

Orientació i clima motivacional, motivació d'assoliment, atribució d'èxit i diversió en un esport individual

JUAN JOSÉ SALINERO MARTÍN

*Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (UCLM).
Diploma d'Estudis Avançats en Rendiment Esportiu (UCLM)*

GERMÁN RUIZ TENDERO

*Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (UCLM).
Diploma d'Estudis Avançats en Rendiment Esportiu (UCLM)*

FERNANDO SÁNCHEZ BAÑUELOS

*Professor Titular d'universitat.
Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (UPM).
Doctor en Psicologia (UAM).
Màster en alt rendiment esportiu (UAM)*

Resum

En aquest treball es van analitzar les relacions entre l'orientació motivacional i altres aspectes de la pràctica esportiva en quatre clubs de karate de nivell competitiu. 49 Esportistes van respondre els diferents qüestionaris administrats. Els resultats van mostrar una relació entre l'orientació motivacional dels esportistes i els factors següents: el clima motivacional percebut al seu voltant, la competència motriu percebuda, les atribucions de l'èxit en l'esport, la diversió amb la pràctica esportiva, el compromís i lliurament en l'aprenentatge i l'ansietat davant l'error i les situacions d'estrès.

L'orientació a l'ego va correlacionar amb un clima motivacional percebut a l'ego en pares, entrenador i companys, amb una major competència motriu percebuda, amb l'habilitat normativa i l'engany com a mitjans d'arribar a l'èxit en l'esport, i amb l'avorriment.

L'orientació a la tasca va correlacionar amb la motivació-esforç com a forma d'arribar a l'èxit esportiu, amb la diversió amb la pràctica esportiva, l'ansietat davant les situacions d'estrès i amb un menor compromís i lliurament en l'aprenentatge.

Paraules clau

Ego-tasca, Clima motivacional, Assoliment d'èxit, Diversió, Ansietat, Compromís.

Abstract

Goal orientation and motivational climate, achievement motivation, success attribution and enjoyment in an individual sport

In this study relationships among motivational orientation and different aspects of sports practice were analyzed in four competition-level karate clubs. Questionnaires were answered by 49 boys and girls involved in karate. Results showed relationships among goals orientation and the following factors: perceived motivational climate in their environment, perception of ability, success attributions in sport, sports practice enjoyment, learning commitment and dedication, and anxiety related to error and stress situations.

Ego orientation correlated with ego perceived motivational climate in parents, trainer and partners; with a higher perception of ability; with normative ability and deceit as way to achieve success in sport, and with boredom.

Task orientation correlated with motivation-effort in order to achieve success, with sports practice enjoyment, anxiety over stressful situations and with a lower learning commitment and dedication.

Key words

Task-ego, Motivational climate, Success attribution, Enjoyment, Anxiety, Commitment.

Introducció

Tot al llarg del temps, han estat desenvolupades tres teories que expliquen allò que motiva la gent a actuar:

- Teoria de la necessitat d'assoliment.
- Teoria de l'atribució.
- Teoria de les fites d'assoliment.

Recentment, els psicòlegs de l'esport han centrat la seva atenció en les fites d'assoliment com a mètode per a la comprensió de les diferències en l'assoliment. D'acord amb la teoria de les fites d'assoliment, hi ha tres factors que interactuen per tal de determinar la motivació d'una persona: les fites d'assoliment, la capacitat percebuda i la conducta d'assoliment (Weinberg, 1996).

La competència percebuda és concebuda com un factor mediador en l'orientació motivacional (Elliot i Dweck, 1988 i Nicholls, 1984a, 1984b; citats per Burton, 1992).

Pel que fa a les fites d'assoliment, una persona està orientada cap a la tasca quan busca millorar les seves habilitats, aprendre noves tècniques i dominar-les. Al contrari, algú amb una orientació a l'ego focalitza la seva motivació cap a la comparança amb els altres, a ser millor que els altres. (Roberts, 1999) En la primera d'aquestes perspectives de fita, les percepcions de competència demostrada són autoreferents, i l'experiència subjectiva de millora de la pròpia execució, o de domini de les demandes d'una tasca, són el criteri de l'èxit subjectiu. Pel que fa a la segona perspectiva de fita, la millora i el domini personal no són suficients per a crear un sentiment de capacitat. Les percepcions de competència demostrada són normatives, o en aquest cas, en relació a d'altres, i l'èxit subjectiu depèn d'una comparació favorable de les pròpies capacitats amb les dels altres (Elliot i Dweck, 1988; citats per Duda, 1995).

Un punt de convergència en les teories de motivació d'assoliment relacionades amb la fita, és que la perspectiva (o estat d'implicació en la tasca o en el jo) de fita d'una persona en un ambient concret, tendeix a ser una funció de factors situacionals i de diferències individuals en la propensió als diferents tipus d'implicació (Nicholls, 1989; citat per Duda, 1995; Biddle, 1997; Escartí, 1994). D'acord amb Dweck i Legget (1988, pàg. 269; citat per Duda, 1995) les diferències disposicionals en la perspectiva de fita "determinen la probabilitat *a priori* d'adoptar una fita concreta i de desplegar un patró de conducta particular, i els factors situacionals se suposen potencialment alteradors d'aquesta probabilitat". En situacions caracteritzades per la competició interpersonal, l'avaluació pública, el *feedback* normatiu i/o l'examen de destreses valorades, és més probable que aparegui un estat d'implicació a l'ego. D'altra banda, els ambients que donen lloc a una èmfasi en el procés d'aprenentatge, la participació, el domini de la destresa individual i/o la resolució de problemes tendeixen a evocar una implicació en la tasca. D'aquesta manera, les situacions poden ser considerades de major o menor implicació en la tasca o en el jo, en funció de les demandes de l'ambient social (Duda, 1995). L'impacte d'allò que és social sobre la motivació, és anomenat clima motivacional (Escartí, 1994):

- Els pares, entrenadors i companys creen climes motivacionals que afecten els esportistes.
- Si l'entrenador valora els seus esportistes en funció d'una orientació de competitivitat, està influenciant els seus esportistes perquè assumeixin la competitivitat com a fita d'assoliment davant de la fita de mestria.
- Quan, en l'esport competitiu, guanyar és el criteri d'èxit per a l'entrenador i per als pares, s'està creant un clima de competitivitat.
- L'impacte del clima motivacional és determinant, sobretot en edats primerenques, perquè és quan els joves s'orienten cap a una fita o cap a una altra.
- Els joves adopten les fites que perceben implícites en l'ambient.

Així, una munió d'estudis han corroborat aquesta influència de la percepció dels esportistes de l'ambient motivacional d'entrenament en l'orientació motivacional de l'esportista (Balaguer i cols., 1994; Cervelló i cols., 1994; Escartí i Guzmán, 1994; Escartí i García-Ferriol, 1993; Lewko i Greendofner, 1988; citats per Calvo, 2000; I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999; I. Cervelló i F. J. Santos-Rosa, 2000). D'altra banda, hi ha investigacions que han revelat relacions conceptualment consistents entre perspectiva de fita i focus atribucional (Ames i Ames, 1981; Nicholls, 1989; citats per Duda, 1995; Newton, 1993; Ames, 1995; Van Yperen, 1999). En general, aquests treballs indiquen que la implicació a l'ego va lligada a un èmfasi en les atribucions d'habilitat o capacitat, mentre que la implicació en la tasca correspon a l'ús de les atribucions d'esforç. Van trobar correlació positiva entre l'orientació a la tasca i la creença que l'èxit esportiu existia en funció dels factors motivacionals i del treball ardu (motivació-esforç). L'orientació a la tasca correlacionava negativament amb la visió que l'habilitat per a fer trampa i enganyar l'entrenador portava al triomf esportiu. L'orientació a l'ego, al contrari, es trobava vinculada positivament a la creença que ser un esportista més hàbil i tenir més talent portava a l'èxit.

Podem concloure, doncs, que la perspectiva de fita d'una persona, és lògicament consistent amb les seves creences en relació a la causa de l'èxit en el context esportiu (Biddle, 1997; Duda, 1995)

A les investigacions també s'han mostrat relacions entre l'orientació motivacional i aspectes afectius, on les persones amb una orientació a la tasca es mostraven més

orgullosos de l'èxit com a fruit de l'esforç (Jagacinski i Nicholls, 1984; citats per Thill, 1995), estaven més satisfets del seu rendiment i gaudien més de l'esport (Duda, Chi i Newton, 1990, citats per Thill, 1995; Roberts, 1999; Boyd, 2002; I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999; I. Cervelló i F. J. Santos-Rosa, 2000; Kilpatrick, 2003; King, 1997). Els que presenten una alta orientació a l'ego, presenten menor satisfacció i gaudi en la pràctica esportiva. (Roberts, 1999; Thill, 1995).

Igualment, s'han assenyalat relacions entre l'orientació motivacional i l'ansietat esportiva. Els esportistes que tenen una alta orientació a la tasca presenten menys ansietat competitiva, mentre que els que presenten una alta orientació a l'ego puntuen més alt en aquesta (Voight, 2000).

Per tot el que acabem de dir, l'orientació a la tasca s'ha mostrat més adequada, perquè es troba relacionada amb patrons de conducta més adaptatius (Standage, 2002). Quan una persona es troba orientada a la tasca, arribar a l'èxit depèn d'ella mateixa i ho pot aconseguir amb el seu propi esforç. Ben al contrari, quan presenta una orientació a l'ego, el seu èxit depèn de ser millor que els altres i això no es troba al seu abast controlar-ho. Per això, els psicòlegs de l'esport sostenen que l'orientació cap a la tasca originarà, més sovint que no pas l'orientació a l'ego, una sòlida ètica de treball, una major persistència i una execució òptima, i també una por al fracàs menor, i atès que la seva percepció de capacitat es basa en els seus propis estàndards de referència, els resulta més fàcil que als esportistes orientats al jo, posar de manifest una elevada competència percebuda (Weinberg, 1996).

Material i mètode

Participants

La mostra de l'estudi està formada per 49 esportistes de la modalitat de karate, tots ells federats i pertanyents a 4 clubs de nivell d'aquest esport a Castella-la Manxa. La mitjana d'edat se situa en els 19,85 anys ($dt = 9.38$). Tenen una experiència esportiva en aquesta modalitat de 8,08 anys ($dt = 5.74$).

Procediment

Quant als esportistes, es va establir una edat mínima (12 anys) per a participar en l'estudi per a assegurar-nos una correcta comprensió dels qüestionaris.

A més a més, respectant l'ètica investigadora, en tot moment es va deixar clar que la participació en l'estudi era totalment voluntària. Igualment, els esportistes menors d'edat van rebre, junt amb el primer qüestionari, un full de consentiment en el qual s'informava els pares o tutors sobre el projecte que estàvem realitzant, perquè hi donessin o no el seu consentiment.

Es van administrar un total de 5 qüestionaris a cada esportista.

Instruments

En tots els qüestionaris vam utilitzar una escala tipus Likert en la qual cada ítem té un rang de resposta d'1 a 4. L'1 correspon a Totalment en desacord, el 2 a Una mica en desacord, el 3 Una mica d'acord, i el 4 Totalment d'acord amb la formulació de la pregunta.

Qüestionari de Percepció d'Èxit (POSQ)

El POSQ (Roberts i Balagué, 1989, 1991; Roberts, Treasure i Balagué, 1998; citats per I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999) va ser elaborat per mesurar l'orientació disposicional de les fites d'assoliment en el context esportiu. El POSQ consta de 12 ítems, 6 mesuren l'Orientació de fita disposicional a la Tasca i 6 l'Orientació de fita disposicional a l'Ego. La pregunta inicial que encapçala el qüestionari és "En practicar esport sento que tinc èxit..." (I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999).

Qüestionari de Percepció dels Criteris d'Èxit Esportiu dels Altres Significatius (CPCEDOS)

Aquest qüestionari, realitzat per Escartí, Roberts, Cervelló i Guzmán (1999, citats per I. Cervelló i F. J. Santos-Rosa, 2000) s'utilitza per mesurar el clima motivacional percebut referent als altres significatius. A l'article esmentat es fa referència al professor d'educació física. El qüestionari consta de 16 ítems, vuit de clima motivacional percebut orientat a l'ego i vuit de clima motivacional percebut orientat a la tasca.

En aquesta investigació es pregunta a l'esportista sobre el clima motivacional percebut no solament per part del seu entrenador, sinó també pel que fa als seus companys d'entrenament i els seus pares.

Test de Motivació d'Assoliment (AMPET)

L'instrument original (T. Nishida, 1989, citat per L. M. Ruiz, J. L. Graupera i T. Nishida, 2004) consta

de 7 subescales: Estratègia en l'aprenentatge, superació d'obstacles, diligència i serietat, competència motriu percebuda, valoració de l'aprenentatge, ansietat davant situacions que causen estrès i ansietat davant el fracàs.

La versió espanyola del Test AMPET de Motivació d'Assoliment ha estat desenvolupada per L. M. Ruiz; J. L. Graupera; M. Gutiérrez i T. Nishida, i va quedar reduïda a 37 ítems que s'agrupen en tres factors: Compromís i serietat en l'aprenentatge; Competència motriu percebuda i Ansietat i por al fracàs.

Creences sobre les Causes que porten a l'Èxit en l'Esport (CCCED)

Aquest qüestionari és una adaptació a l'àmbit esportiu realitzada per Duda i Nicholls (1992, citat per I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999) a partir d'un qüestionari desenvolupat per Nicholls i col·laboradors (Nicholls, Patashnick i Nolen, 1985; Nicholls, Cheung, Lauer i Patashnick, 1989, citats per I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999), per avaluar les creences dels subjectes sobre les causes que afavoreixen l'èxit a l'escola.

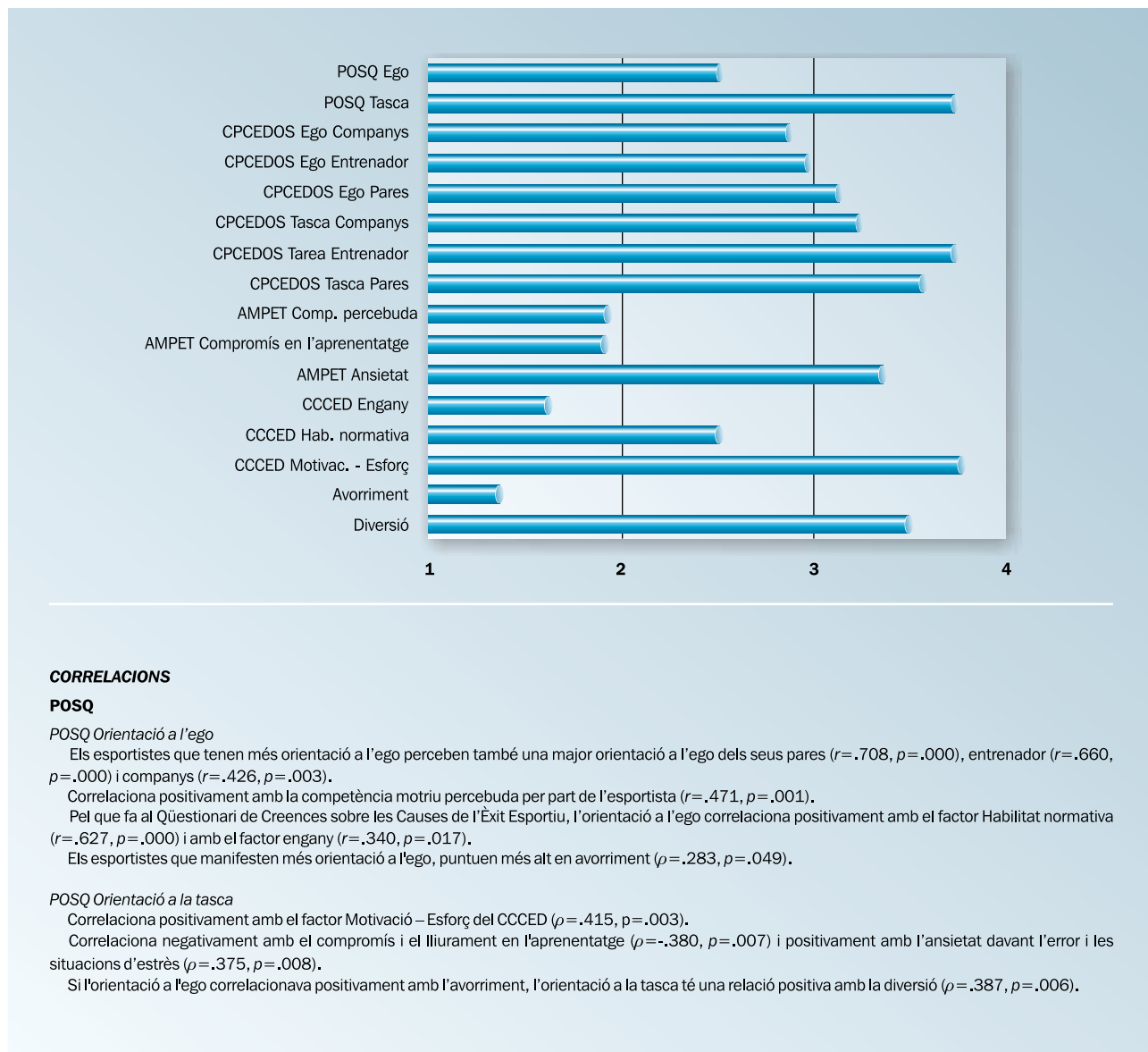


Figura 1

Resum de resultats.

En aquesta investigació es va fer servir el qüestionari obtingut per Cervelló, Escartí i Balagué (1999), que difereix de l'original en el fet que se'n van eliminar tres ítems per tal d'elevat l'índex de consistència interna dels factors. El qüestionari utilitzat consta de 14 ítems agrupats en tres factors: Motivació-esforç, Habilitat normativa i Engany.

Qüestionari de Diversió en l'Esport

El qüestionari administrat va ser l'obtingut per Cervelló i Santos-Rosa (2000), el qual consta de 6 ítems, dels quals, 4 fan referència a la Diversió en l'entrenament i 2 a l'Avorriment. El qüestionari té com a introducció la frase "Indica com et sents habitualment a les classes de karate"

La versió original d'aquest qüestionari va ser elaborada per Duda i Nicholls (1992, citat per Boixadós, 2000; I. Cervelló, A. Escartí i G. Balagué, 1999; I. Cervelló i F. J. Santos-Rosa, 2000) i constava de 8 ítems agrupats en dos factors anomenats Insatisfacció-Satisfacció. El qüestionari que hem utilitzat ha estat l'obtingut per Cervelló i Santos-Rosa (2000).

Anàlisi estadística

Es va utilitzar el paquet SPSS 12.0 per a Windows. Es van calcular estadístics descriptius. Es va realitzar la prova de Kolmogorov-Smirnov per a una mostra per tal de determinar les variables que tenien comportament paramètric. Es van correlacionar les variables d'estudi, emprant r de Pearson per a les variables paramètriques i ρ de Spearman per a les no paramètriques.

Resultats

Vam observar en els esportistes una orientació a l'ego mitjana i una orientació a la tasca molt alta. Aquells, per la seva banda, perceben en els altres significatius (pares, entrenador, companys) una alta orientació a la tasca. Els valors en l'orientació a l'ego són menors, però també són sensiblement elevats.

Els esportistes entrevistats presenten una Ansietat alta davant l'error i les situacions d'estrès. Al contrari, els valors de Compromís i lliurament en l'aprenentatge i Competència motriu percebuda són baixos, al voltant de 2 (Una mica en desacord).

Consideren que el principal motiu per a arribar a l'èxit és la motivació i l'esforç. L'habilitat normativa pren valors intermedis i l'engany no és vist com a causa de l'èxit esportiu.

Els esportistes manifesten un alt valor de diversió i un baix valor d'avorriment en la pràctica esportiva (*Fig. 1*).

Discussió

S'han mostrat relacions entre l'orientació motivacional i el focus atribucional, l'ambient motivacional i factors afectius (diversió - avorriment) que considerem que és interessant d'analitzar:

Clima motivacional percebut

Els esportistes perceben que els altres significatius (pares, entrenador, companys) tenen una alta orientació a la tasca. Els valors en l'orientació a l'ego són menors, però també són sensiblement elevats, igual que en l'orientació motivacional de l'esportista. Així doncs, i a la vista de la correlació existent, es mostra una relació entre l'orientació motivacional que presenta l'esportista i la que aquest percep al seu voltant (pares, entrenador, companys), per la qual cosa l'orientació de l'esportista podria trobar-se influïda per la percepció de l'orientació motivacional percebuda en els altres significatius, en un intent de respondre a les expectatives que ell percep. Com veiem en la figura 1, l'orientació a l'ego correlaciona amb la percepció d'orientació a l'ego del seu voltant. Per tant, igual que en altres estudis (Ames i Archer, 1988; Nicholls, 1989; citats per Duda, 1995; Balaguer i cols., 1994; Cervelló i cols., 1994; Escartí i Guzmán, 1994; Escartí i García-Ferriol, 1993; Lewko i Greendofer, 1988; citats per Calvo, 2000; Cervelló, Escartí i Balagué, 1999; Cervelló i Santos-Rosa, 2000) s'insinua la influència que exerceix l'ambient en l'orientació motivacional de l'esportista, el qual tendeix a actuar d'acord amb allò que percep.

Motivació d'Assoliment (AMPET)

S'ha mostrat una relació positiva entre l'orientació a l'ego i la competència motriu percebuda. Així, els esportistes que es perceben com a més competents presenten major orientació a l'ego.

L'orientació a la tasca, contràriament al que hom podria pensar, mostra una correlació positiva amb el factor Ansietat davant l'error i les situacions d'estrès. També s'ha mostrat una correlació negativa amb el compromís i el lliurament en l'aprenentatge.

Totes aquestes afirmacions topen amb els pensaments actuals, atès que l'orientació a la tasca s'ha mos-

trat més adequada perquè es troba relacionada amb patrons de conducta més adaptatius (Standage, 2002). Quan una persona es troba orientada a la tasca, arribar a l'èxit depèn d'ella mateixa i ho pot aconseguir amb el seu propi esforç. Ben al contrari, quan presenta una orientació a l'ego, el seu èxit depèn de ser millor que els altres i això no es troba al seu abast controlar-ho. Per això, els psicòlegs de l'esport sostenen que l'orientació cap a la tasca originarà, més sovint que no pas l'orientació a l'ego, un major compromís amb l'aprenentatge, una major persistència i una execució òptima (Weinberg, 1996), i també menys por al fracàs (Voight, 2000; Weinberg, 1996), i atès que la seva percepció de capacitat es basa en els propis estàndards de referència, els resulta més fàcil que als esportistes orientats al jo, posar de manifest una elevada competència percebuda (Weinberg, 1996).

Per tant, en suposició, si tractem d'inculcar una orientació a la tasca per tal de fomentar la diversió i perquè la literatura actual ho considera més apropiat, perquè mostra patrons de conducta més adaptatius, si més no amb les dades obtingudes amb aquesta mostra d'esportistes, n'estaríem augmentant l'ansietat davant l'error i les situacions d'estrès i disminuint alhora llur compromís i lliurament en l'aprenentatge. Igualment, també s'ha mostrat en aquests esportistes, que els que tenen una orientació a l'ego presenten més competència motriu percebuda, per la qual cosa, si prenem com a referència els nostres resultats, l'orientació a l'ego seria la més apropiada per obtenir un major rendiment esportiu.

Creences sobre les Causes que porten a l'Èxit en l'Esport

Pel que fa a l'orientació motivacional de l'esportista, els que tenen una orientació a l'ego indiquen l'habilitat i l'engany com a motiu de l'èxit, mentre que els esportistes orientats a la tasca assenyalen la motivació i l'esforç com a camí per arribar als assoliments. Aquests resultats concorden amb altres investigacions que han revelat relacions conceptualment consistents entre perspectiva de fita i focus atribucional; (Ames i Ames, 1981; Nicholls, 1989; citats per Duda, 1995; Ames, 1995; Newton, 1993; Van Yperen, 1999). En general, aquests treballs indiquen que la implicació a l'ego es troba vinculada a un èmfasi en les atribucions d'habilitat o capacitat, mentre que la implicació en la tasca correspon a l'ús de les atribucions d'esforç.

Diversió en l'Esport

La diversió correlaciona positivament amb l'orientació a la tasca i l'avorriment amb l'orientació a l'ego. Això concorda amb altres estudis que afirmen que els esportistes amb una orientació a la tasca es mostren més satisfets amb el seu rendiment i gaudeixen més de l'esport (Duda, Chi i Newton, 1990, citats per Thill, 1995; Boyd, 2002; Cervelló, Escartí i Balagué, 1999; Cervelló i Santos-Rosa, 2000; Kilpatrick, 2003; King, 1997; Roberts, 1999) i els que presenten una alta orientació a l'ego, presenten menys satisfacció i un gaudi menor en la pràctica esportiva (Roberts, 1999; Thill, 1995), per la qual cosa l'orientació a la tasca es mostra preferible, sobretot en edats primerenques, on la diversió és un aspecte fonamental per a la pràctica esportiva.

Així, doncs, per tal de fomentar la diversió en els entrenaments, amb les dades obtingudes en aquests esportistes, evitariem de mostrar una orientació a l'ego, atès que l'orientació motivacional de l'esportista es veu influïda pel seu entorn, i que l'orientació a la tasca s'ha mostrat més adequada per a la diversió.

Conclusions

Es dona una relació positiva entre l'orientació motivacional de l'esportista i el clima motivacional percebut al seu voltant.

Els esportistes amb una orientació motivacional a la tasca consideren que la motivació i l'esforç són la clau per arribar a l'èxit esportiu. L'orientació a l'ego s'associa amb la creença que l'èxit esportiu s'assoleix mitjançant l'habilitat normativa i l'engany.

L'orientació a la tasca es relaciona amb la diversió en l'esport, mentre que l'orientació a l'ego ho fa amb l'avorriment.

L'orientació a l'ego s'ha associat amb una major competència motriu percebuda. L'orientació a la tasca s'ha relacionat amb més ansietat davant l'error i les situacions d'estrès i amb menys compromís i lliurament en l'aprenentatge.

Agraïments

Aquest estudi està subvencionat per la Conselleria de Ciència i Tecnologia de la JCCM i el Fons Social Europeu.

Bibliografia

- Ames, C. (1995). Metas de ejecución, clima motivacional y procesos motivacionales. A G. Roberts (Ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio* (pàg.197-214). Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Biddle, S. (1997). Cognitive theories of motivation and the physical self. A K. Fox (Ed.), *The physical self* (pàg. 59-82). Champaign: Human Kinetics.
- Boixadós, M. i Cruz, J. (2000). Avaluació del clima motivacional, satisfacció, percepció d'habilitat i actituds de *fairplay* en futbolistes alevins i infantils i en llurs entrenadors. *Apunts*(62), 6-13.
- Boyd, M.; Weinmann, C. i Yin, Z. (2002). The relationship of physical self-perceptions and goal orientations to intrinsic motivation for exercise. *Journal of Sport Behavior*, 25(1), 1-18.
- Burton, D. (1992). The Jekyll/Hyde nature of goals: Reconceptualizing goal setting in sport. A T. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (pàg. 267-297). Champaign: Human Kinetics.
- Calvo, R.; Ureña, A.; Martínez, M. i Cervelló, E. (2000). Estudio de la relación entre el clima social motivacional percibido en los entrenamientos, la orientación motivacional y la diversión en jugadoras de voleibol. A Fuentes J. P. i Macías, M. (Coord.), *I Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte* (pàg. 379-387). Cáceres: Universidad.
- Cervelló, E.; Escartí, A. i Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(1), 7-19.
- Cervelló, E. i Santos-Rosa, F. J. (2000). Motivación en las clases de educación física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1), 51-70.
- Duda, J. (1995). Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectivas de meta. A G. Roberts (Ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio* (pàg. 85-122). Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Escartí, A. i Cervelló, E. (1994). La motivación en el deporte. A I. Balagué (Ed.), *Entrenamiento psicológico en el deporte* (pàg. 61-90). Valencia: Albatros Educación.
- Kilpatrick, M.; Bartholomew, J. i Riemer, H. (2003). The Measurement of Goal Orientations in Exercise. *Journal of Sport Behavior*, 26(2), 121-136.
- King, L., i Williams, T. (1997). Goal orientation and performance in martial arts. *Journal of Sport Behavior*, 20(4), 397-411.
- Newton, M. i Duda (1993). The relationship of task and ego orientation to performance-cognitive content, affect and attributions in bowling. *Journal of Sport Behavior*, 16(4), 209-220.
- Roberts, G.; Spink, K. i Pemberton, C. (1999). *Learning experiences in sport psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Ruiz, L. M.; Graupera, J. L. i Nishida, T. (2004) El test AMPET de motivación de logro para el aprendizaje en educación física: desarrollo y análisis factorial de la versión española. *Revista de Educación* (335), 195-214.
- Standage, M. i Treasure, D. (2002). Relationship among achievement goal orientations and multidimensional situational motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 72, 87-103.
- Thill, E. i Brunel, P. (1995). Cognitive theories of motivation in sport. A S. Biddle (Ed.), *European Perspectives on Exercise and Sport Psychology* (pàg. 195-217). Champaign: Human Kinetics.
- Van Yperen, N. i Duda, J. (1999). Goal orientations, beliefs about success, and performance improvement among young elite Dutch soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 9(6), 358-364.
- Voight, M.; Callaghan, J. i Ryska, T. (2000). Relationship between goal orientation, self-confidence and multidimensional trait anxiety among mexican-american female youth athletes. *Journal of Sport Behavior*, 23(3), 271-288.
- Weinberg, R., i Gould, R. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.