en Extremadura respecto a las formas de motivación autodeterminadas, las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relaciones sociales), la ansiedad estado pre-competitiva, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo.

La base teórica de la investigación es la Teoría de la autodeterminación (TAD) (Deci y Ryan, 1985). La TAD propone un continuo de autodeterminación que va de las conductas menos autodeterminadas a las más autodeterminadas. Por un lado, se encuentra la desmotivación que hace referencia a la ausencia de motivación. Después está la regulación externa que evidencia aquellas conductas que son controladas por fuentes externas, tales como refuerzos materiales u obligaciones impuestas por otros; la regulación introyectada que se refiere a la internalización de las presiones externas, pero no asimiladas como algo de uno mismo; la regulación identificada que se refiere a la conducta juzgada como importante, y aunque la actividad se realiza todavía por motivos extrínsecos, la conducta es internamente regulada y autodeterminada; la regulación integrada cuando la motivación es coherente con otros valores y necesidades del individuo, y finalmente la motivación intrínseca se refiere a la conducta generada por el interés, curiosidad, satisfacción y el placer inherente a la propia actividad siendo el prototipo de la autodeterminación (Deci y Ryan, 2000; Ryan y Deci, 2007).

Con el objetivo de mejorar la TAD, (Vallerand, 1997; Vallerand y Rosseau, 2001) propusieron un modelo en el que se integran los distintos constructos de la motivación y estos dieron lugar al modelo jerárquico de la motivación (MJM). El MJM explica las conductas deportivas del sujeto en función del tipo de motivación predominante. Consideraron tres niveles de motivación relacionados entre sí:

motivación a nivel global, aquella que tiene una persona en su vida en general; motivación contextual, aquella que tiene el sujeto en un contexto determinado; y motivación situacional; la que se tiene en un momento dado y en una actividad concreta. Este modelo establece que los aspectos sociales van a condicionar los niveles de motivación del deportista en función de la satisfacción de las NPB (competencia, autonomía y relaciones sociales). Estas son innatas, universales y esenciales para la salud y bienestar. La NPB de competencia se basa en tratar de controlar el resultado y experimentar eficacia. La NPB de autonomía está satisfecha cuando la participación del sujeto es por voluntad propia. La NPB de relación con los demás hace referencia al interés por relacionarse y preocuparse por otros, así como sentir que los demás tienen una relación auténtica con uno mismo, experimentando satisfacción con el mundo social (Deci y Ryan, 1991). Es necesario conocer el estado de satisfacción de las NPB del deportista, y también mejorarlas para aumentar la motivación intrínseca, y evitar el predominio de motivaciones extrínsecas y la desmotivación. De este modo sus consecuencias, ya sean de tipo afectivo, cognitivo o comportamental, podrán situarse en niveles adecuados en función del grado de autodeterminación y de satisfacción de las NPB (Deci y Ryan, 2000). En nuestro estudio, las consecuencias de estas variables motivacionales son los constructos de ansiedad estado somática y cognitiva, la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción subjetiva del rendimiento deportivo.

De este modo, una consecuencia de gran interés es la ansiedad, entendida como una adaptación inadecuada del sujeto a una situación específica y que incrementa el nivel de activación y altera el funcionamiento emocional (García-Mas et al., 2011). Tiene al menos dos dimensiones: ansiedad rasgo, fuera del ámbito de esta investigación y que hace referencia a una situación continuada, y ansiedad estado que será uno de los aspectos objeto de ésta investigación y que hace referencia a situaciones puntuales en momentos de competición (Garcés de Los Fayos y Díaz, 2013). La ansiedad somática hace referencia a los aspectos fisiológicos, y la cognitiva se refiere a aspectos como la preocupación o la pérdida de concentración (Martens, Vealey y Burton, 1990). Además, se diferencia, entre la intensidad (cantidad de ansiedad) y la dirección (interpretación que hace el sujeto) que puede ser facilitadora o debilitadora (Jones, 1991). Cuando el deportista siente que controla la situación interpreta estos síntomas como facilitadores, y en cambio cuando siente que no controla la situación los siente como debilitadores. La intensidad de los síntomas de la ansiedad no siempre es perjudicial para el rendimiento deportivo, más bien, depende de cómo la interprete el deportista, si como favorable o como perjudicial (Jones, 1991).

Otra de las consecuencias, es la autoconfianza que es la creencia o el grado de seguridad que poseen los individuos sobre su capacidad para ser exitosos en el deporte (Weinberg y Gould, 2010). Aspectos positivos para el control y modulación de la ansiedad son aumentar los niveles de autoconfianza y de motivación autodeterminada que influirán de modo positivo en el rendimiento deportivo.

Otra de las variables psicológicas que influyen en el rendimiento del deportista es el flow. Csikszentmihalyi (1975) define el estado de flow como un sentimiento de completa armonía, absorción total con la actividad realizada de forma tal que la motivación intrínseca y el placer de realizarla es la principal fuerza que dirige la participación en la tarea motriz. El flow se compone de nueve factores, siendo uno de los más representativos el de experiencia autotélica (Csikszentmihalyi, 1990, 1997). Ésta, es una de las variables que se analiza en esta investigación por su relación con el rendimiento, y se considera como el estado psicológico óptimo que permite al sujeto afrontar la tarea motriz en las mejores condiciones psicológicas (Csikszentmihalyi, 1990, 1993).

La percepción del rendimiento del jugador al finalizar la competición es otro de los constructos analizados en la investigación, ya que hemos medido el rendimiento a través de la satisfacción que el jugador manifiesta haber obtenido tras el partido (Nikbin, Hyun, Iranmanesh y Foroughi, 2014). Tal y como consideran diversos autores (Weiss y Ferrer-Caja, 2002; Roberts, 2001; Duda y Hall, 2000), el rendimiento percibido puede ser observado desde un punto de vista objetivo o subjetivo. Desde la perspectiva del bádminton, podemos enfrentarnos a rivales de nivel deportivo superior perdiendo el partido, mientras que la percepción de rendimiento subjetivo o satisfacción obtenida por el jugador puede ser alta, a pesar del mal resultado.

Después de un repaso de las variables motivacionales y sus constructos pasamos a centrarnos en realizar una revisión de los trabajos de investigación.

En primer lugar, referimos algunos estudios que analizan las relaciones entre las formas de motivación autodeterminadas, la satisfacción de las NPB, la ansiedad estado, el flow disposicional y la percepción del rendimiento subjetivo en función de las diferencias según el género.

En estudios realizados por Sarrazín, Vallerand, Guillet, Pelletier y Cury (2002), Edmunds, Ntoumanis y Duda (2006), Standage, Duda y Ntoumanis (2006), Claver, Jiménez, Del Villar, García-Mas y Moreno (2015), establecieron en sus resultados una correlación positiva entre la satisfacción de las NPB y la motivación intrínseca desde la perspectiva de la TAD. Un estudio en atletas y esgrimistas de Gillet, Berjot, Vallerand, Amoura y Rosnet (2010), determinó que a mayores niveles de motivación autodeterminada mayor era el rendimiento.

Maïano, Ninot, y Billard (2004), encontraron en deportistas adolescentes franceses mayores niveles de competencia en hombres que en mujeres. Otros estudios, Gillet, Rosnet y Vallerand (2008) en una investigación con 288 atletas que analizó las variables motivacionales y las NPB en deportistas de diferente nivel y género y encontraron que las mujeres se sentían menos competentes y tenían niveles más bajos en conductas de regulación externa que los hombres. Además, este estudio con atletas de competición y del ámbito recreativo halló que son mayores los niveles de autonomía, relaciones sociales y motivación intrínseca en las mujeres que en los hombres.

En otro estudio Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva y García-Calvo (2014) analizaron la satisfacción de las NPB en función del género. La muestra fueron 1897 jugadores de baloncesto, balonmano, fútbol y voleibol (1378 chicos y 519 chicas). Y los resultados, evidenciaron que los chicos presentaron mayores puntuaciones en todos los tipos de motivación, así como una percepción de competencia mayor que las féminas.

En cuanto a las diferencias en función del género y la modalidad deportiva en deportistas de élite, Gené y Latinjak (2014) obtuvieron resultados que indicaban que el género femenino tenía más satisfecha la NPB de relación y una mayor motivación integrada, y que el género masculino se preocupó más por la remuneración económica (motivación de regulación externa).

Por otra parte, son cada vez más numerosos los estudios que analizan la ansiedad estado precompetitiva en función del género y edad, tanto en deportes colectivos como individuales.

Estudios realizados con jugadores de bádminton Eubank, Smith, y Smethurst (1995), y gimnastas Tsopani, Dallas y Skordilis (2011) estimaron que mantener bajos niveles de ansiedad con una percepción direccional facilitadora podría ser la respuesta más adecuada para predecir un óptimo rendimiento en competición.

Otros autores, León-Prados, Fuentes y Calvo (2011), analizaron las diferencias en los niveles de ansiedad en gimnastas de distinto género, edad y nivel competitivo ante una competición importante. Los resultados indicaron que los hombres tuvieron mayores niveles de autoconfianza que las mujeres, siendo este factor facilitador del rendimiento en competición. Igualmente, los niveles de ansiedad cognitiva también fueron mayores en el género masculino. No se encontraron diferencias significativas entre los niveles e interpretación de la ansiedad y autoconfianza cuando se evaluaron en dos competiciones de diferente importancia.

Montero, Moreno, González, Pulido y Cervelló (2012) en una investigación con judocas españoles analizaron las diferencias en la ansiedad precompetitiva por género, categoría y nivel competitivo. Encontraron diferencias según la edad obteniendo que los síntomas se interpretaron como más positivos en la ansiedad somática y menos negativos para la ansiedad cognitiva por parte del grupo adultos. No se apreciaron diferencias en la autoconfianza en función del género.

En un estudio de Ruiz-Juan y Zarauz (2013) analizaron la ansiedad precompetitiva y las diferencias en la ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza en función del sexo encontrando valores medios en ansiedad estado precompetitiva cognitiva y somática, y altos en autoconfianza. La muestra fue de 401 atletas de ambos géneros y edades comprendidas entre los 35 y 75 años. Los resultados reflejaron diferencias significativas, ya que el género femenino mostró más altos los niveles de ansiedad somática que el masculino, y la autoconfianza resultó mayor en el género masculino respecto al femenino.

En Ruiz-Juan, Zarauz, y Flores-Allende (2015) con una muestra de 1795 corredores de fondo investigaron los niveles de ansiedad. La ansiedad resultó alta en relación con la motivación extrínseca, y la autoconfianza fue elevada en relación con las formas de motivación más autodeterminadas. Además, se obtuvieron diferencias significativas respecto a la autoconfianza que fueron mayores en el género masculino respecto a las féminas.

Así mismo, en un estudio de Abian y Báguena (2015), acerca de los niveles de estrés pre-competitivo en bádminton en adolescentes sub 13 y sub 17, consideró la ansiedad como uno de los aspectos estresantes a nivel mental, resultando por género que las chicas en categoría sub 17 obtuvieron valores significativos superiores de estrés respecto a los chicos.

Recientemente, una investigación de Campos, Valdivia-Moral, Zagalaz, Ortega y Romero (2017) en una muestra de 100 futbolistas analizó distintas variables psicológicas y consideró la habilidad psicológica del control del estrés como aspecto fundamental para evitar la ansiedad y mantener adecuados niveles de autoconfianza en beneficio del rendimiento deportivo.

A continuación, revisamos una serie de investigaciones que analizan la relación del flow con otras variables motivacionales en función del género.

Murcia, Gimeno y Coll (2006) analizaron 413 deportistas de distintos contextos deportivos y edades comprendidas entre los 12 y 16 años obteniendo como resultado que los deportistas con alto índice de autodeterminación presentan un mayor flow disposicional. Además, la motivación intrínseca y extrínseca fue mayor en los más jóvenes y éstas motivaciones predijeron el flow disposicional. No se apreciaron en este estudio diferencias significativas entre el género y las distintas variables analizadas como la edad o los años de práctica deportiva, pero si diferencias significativas respecto a la desmotivación que fue mayor en los chicos respecto a las chicas.

Las investigaciones de Moreno, Cervelló y González-Cutre (2006, 2008) no encontraron diferencias significativas en función del género. En referencia a la edad y flow, Moreno, Cano, González-Cutre, Cervelló y Ruiz (2009), en una investigación con 283 deportistas federados de salvamento deportivo hallaron un mayor flow disposicional en los deportistas de mayor edad en relación con una mayor NPB de autonomía.

Otros estudios, tanto en el ámbito educativo (Cervelló, Moreno, Villodre e Iglesias, 2005; Ferriz y Moreno-Murcia, 2010), como en el deportivo (Claver, Gil, García, Jiménez, y Arroyo, 2012), obtuvieron mayores niveles de flow en el género masculino respecto al femenino. Sin embargo, en otros estudios (Salazar, 2010) se encontraron niveles de flow superiores en el género femenino.

Una investigación de Koehn (2013) sobre una muestra de 59 jugadores de tenis junior estableció una relación positiva y significativa entre la experimentación de flow y

altos niveles de autoconfianza, mientras que elevados niveles de ansiedad se relacionaron con bajos niveles de flow.

Respecto a percepción subjetiva del rendimiento, la investigación de Torregrosa, Roca y López–Torres (2007) en 10 nadadores de élite, a los que midieron motivación, ansiedad, estado de flow y habilidad percibida encontraron diferencias significativas en todas las variables estudiadas. Y hallaron que en las mejores experiencias de rendimiento, los niveles de flow eran elevados obteniendo la variable de experiencia autotélica la puntuación más alta.

Stavrou, Jackson, Zervas y Karteroliotis (2007) en una investigación con 220 atletas analizaron la percepción del rendimiento subjetivo y objetivo y encontraron que existía una relación positiva con altos niveles de flow. Otro estudio de Amado, Leo, Sánchez, Sánchez, y García Calvo (2011) analizó desde la TAD a 96 deportistas de danza, señalando una relación positiva entre la motivación intrínseca y la experimentación de flow disposicional.

A continuación, tras esta revisión de estudios pasamos a formular los objetivos y las hipótesis de investigación.

## **2. Objetivos e hipótesis.**

Los objetivos que nos planteamos alcanzar en el desarrollo de la investigación fueron tres:

### **✚ Objetivos.**

- Analizar las relaciones entre las formas de motivación autodeterminadas, las NPB de competencia, autonomía y relaciones sociales, la intensidad y dirección de la ansiedad estado cognitiva, somática y autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo.
- Analizar las diferencias en función del género en las formas de motivación autodeterminadas, las NPB de competencia, autonomía y relaciones sociales, la intensidad y dirección de la ansiedad estado cognitiva, somática y la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo.

### **✚ Hipótesis.**

Por consiguiente, en función de estos objetivos las hipótesis planteadas fueron las siguientes:

- Las formas de motivación más autodeterminadas se relacionarán de manera positiva con las NPB de competencia, autonomía y relaciones sociales, la intensidad y dirección de la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo.
- El género masculino obtendrá mayores valores que el género femenino en las formas de motivación más autodeterminadas, en la NPB de competencia, en la



intensidad y dirección de la autoconfianza, en la experiencia autotélica y en la percepción del rendimiento subjetivo.

### 3. Método.

#### 3.1. Diseño de investigación.

Se trató de un estudio descriptivo correlacional de corte transversal sin manipulación de las variables, y enfocado a la observación de las mismas en situaciones reales (Cubo, Martín, y García, 2011).

#### 3.2. Muestra.

La muestra estuvo compuesta por 65 sujetos todos ellos jugadores adscritos a la Federación Extremeña de Bádminton (FEXBA). El muestreo fue intencional por conglomerados (Azorín y Sánchez-Crespo, 1986) siendo todos los jugadores de categoría sub 15 y sub 17, y su número variable entre los diferentes clubes. Distribuidos en 39 jugadores del género masculino y 26 del género femenino. La muestra se distribuye en 15 chicos y 12 chicas en categoría sub 15. Y 24 chicos y 14 chicas en categoría sub 17. Características de la muestra ( $M= 15.54$ ,  $DT= .97$ ) La edad media de los jugadores participantes en el estudio ha sido de 15.54 años. Horas de entrenamiento semanal ( $M= 3.52$ ,  $DT= 1.22$ ). Años de práctica de bádminton ( $M= 3.46$ ,  $DT= 2.02$ ). Años como jugador federado ( $M= 2.97$ ,  $DT= 1.71$ ). Participaron en el estudio un total de 13 clubes de bádminton, cinco de Cáceres y ocho de Badajoz.

Muestra objeto de estudio.				
Nº	Club	Localidad	Provincia	Jugadores
1	"Cura Mora"	Villanueva de la Vera	Cáceres	9
2	A.D.Tenis Mesa"	Cáceres	Cáceres	2
3	AD Bádminton Coria	Coria	Cáceres	2
4	CP Montehermoso	Montehermoso	Cáceres	12
5	CD Parque Monfraque	Plasencia	Cáceres	2
6	EMD Montijo	Montijo	Badajoz	9
7	Ntra. Sra. Carmonita	Carmonita	Badajoz	8
8	AD Sta. Quiteria	Nava de Santiago	Badajoz	2
9	A.D. Obandina	Puebla de Obando	Badajoz	2
10	Bádminton Asociación MUNDXT	Los Santos de Maimona	Badajoz	5
11	A.C. Vegas Altas	Villanueva de la Serena	Badajoz	2
12	CD Inicia	Villanueva de la Serena	Badajoz	9
13	Club Multideportivo "ARIS"	Almendralejo	Badajoz	1

TRABAJO FIN DE MÁSTER. JULIÁN MARTÍN GARDE.  
RELACIÓN ENTRE VARIABLES MOTIVACIONALES, ANSIEDAD Y EXPERIENCIA AUTOTÉLICA EN JÓVENES JUGADORES DE BÁDMINTON DE EXTREMADURA.

Total 65



### **3.3. Variables.**

Las variables analizadas en este estudio descriptivo correlacional han sido: los niveles de motivación autodeterminada (motivación intrínseca general, motivación intrínseca conocimiento, motivación intrínseca estimulación, regulación integrada, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa, desmotivación), las NPB (competencia, autonomía y relaciones sociales), intensidad de la ansiedad estado somática, intensidad de la ansiedad estado cognitiva, intensidad de la autoconfianza, dirección de la ansiedad estado somática, dirección de la ansiedad estado cognitiva, dirección de la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo.

### **3.4. Instrumentos de medida.**

Motivación autodeterminada: el instrumento utilizado fue el Cuestionario de la Regulación Conductual en el Deporte. Se utilizó la Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ) de Lonsdale et al. (2008) validado al contexto español por Moreno et al. (2011). Está compuesto por 36 ítems que miden 9 factores (motivación intrínseca general, motivación intrínseca conocimiento, motivación intrínseca hacia la estimulación, motivación intrínseca hacia la consecución, regulación integrada, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa y desmotivación). Sus ítems son evaluados por una escala Likert del 1 (nada verdadero) al 7 (muy verdadero).

Necesidades Psicológicas Básicas: el instrumento utilizado fue la Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale (PNSE) de Wilson et al. (2006) validada al español por Moreno, Marzo, Martínez y Conte (2011). La escala PNSE utiliza 18 ítems, seis para evaluar cada uno de los tres factores: competencia, autonomía y relaciones sociales que son puntuados de 1 a 6.

Ansiedad estado competitiva: utilizamos el Revised Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2R), de Cox, Martens y Russell (2003) validado y traducido al español por Andrade, Lois y Arce (2007). Éste instrumento evalúa la ansiedad previa a la competición a través de seis factores: intensidad y dirección de la ansiedad somática, intensidad y dirección de la ansiedad cognitiva, e intensidad y dirección de la autoconfianza. Está constituido por 17 ítems organizados en dos columnas, la primera de 1 a 4 puntos mide la intensidad del ítem y la segunda de -3 a +3 mide su dirección.

Experiencia autotélica post-competición: utilizamos como instrumento para medir el sentimiento de disfrute del jugador a través del flow disposicional medido con la traducción al español de la Dispositional Flow Scale-2, Jackson y Eklund (2002) validada al español por González-Cutre, Sicilia, Moreno y Fernández-Balboa (2009). Compuesta por 4 ítems y una escala de 1 a 5.

Percepción del rendimiento subjetivo: se utilizó una Escala de Satisfacción del Rendimiento percibido por el jugador tras el partido para medir su grado de satisfacción mediante ítems del tipo “Tu rendimiento en el partido de hoy ha sido...”. Este ítem ha sido utilizado en investigaciones previas (Nikbin et al., 2014). Escala tipo Likert de 1 a 10 puntos.

### **3.5. Procedimiento.**

La investigación se estructuró en varias fases secuenciales. La fase previa consistió en la toma de contacto con la FEXBA y con los responsables de los clubes de bádminton de Extremadura, que facilitaron el consentimiento informado para los jugadores menores de edad, y el estudio y la asistencia a las competiciones para la recogida de datos “in situ”. Se informó del anonimato de los datos y la participación en la investigación fue voluntaria. En periodo de entrenamiento se aplicaron la Escala BRSQ y PNSE referidas a las variables motivacionales de los jugadores (motivación intrínseca, extrínseca, regulación externa y desmotivación) y NPB (competencia, autonomía y relaciones sociales). Posteriormente, en competición se pasó el CSAI-2R con carácter previo al partido, y tras su finalización el cuestionario de flow con el factor experiencia autotélica post-competición y percepción del rendimiento por el jugador tras el partido. Se acudió a diferentes competiciones de carácter provincial (Garrovillas de Alconéjar y Almendralejo) y a la fase final de los JUDEX en Badajoz. Se dispuso de un lugar destacado con mobiliario suficientemente cómodo en el pabellón para cumplimentar los cuestionarios.

Se procedió a registrar los datos de la muestra en el programa estadístico IBM SPSS Statistics 21.0. Posteriormente, una vez registrada la muestra se realizó un análisis factorial para comprobar la validez de los ítems, y a continuación un análisis de fiabilidad con los que resultaron válidos acorde a la estadística paramétrica dada la normalidad de los datos.

El siguiente paso fue la creación de las variables con aquellos ítems válidos y fiables, y así hallamos los estadísticos descriptivos. A continuación, realizamos un análisis de correlación de Pearson para observar las relaciones entre las variables entre

sí, analizando si era baja, media o alta, positiva o negativa, y si resultaban significativas o no.

Finalmente, se hizo un ANOVA de un factor para hallar las diferencias entre las variables en función del género con el fin de conocer las diferencias entre las variables y su grado de significatividad.

#### 4. Resultados.

Se presentan los resultados producto del análisis de los descriptivos y de la fiabilidad, así como del análisis de correlaciones y el análisis de varianza respecto al género.

##### 4.1. Estadísticos descriptivos y análisis de fiabilidad.

Se pueden observar los estadísticos descriptivos y coeficientes de fiabilidad de las variables descritas en el estudio con el fin de comprobar la consistencia interna de los mismos. Se muestran también la media (*M*) y desviación típica (*DT*) de las variables (tabla 1).

Tabla 1. *Estadísticos descriptivos y análisis de fiabilidad.*

Variabes	Rango	<i>M</i>	<i>DT</i>	Alpha de Cronbach
MIG	1-7	6.66	.55	.72
MIC	1-7	6.26	.70	.74
MIEST	1-7	6.18	.75	.71
MICONS	1-7	6.32	.72	.76
RINTEGR	1-7	5.56	1.14	.83
RIDENT	1-7	5.79	.91	.75
RINTROY	1-7	2.89	1.67	.82
REXT	1-7	1.92	1.33	.83
DESMOT	1-7	2.11	1.44	.78
COMP	1-6	5.21	.75	.92
AUT	1-6	3.95	1.00	.88
RELSOC	1-6	5.35	.73	.78
ASINT	1-4	2.07	.68	.85
ACINT	1-4	2.25	.84	.78
AUTOINT	1-4	3.30	.47	.70
ASDIR	-3 / +3	.23	1.33	.82
ACDIR	-3 / +3	-.16	1.59	.74
AUTODIR	-3 / +3	1.36	1.09	.66
EXP. AUT	1-5	4.00	.83	.88
RDTO	1-10	6.41	1.89	.71

*Nota.* MIG= motivación intrínseca general; MIC= motivación intrínseca conocimiento; MIEST= motivación intrínseca estimulación; RINTEGR= Regulación integrada; RIDENT= regulación identificada; RINTROY= regulación introyectada; REXT= regulación externa; DESMOT= desmotivación; COMP= NPB de competencia; AUT= NPB de autonomía; RELSOC= NPB de relaciones sociales; ASINT= ansiedad somática intensidad; ACINT= ansiedad cognitiva intensidad; AUTOCINT= intensidad de la autoconfianza; ASDIR= dirección de la ansiedad somática; ACDIR= dirección de la ansiedad cognitiva; AUTOCDIR= dirección de la autoconfianza. EXP. AUT= experiencia autotélica. RDTO= percepción del rendimiento.

Se realizó un análisis de consistencia Alpha de Cronbach resultando las variables mayores a 0.70 (Nunnally, 1978). Hay que exceptuar la variable dirección de la autoconfianza con Alpha Cronbach (0.66) que debido al pequeño número de ítems por factor su consistencia interna puede ser marginalmente aceptada (Hair, Anderson, Tatham y Black, 1998).

Las medias más altas se obtuvieron en la motivación autodeterminada (motivación intrínseca general, motivación intrínseca conocimiento, motivación intrínseca estimulación, motivación intrínseca consecución, regulación integrada y regulación identificada), en las NPB de competencia, autonomía y relaciones sociales, así como en experiencia autotélica post-competición y percepción del rendimiento subjetivo. Por el contrario, los valores más bajos se dieron en la dirección de la ansiedad estado somática y cognitiva (valores negativos e interpretación debilitadora) y en la dirección de la autoconfianza.

#### **4.2. Análisis de correlaciones.**

Se realizó un análisis de correlaciones entre las distintas variables del estudio:

Los resultados se muestran en la tabla 2, y expresan una correlación positiva y significativa entre la motivación intrínseca general con la motivación intrínseca conocimiento (.69\*\*), motivación intrínseca estimulación (.54\*\*), motivación intrínseca consecución (.56\*\*), regulación integrada (.24\*) y con la regulación identificada (.36\*). Igualmente, obtuvimos correlaciones positivas y significativas con las NPB de competencia (.44\*\*) y relaciones sociales (.42\*\*). Se estableció correlación negativa y significativa (-.27\*) entre la NPB de relaciones sociales y la desmotivación.

En cuanto a la ansiedad estado se halló correlación positiva y significativa entre la intensidad de la ansiedad estado cognitiva y la motivación de regulación externa (.27\*). Respecto a la dirección de la ansiedad estado cognitiva hallamos correlación negativa y significativa (-.28\*) con la regulación identificada. Y en cuanto a la dirección de la autoconfianza se halló correlación positiva y significativa con la NPB de competencia (.33\*\*).

Respecto a experiencia autotélica post-competición obtuvimos correlación positiva y significativa con relaciones sociales (.28\*), intensidad de la autoconfianza (.26\*), dirección de la ansiedad estado somática (.25\*), y con la dirección de la autoconfianza (.35\*\*). Por último, hallamos correlación positiva y significativa de la percepción del rendimiento subjetivo con la experiencia autotélica post-competición (.71\*\*), y más débil con la NPB de autonomía (.26\*), la dirección de la ansiedad estado somática (.26\*) y la autoconfianza (.30\*). Se estableció por otra parte, correlación negativa y significativa de la percepción del rendimiento subjetivo con la intensidad de la ansiedad estado cognitiva (-.31\*).

Tabla 2. *Análisis de correlaciones.*

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1.MIG																				
2.MIC	.69**																			
3.MIEST	.54**	.67**																		
4.MICONS	.56**	.68**	.63**																	
5.RINTEGR	.24*	.53**	.48**	.53**																
6.RIDENT	.36*	.55**	.36**	.64**	.69**															
7.RINTROY	-.21	.05	-.20	.12	.25*	.25*														
8.REXT	-.25*	-.22	-.23	-.19	.17	.06	.68**													
9.DESMOT	-.22	-.24	-.30*	-.34**	-.04	-.09	.40**	.71**												
10.COMP	.44**	.37**	.16	.30*	.20	.31*	.06	.05	-.24											
11.AUT	-.05	-.02	-.04	.04	.13	.23	-.04	.18	.07	.17										
12.RELSOC	.42**	.40**	.51**	.27*	.48**	.30*	-.17	-.13	-.27*	.28*	.02									
13.ASINT	.04	.02	.16	.04	.01	.11	-.11	-.12	-.04	-.05	-.01	.15								
14.ACINT	.00	-.05	-.03	.08	.05	.19	.22	.27*	.14	.09	-.07	.09	.24							
15.AUTOINT	.16	.12	.03	.20	.07	.17	.17	.16	-.03	.20	.08	.08	-.08	.15						
16.ASDIR	-.04	.05	.05	.02	.09	-.01	.01	.01	-.10	.12	.20	.02	-.56**	-.17	.16					
17.ACDIR	-.09	-.14	.00	-.17	-.16	-.28*	-.09	-.01	.06	-.08	.04	-.19	-.16	-.56**	-.06	.38**				
18.AUTODIR	.10	.16	.13	.23	.12	.20	.09	.12	-.09	.33**	.20	.11	-.25*	-.04	.58**	.52**	.25*			
19.EXP.AUT	.04	.15	.10	.11	.20	.13	-.11	-.16	.00	.00	.15	.28*	-.04	-.24	.26*	.25*	.08	.35**		
20.RDTO	.04	.10	.10	.11	.18	.09	-.09	-.04	.06	.15	.26*	.20	-.17	-.31*	.25*	.26*	.13	.30*	.71*	

\* p < 0.05. \*\* p < 0.01.

*Nota.* MIG= motivación intrínseca general; MIC= motivación intrínseca conocimiento; MIEST= motivación intrínseca estimulación; RINTEGR= Regulación integrada; RIDENT= regulación identificada; RINTROY= regulación introyectada; REXT= regulación externa; DESMOT= desmotivación; COMP= NPB de competencia; AUT= NPB de autonomía; RELSOC= NPB de relaciones sociales; ASINT= ansiedad somática intensidad; ACINT= ansiedad cognitiva intensidad; AUTOCINT= intensidad de la autoconfianza; ASDIR= dirección de la ansiedad somática; ACDIR= dirección de la ansiedad cognitiva; AUTOCDIR= dirección de la autoconfianza. EXP. AUT= experiencia autotélica. RDTO= percepción del rendimiento.

### 4.3. Análisis de varianza en función del género.

Se realizó un análisis de varianza para ver el comportamiento de las variables en función del género. Los resultados indicaron que ambos géneros difieren significativamente en las siguientes variables: motivación de regulación externa, desmotivación y dirección de la autoconfianza. El género masculino obtiene medias mayores en motivación de regulación externa ( $M=2.20$ ), desmotivación ( $M=2.45$ ) y dirección de la autoconfianza ( $M=1.61$ ) respecto del género femenino donde los valores son significativamente menores ( $M=1.51$ ;  $M=1.60$  y  $M=0.98$ ), respectivamente (ver tabla 3).

Los resultados mostraron que el género masculino presentó un mayor predominio de las motivaciones de regulación externa y de la desmotivación respecto al género femenino. Esto concuerda con los mayores valores de las motivaciones más intrínsecas del género femenino respecto al masculino. Respecto a la dirección de la autoconfianza el género masculino consideró más facilitadora su autoconfianza en el juego respecto al género femenino.

Tabla 3. Análisis de varianza en las distintas variables en función del género.

VARIABLES	Media Cuadrática	F	p	Media Masculina	Media femenina
MIG	.15	.51	.48	6.62	6.72
MIC	.04	.08	.77	6.24	6.29
MIEST	.23	.40	.53	6.13	6.25
MICONS	.21	.40	.53	6.27	6.38
RINTEGR	1.10	.85	.36	5.45	5.72
RIDENT	1.30	1.60	.21	5.67	5.96
RINTROY	8.78	3.27	.08	3.20	2.44
REXT	7.27	4.34	.04	2.20	1.51
DESMOT	11.51	5.96	.02	2.45	1.60
COMP	1.13	2.06	.16	5.32	5.05
AUT	.73	.72	.40	3.87	4.08
RELSOC	.29	.55	.46	5.30	5.44
ASINT	1.58	3.52	.07	1.94	2.26
ACINT	.19	.27	.61	2.29	2.18
AUTOINT	.38	1.73	.19	3.36	3.21
ASDIR	4.13	2.38	.13	.43	-.08
ACDIR	4.52	1.81	.18	.05	-.49
AUTODIR	6.11	5.48	.02	1.61	0.98
EXP. AUT	.00	.00	.96	4.00	4.01
RDTO	.09	.03	.87	6.38	6.46

Nota. MIG= motivación intrínseca general; MIC= motivación intrínseca conocimiento; MIEST= motivación intrínseca estimulación; RINTEGR= Regulación integrada; RIDENT= regulación identificada; RINTROY= regulación introyectada; REXT= regulación externa; DESMOT= desmotivación; COMP= NPB de competencia; AUT= NPB de autonomía; RELSOC= NPB de relaciones sociales; ASINT= ansiedad somática intensidad; ACINT= ansiedad cognitiva intensidad; AUTOCINT= intensidad de la autoconfianza; ASDIR= dirección de la ansiedad somática; ACDIR= dirección de la ansiedad cognitiva; AUTOCDIR= dirección de la autoconfianza. EXP. AUT= experiencia autotélica. RDTO= percepción del rendimiento.

## 5. Discusión.

Resulta de gran interés analizar las relaciones que se producen entre las diferentes variables motivacionales objeto de esta investigación en los jóvenes jugadores de bádminton de Extremadura en función de las hipótesis y su discusión respecto a estudios similares del ámbito deportivo.



La hipótesis 1 formulada: “Las formas de motivación más autodeterminadas se relacionarán de manera positiva con las NPB de competencia, autonomía y relaciones sociales, la intensidad y dirección de la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo”. No se cumple la hipótesis, ya que a pesar de la correlación positiva y significativa de las formas de motivación más autodeterminadas con las NPB de competencia y relaciones sociales, hallamos una correlación débil negativa con la NPB de autonomía. En relación a la intensidad y dirección de la autoconfianza, la experiencia autotélica post-competición y la percepción del rendimiento subjetivo los valores son positivos pero no significativos. Estos resultados obtenidos están parcialmente en consonancia con los trabajos realizados por Sarrazín et al. (2002), Edmunds et al. (2006), Standage et al. (2006) y Claver et al. (2015), que hallaron una correlación positiva entre la satisfacción de las NPB y la motivación intrínseca desde la perspectiva de la TAD.

Murcia et al. (2006) analizaron 413 deportistas de distintos contextos deportivos y edades comprendidas entre los 12 y 16 años obteniendo como resultado que la motivación intrínseca y extrínseca predicen el flow disposicional. En nuestra investigación sobre jóvenes jugadores de bádminton la relación entre las motivaciones más autodeterminadas y la experiencia autotélica post-competición fue positiva aunque estas correlaciones no fueron significativas. La relación entre las motivaciones más



autodeterminadas y la percepción del rendimiento subjetivo cumplieron el mismo patrón que la experiencia autotélica de modo que la relación fue positiva pero no significativa. Igualmente, Amado et al. (2011) en distintos deportes señala una relación positiva entre la motivación intrínseca y la experimentación de flow siendo resultados similares a los de nuestro estudio. La investigación de Koehn (2013) sobre 59 tenistas junior halló una relación positiva significativa entre altos valores de autoconfianza y la experimentación de flow que coincide con los resultados hallados en nuestro estudio, donde existe una relación positiva y significativa entre la intensidad y dirección de la autoconfianza y la experiencia autotélica. Además, los resultados de nuestra investigación son coincidentes con los de Stavrou et al., (2007) con 220 atletas donde encontraron una relación positiva entre la experimentación de flow y la percepción del rendimiento subjetivo.

Una posible explicación del incumplimiento de la hipótesis 1, respecto a la relación entre las formas de motivación más autodeterminadas y la NPB de autonomía que resultó débil negativa, es la juventud de los jugadores y el alto componente técnico-táctico del deporte del bádminton que provoca un tipo de entrenamientos muy dirigidos y poco abiertos a la creatividad. Esto pudo ser percibido por estos jóvenes jugadores como una escasa participación en el diseño de las tareas y entrenamientos. Por esta razón, resultaría interesante dotarles de mayor responsabilidad en los entrenamientos y que tuvieran cierto poder de elección en las tareas.

Pasamos ahora a la hipótesis 2 formulada: “El género masculino obtendrá mayores valores que el género femenino en las formas de motivación más autodeterminadas, en la NPB de competencia, en la intensidad y dirección de la autoconfianza, en la experiencia autotélica y en la percepción del rendimiento subjetivo”.

La hipótesis no se cumple, siendo los valores de las formas de motivación más autodeterminada inferiores en el género masculino respecto al femenino, y destacando que las variables de regulación externa y la desmotivación tienen niveles mayores y significativos en el género masculino respecto al femenino. Para las NPB, se halló una mayor puntuación en la NPB de competencia en el género masculino respecto al femenino y menor en las NPB de autonomía y relaciones sociales en consonancia con la hipótesis formulada.

En un estudio de Gillet et al. (2008) con 288 atletas que analizó las variables motivacionales y las NPB en deportistas de diferente nivel y género, encontraron que fueron mayores los niveles de autonomía, relaciones sociales y motivación intrínseca en las mujeres que en los hombres y que las mujeres se sentían menos competentes y tenían niveles más bajos en conductas de regulación externa que los hombres, siendo estos resultados coincidentes con los de nuestra investigación. Por otro lado, en Amado et al. (2014) se analizó el nivel de autodeterminación y las NPB en función del género, y el género masculino obtuvo mayores valores en todos los tipos de motivación respecto al género femenino, al contrario que en nuestro estudio.

Maïano et al. (2004), y Moreno y Cervelló (2005), encontraron mayores niveles de competencia en hombres que en mujeres siendo coincidentes con los hallados en nuestra investigación. Por su parte, Gené y Latinjak (2014) obtuvieron que las féminas tenían más satisfecha la NPB de relación y la regulación integrada, mientras que el género masculino tenía mayores valores de motivación de regulación externa, siendo estos resultados coincidentes con los resultados de nuestra investigación.

En cuanto a la intensidad y dirección de la autoconfianza los valores fueron superiores en los hombres, siendo además en esta última significativos. Es decir, los chicos percibieron como más facilitadores los niveles de autoconfianza, siendo los resultados similares a sendos estudios con atletas de Ruiz-Juan y Zarauz (2013) y Ruiz-Juan et al. (2015) en el que los hombres presentaron mayores niveles positivos y significativos en autoconfianza respecto a las mujeres. Así, los valores son negativos (dificultadores) para el género femenino, y ligeramente positivos (facilitadores) para el género masculino, siendo los resultados coincidentes con el estudio citado de Ruiz-Juan y Zarauz (2013) donde las mujeres mostraron más altos los niveles de ansiedad somática que los hombres, y la autoconfianza resultó mayor en el género masculino respecto al femenino.

En cuanto a experiencia autotélica post-competición y percepción del rendimiento subjetivo en nuestra investigación ambos géneros obtuvieron valores altos pero sin diferencias significativas entre géneros, tal y como señalan otros estudios, Moreno et al. (2006), (2008), que no hallaron diferencias en función del género. Sin embargo, otras investigaciones señalaron diferencias en cuanto a la experiencia autotélica en favor del género masculino: Moreno y Cervelló (2003), Cervelló et al. (2005), Ferriz y Moreno-Murcia (2010), Claver et al. (2012). Y por el contrario, Salazar (2010) obtuvo mayores valores de experiencia autotélica en el género femenino que coincide con el resultado de nuestro estudio.

Consideramos que los resultados hallados en donde el género masculino mostró niveles más bajos en las formas de motivación más autodeterminada y más altos en motivación de regulación externa y desmotivación que en el género femenino, podría influir en el rendimiento deportivo de los primeros, ya que la no existencia de premios, recompensas u otras cuestiones de regulación externa, junto con la desmotivación, juegan en contra del género masculino y deberían ser corregidos mediante un trabajo en favor de las motivaciones más autodeterminadas y una mayor satisfacción de las NPB de autonomía y relaciones sociales con tareas que sean motivadoras y atractivas para el deportista. Por el contrario, hallamos valores negativos en la dirección de las variables de ansiedad somática y cognitiva en las féminas que aconsejan un trabajo para mejorar la autoconfianza.

Por ello también, adquiere relevancia diseñar tareas lúdicas, y novedosas, que favorezcan niveles altos de motivación autodeterminada en los jugadores, independientemente de su género, edad o de los años de práctica deportiva, para a través del diseño de tareas comprensivas y basadas en técnicas de indagación, mejorar la

autonomía, la autoconfianza, la modulación de la ansiedad somática y cognitiva, la experiencia autotélica y la percepción del rendimiento subjetivo.

Una vez llevada a cabo la investigación es interesante exponer algunas de las limitaciones que se han presentado durante el estudio, así como nuevas perspectivas de estudio que pudieran resultar de interés, y entre ellas:

La muestra objeto del estudio pudo haber sido más amplia, ya que los cuestionarios de motivación y necesidades psicológicas básicas que fueron entregados a los clubes para su cumplimentación durante los entrenamientos en algunos casos no fueron cumplimentados.

Futuras investigaciones referidas al bádminton en Extremadura podrían ser diseños de intervención dirigidos a los técnicos, ya que algunas variables como la satisfacción de la NPB de autonomía fue baja y podría mejorar con las acciones de intervención adecuadas favoreciendo la responsabilidad de los jugadores en la elección de tareas, dándoles la oportunidad de elegir entre diferentes tipos de ejercicios que se adapten a los intereses de los jugadores.

Otra posible investigación, sería ampliar la muestra a otros deportes de raqueta como el tenis, padel, tenis de mesa y estudiar comparativamente las diferentes relaciones entre las variables psicológicas según la importancia y el nivel de la competición.

Sería también relevante analizar las posibles diferencias entre las variables del estudio en función de las modalidades de individual y dobles en bádminton en donde las relaciones entre las variables motivacionales podrían presentar importantes diferencias y ser más compleja aportando información para la mejora del rendimiento en los deportistas de esta modalidad.

También, investigar la intención de persistencia de los deportistas en bádminton en relación con las formas de motivación autodeterminadas, las NPB, la experiencia autotélica post competición o la percepción del rendimiento subjetivo para evitar en lo posible el abandono deportivo que es uno de los aspectos que más preocupa a técnicos y entrenadores.

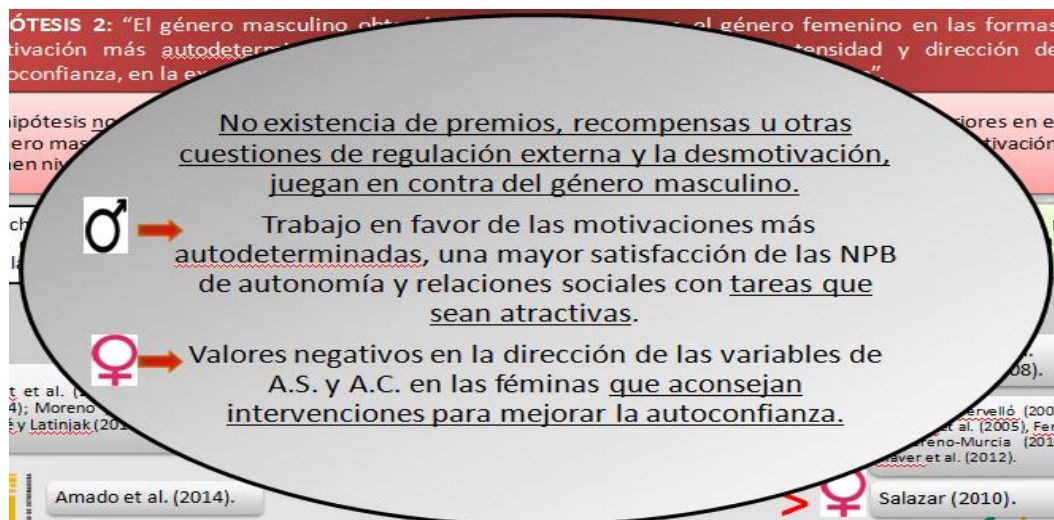
## **6. Conclusiones.**

Después de analizar y discutir los resultados llegamos a las siguientes conclusiones:

- Los deportistas mostraron un adecuado nivel de motivación autodeterminada, elevados niveles de experiencia autotélica post-competición, percepción del rendimiento subjetivo, satisfacción de las NPB de competencia y de relaciones sociales constituyendo una buena base para afrontar los entrenamientos con solvencia y la consecución de éxitos deportivos en competición desde la perspectiva de los procesos motivacionales.
- Las diferencias significativas halladas en cuanto al predominio de la motivación de regulación externa y la desmotivación en el género masculino aconsejan

intervenciones en el sentido de mejorar las motivaciones más intrínsecas y reforzar las NPB, diseñando tareas atractivas para los deportistas que sean de su interés, y también dotando de responsabilidades a los jugadores en el planteamiento de los entrenamientos mediante el diseño de diferentes tareas por parte de entrenadores y técnicos deportivos que favorezcan la elección de las tareas más afines a los deportistas.

- Una finalidad en sí misma sería reconducir este tipo de variables motivacionales negativas para los deportistas, como son la desmotivación y la motivación de regulación externa y fomentar mediante intervenciones didácticas, la persistencia en la práctica del bádminton, especialmente en el género masculino que presenta los valores más altos de desmotivación.
- Sería fundamental realizar intervenciones basadas en una pedagogía comprensiva para mejorar la satisfacción de las NPB, y especialmente de la NPB de autonomía, controlar los niveles de ansiedad estado, y mejorar la autoconfianza, y todo ello, con el objetivo de controlar el estrés mediante intervenciones con técnicas de afrontamiento para los deportistas, que junto con un alto nivel de experiencia autotélica post-competición, favorezcan la resiliencia de los jugadores respecto a las dificultades y así la propia persistencia en la actividad deportiva.



## 7. Conclusions.

After analyzing and discussing the results we arrive at the following conclusions:

- Athletes showed an adequate level of self-determined motivation, high levels of post-competition autotelic experience, perception of subjective performance, satisfaction of NPBs of competence and of social relations, providing a good base to face training and achievement of sporting success in competition.
- The significant differences found in the predominance of external regulation motivation and demotivation in the masculine gender suggest interventions in order to improve the most intrinsic motivations and reinforce the NPB, designing tasks that are attractive for athletes, as well as providing responsibilities to players in the design of the trainings in order to redirect this

type of negative motivational variables and encourage persistence in the practice of badminton, especially in boys.

- It would be essential to carry out interventions based on a comprehensive pedagogy to improve the satisfaction of NPBs, and especially of the NPB of autonomy, to control the levels of state anxiety, and to improve self-confidence, all with the aim of controlling stress through Interventions with coping techniques for athletes, which together with a high level of post-competition autotelic experience favor the resilience of the players regarding the difficulties and thus their own persistence in the sport activity.



## 8. Referencias bibliográficas.

- Abián-Vicén, J., Abián-Vicén, P. y Báguena Mainar, J. I. (2015). Estrés pre-competitivo en jugadores adolescentes de bádminton. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2).
- Alcaraz, M. S., y Bernardino, J. (2014). Características fisiológicas de los deportes de raqueta. Comparativa entre los deportes de tenis, pádel y badminton. Physiological features of racket sports. Comparison between sport tennis, paddle and badminton. *Revista Movimiento Humano*, (6), 51-61.
- Alonso, D. A., Miguel, P. A., Marcos, F. M., Oliva, D. S., Ponce, I. G., y Chamorro, J. M. (2012). Análisis de los procesos motivacionales sobre el flow disposicional y la ansiedad y su incidencia sobre la intención de persistencia en conservatorios profesionales de danza. *Arte y movimiento*, 6(2), 37-51.
- Amado, D., Sánchez-Oliva, D., Marcos, L., Miguel, F., García Calvo, T., Montero Carretero, C., y Sánchez-Miguel, P. A. (2015). Análisis de los perfiles motivacionales en practicantes de danza. *Revista de psicología del deporte*, 24(2), 209-216.
- Barquín, R. R., y García, O. L. (2008). Características psicológicas en los jugadores de pádel de alto rendimiento. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 3(2), 183-199.
- Batista, M. D., Román, M. L., López, J. C., Muñoz, S. L., y Jiménez, R. (2015). Diferencias entre jugadores de balonmano de categoría de alto rendimiento y de base en variables motivacionales y ansiedad precompetitiva. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 11(4), 105-106.
- Badminton World Federation. BWF. <http://bwfbadminton.com/rankings/2/bwf-world-rankings/7/women-s-singles/>.
- Campos, G. G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz, J. C., Ortega, F. Z., y Romero, O. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas. *Retos*, 32, 3-6.
- Carretero, C. M., Moreno-Murcia, J. A., González, I., Ponce, J. J., y Gimeno, E. M. C. (2012). Ansiedad estado precompetitiva en judocas. *Revista de Artes Marciales Asiáticas (RAMA)*, 7(1), 26-43.
- Cervelló, E., Santos-Rosa, F. J., Jiménez, R., Nerea, A., y García, T. (2010). Motivación y ansiedad en jugadores de tenis. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 9, 141-161.
- Claver Rabaz, F., Jiménez Castuera, R., Villar Álvarez, F. D., Garcia Mas, A., Arroyo, M., y Perla, M. (2015). Motivación, conocimiento y toma de decisiones. *Revista de psicología del deporte*, 24(2), 273-279.

- Dias, C. S., Cruz, J. F., y Fonseca, A. M. (2011). Ansiedad, percepción de amenaza y estrategias de afrontamiento en el deporte: diferencias individuales en el rasgo de ansiedad. *Ansiedad y Estrés*, 17(1), 1-13.
- Eubank, M. R., Smith, N. C., & Smethurst, C. J. (1995). Intensity and direction of multidimensional competitive state anxiety: Relationships to performance in racket sports. *Journal of Sport Sciences*, 13(1), 52-53.
- Federación Española de Bádminton (FESBA). <http://www.badminton.es/>.
- Federación Extremeña de Bádminton (FEXBA). <http://www.fexba.es/>.
- Fernández, E. M., Río, G. L., y Fernández, C. A. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.
- García Mas, A., Leiva, A., Lameiras, J., Jiménez, R., Almeida, P., Smith, R. E., y Palou Sampol, P. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de psicología del deporte*, 20(1), 197-207.
- García, F. G., y Malé, M. L. (2010). Relación entre los motivos de la práctica deportiva y la ansiedad en jóvenes nadadores de competición. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 5(2), 233-251.
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Rosnet, E. (2012). Examining the motivation-performance relationship in competitive sport: a cluster-analytic approach. *International Journal of Sport Psychology*, 43(2), 79.
- Gillet, N., Rosnet, E., et Vallerand, R. J. (2008). Développement d'une échelle de satisfaction des besoins fondamentaux en contexte sportif. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 40(4), 230.
- Gimeno, E. C., Ruano, F. J., Jiménez, R., Fenoll, A. N., y García, T. (2002). Motivación y ansiedad en jugadores de tenis. *European Journal of Human Movement*, 9, 143-163.
- Godoy-Izquierdo, D., Vélez, M., y Pradas de la Fuente, F. (2009). Nivel de dominio de las habilidades psicológicas en jóvenes jugadores de tenis de mesa, bádminton y fútbol. *Revista Psicología del Deporte*. 18(1), 7-22.
- González, J., y Garcés de los Fayos, E. J. (2014). Diferencias individuales e indicadores de ansiedad como estrategias adaptativas de autoeficacia en el deportista. *Ansiedad y Estrés*, 20 (1), 51-59.

- Hastie, P. A., Sinelnikov, O. A., & Guarino, A. J. (2009). The development of skill and tactical competencies during a season of badminton. *European Journal of Sport Science*, 9(3), 133-140.
- Jiménez, M., y Videra, A. (2010). Estudio de la ansiedad precompetitiva, los estados de ánimo y su relación con el Burnout en jugadores de bádminton de liga nacional de clubes de división de honor. *EFDeportes. com, Revista Digital*.
- Juan, F. R., y Sancho, A. Z. (2013). Ansiedad, satisfacción, percepción y creencias sobre las causas del éxito en atletas veteranos españoles. *Ansiedad y estrés*, 19(1), 83-93.
- Koehn, S. (2013). Effects of confidence and anxiety on flow state in competition. *European Journal of Sport Science*, 13(5), 543-550.
- Laffaye, G. (2006). Badminton: Evaluer la performance: les défis. *EPS: Revue education physique et sport*, (322), 23-26.
- López-Torres, M., Torregrosa, M., y Roca, J. (2007). Características del “flow”, ansiedad y estado emocional, en relación con el rendimiento de deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 7(1), 25-44.
- Maïano, C., Ninot, G., & Bilard, J. (2004). Age and gender effects on global self-esteem and physical self-perception in adolescents. *European Physical Education Review*, 10(1), 53-69.
- Molina, J., Sandín, B., y Chorot, P. (2014). Sensibilidad a la ansiedad y presión psicológica: efectos sobre el rendimiento deportivo en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 45-54.
- Moreno Murcia, J. A., Alonso Villodre, N., Martínez Galindo, C., y Cervelló Gimeno, E. (2005). Motivación, disciplina, coeducación y estado de flow en educación física: Diferencias según la satisfacción, la práctica deportiva y la frecuencia de práctica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5(1), 231-243.
- Moreno, J. A., y Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de psicología del deporte*, 6(2), 2-12.
- Navarro Guzmán, J. I., Amar, J. R., y González Ferreras, C. (1995). Ansiedad precompetitiva y conductas de autocontrol en jugadores de fútbol. *Revista de psicología del deporte*, 4(2), 0007-017.
- Nikbin, D., Hyun, S. S., Iranmanesh, M., & Foroughi, B. (2014). Effects of Perceived Justice for Coaches on Athletes' Trust, Commitment, and Perceived Performance: A Study of Futsal and Volleyball Players. *International Journal of Sports Science Coaching*, 9(4), 561-578.



- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. New York: *Mc Graw-Hill*.
- Occhino, J. L., Mallett, C. J., Rynne, S. B., & Carlisle, K. N. (2014). Autonomy-supportive pedagogical approach to sports coaching: Research, challenges and opportunities. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9(2), 401-415.
- Ooi, C. H., Tan, A., Ahmad, A., Kwong, K. W., Sompong, R., Mohd Ghazali, K. A., & Thompson, M. W. (2009). Physiological characteristics of elite and sub-elite badminton players. *Journal of sports sciences*, 27(14), 1591-1599.
- Pozo, A. (2007). Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. *Revista de psicología del deporte*, 16(2), 0137-150.
- Prados, J. A., García, I. F., y Lluch, Á. C. (2011). Ansiedad estado y autoconfianza precompetitiva en gimnastas. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(23), 76-91.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., y Cruz, J. (2010). Adaptación y validación de la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS-2 para deportistas de iniciación. *Psicothema*, 22(4), 1004-1009.
- Ries, F., Castañeda Vázquez, C., Campos Mesa, M. D., y Castillo Andrés, O. D. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de psicología del deporte*, 12(2), 9-16.
- Ruano, F. J., García, T., Jiménez, R., Moya, M., y Gimeno, E. C. (2007). Predicción de la satisfacción con el rendimiento deportivo en jugadores de tenis: efecto de las claves situacionales. *European Journal of Human Movement*, (18), 41-60.
- Ruiz-Juan, F., Zarauz Sancho, A., y Flores-Allende, G. (2015). Variables predictoras de la ansiedad precompetitiva: aspectos diferenciales en corredores de fondo en ruta. *Universitas Psychologica*, 14(3), 1021-1032.
- Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J., y Gómez-Mármol, A. (2014). Prevalencia del síndrome de burnout en tenistas según su orientación motivacional. *Revista Iberoamericana del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 111-122.
- Sancho, A. Z., y Juan, F. R. (2013). Variables predictoras de la ansiedad en atletas veteranos españoles. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (23), 29-32.
- Stavrou, N. A., Jackson, S. A., Zervas, Y., & Karteroliotis, K. (2007). Flow experience and athletes' performance with reference to the orthogonal model of flow. *The Sport Psychologist*, 21(4), 438-457.

- Tabernero, B., y Márquez, S. (1994). Interrelación y cambios temporales en los componentes de la ansiedad-estado competitiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 53-67.
- Tsopani, D., Dallas, G., & Skordilis, E. K. (2011). Competitive state anxiety and performance in young female rhythmic gymnasts. *Perceptual and motor skills*, 112(2), 549-560.
- Urra Tobar, B. (2014). Evaluación de la efectividad del entrenamiento de estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad precompetitiva en tenistas. *Revista de psicología del deporte*, 23(1), 0067-74.
- Vallejos, L., y Pinto, M. F. (2012). Motivación y ansiedad competitiva en jóvenes tenistas. In *IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Agradecimientos: A la Federación Extremeña de Bádminton (FEXBA) y su Presidente Fernando Bravo Salan por su atención personal y la facilitación de los datos para el desarrollo de la investigación. A los entrenadores y técnicos que colaboraron pacientemente en el estudio. Y a la Dra. Ruth Jiménez Castuera por su permanente asesoramiento y sus aportaciones a la investigación.