

# RELACIÓN ENTRE EL ESTILO INTERPERSONAL DE LOS ENTRENADORES, LA COHESIÓN Y LA VITALIDAD SUBJETIVA DE LOS JÓVENES JUGADORES DE BALONCESTO

## RELATIONSHIP BETWEEN COACHES' INTERPERSONAL STYLE, COHESION, AND SUBJECTIVE VITALITY OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS

Natalia Martínez-González<sup>1</sup>

María Estruch-Faus<sup>2</sup>

Isabel Balaguer<sup>3</sup>

### Resumen

En el marco de la teoría de la autodeterminación, el objetivo del presente trabajo consistió en estudiar las relaciones entre el estilo interpersonal percibido del entrenador (apoyo a la autonomía y controlador) con las dos dimensiones de la cohesión (tarea y social) y con un indicador del bienestar eudaimónico (vitalidad subjetiva). Participaron 114 jugadores y jugadoras de baloncesto (52.6% chicos y 47.4% chicas), con una edad media de 14.68 años (DT = 1.71). Los análisis de regresión lineal mostraron que el estilo de apoyo a la autonomía predijo positivamente la cohesión de tarea y la vitalidad subjetiva, mientras que el estilo controlador no actuó como predictor significativo. Estos resultados remarcen la importancia del estilo de apoyo a la autonomía del entrenador sobre variables grupales e individuales.

**Palabras clave:** Clima Motivacional; Apoyo A La Autonomia; Estilo Controlador; Cohesión Tarea; Cohesión Social; Vitalidad Subjetiva.

### Abstract

Within the framework of self-determination theory, the objective of this study was to study the relationships between the coach's perceived interpersonal style (autonomy-supporting and controlling) with the two dimensions of cohesion (task and social) and with an indicator of eudaimonic well-being (subjective vitality). One hundred and fourteen male and female basketball players (52.6% boys and 47.4% girls) participated, with a mean age of 14.68 years (SD = 1.71). Linear regression analyses showed that the autonomy-supporting style positively predicted task cohesion and subjective vitality, while the controlling style did not act as a significant predictor. These results highlight the importance of the coach's autonomy-supporting style on group and individual variables.

**Keywords:** Motivational Climate; Autonomy Support; Controlling Style; Task Cohesion; Social Cohesion; Subjective Vitality.

<sup>1</sup> Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD). Facultad de Psicología y Logopedia, Departamento de Psicología Social, Universitat de València, València, España; [natalia.martinez@uv.es](mailto:natalia.martinez@uv.es)

<sup>2</sup> Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD). Facultad de Psicología y Logopedia, Departamento de Psicología Social, Universitat de València, València, España; [esfausma98@gmail.com](mailto:esfausma98@gmail.com)

<sup>3</sup> Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD). Facultad de Psicología y Logopedia, Departamento de Psicología Social, Universitat de València, València, España; [isabel.balaguer@uv.es](mailto:isabel.balaguer@uv.es)



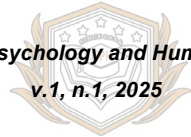
## 1 INTRODUCCIÓN

Uno de los procesos centrales a tener en cuenta en los equipos deportivos es la cohesión, entendida como “un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido en la búsqueda de sus objetivos instrumentales y/o por la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros” (Carron et al., 1998, p. 213). En el ámbito deportivo, se valora muy positivamente que existan grupos cohesionados, ya que se ha demostrado que la cohesión está asociada a importantes beneficios, tanto para el equipo (por ejemplo, mayor rendimiento – Carron et al., 2002) como para los participantes (por ejemplo, mayor compromiso – Leo et al., 2011). Por ello, hay un gran interés en conocer cuáles son sus principales características, sus antecedentes y, sobre todo, desde una perspectiva aplicada, saber cómo el entrenador puede actuar como promotor de la cohesión del equipo.

Carron et al. (1985) desarrollaron el modelo conceptual de cohesión en el cual se propone que el nivel de cohesión de un grupo puede evaluarse a través de las percepciones individuales de sus miembros sobre: (a) la atracción personal que sienten hacia el grupo y (b) el grupo como una unidad, asumiendo que dentro de estas se incluyen dos facetas, la orientación hacia la tarea del grupo (los objetivos comunes del grupo) y la orientación hacia los aspectos sociales del grupo (desarrollo y mantenimiento de relaciones sociales con el grupo).

Así pues, el modelo queda constituido por cuatro dimensiones: Integración Grupal hacia la Tarea, Integración Grupal hacia lo Social, Atracción Individual hacia el Grupo en la Tarea, y Atracción Individual hacia el Grupo en lo Social. Todas ellas conforman el Cuestionario de Entorno de Grupo (GEQ) para poder evaluar dichas percepciones en deportistas mayores de 18 años. No obstante, este cuestionario no es útil para la población de menor edad, ya que a esta edad no se diferencia entre la integración y la atracción del grupo (Eys et al., 2009). Por esta razón, para la población de deportistas menores de 18 años se elaboró el Cuestionario de Entorno Deportivo para Jóvenes (YSEQ), con solo dos dimensiones: cohesión de tarea y cohesión social.

Los estudios realizados hasta el momento sobre los antecedentes de la cohesión en el ámbito deportivo resaltan la importancia que tienen los entrenadores. Concretamente, Duda y Balaguer (1999) formularon un modelo integrado sobre los antecedentes y las consecuencias de la conducta del entrenador como líder, en el que el clima motivacional percibido creado por los entrenadores se vinculaba directamente



con las respuestas cognitivas, afectivas y conductuales, tanto de los deportistas (constructos personales) como del equipo (constructos grupales), y también entre los constructos personales y grupales. En investigaciones posteriores se puso de manifiesto la relevancia de conocer algunos de los factores sociales y personales que actúan como predictores (Balaguer et al., 2015).

Desde esta perspectiva, el objetivo del presente trabajo ha sido estudiar, en jugadores y jugadoras de baloncesto, las relaciones entre la percepción del estilo interpersonal del entrenador (estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y estilo interpersonal controlador), con las dos dimensiones de la cohesión (tarea y social) y con el bienestar de los deportistas utilizando como indicador la vitalidad subjetiva.

La vitalidad subjetiva se define como un estado positivo de energía interna que genera entusiasmo y ánimo, haciendo que la persona se sienta “viva” (Ryan; Frederick, 1997). Desde la literatura, se plantea que las personas con alta vitalidad subjetiva muestran un carácter activo y emprendedor, con interés en el desarrollo de sus competencias y potencialidades y se ha relacionado con el óptimo funcionamiento psicológico y el crecimiento personal.

Estudios previos han analizado la relación entre el clima motivacional creado por el entrenador y la cohesión, principalmente desde la Teoría de las Metas de Logro (AGT; Ames, 1992; Nicholls, 1989). En general, se ha encontrado que un clima de implicación en la tarea — que enfatiza el aprendizaje cooperativo, valora la mejora y el esfuerzo, y hace ver que cada deportista juega un papel importante en el equipo — favorece la cohesión, mientras que un clima de implicación en el ego — que fomenta la rivalidad entre los miembros del equipo, muestra un reconocimiento desigual hacia los deportistas, y utiliza el castigo como respuesta a los errores — la dificulta (p. ej., Eys et al., 2013; Balaguer et al., 2015). La mayoría de estas investigaciones han utilizado la AGT como marco teórico, pero en el presente estudio nos apoyamos en la Teoría de la Autodeterminación (SDT, Ryan; Deci, 2017).

Al igual que la AGT, la SDT también destaca la importancia del clima motivacional creado por el entrenador en el bienestar y el funcionamiento de los deportistas y equipos. Esta teoría expone la existencia de dos dimensiones del clima motivacional: estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y estilo interpersonal controlador. Así pues, cuando un entrenador presenta un estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, favorece las iniciativas de sus jugadores y crea condiciones para que experimenten un sentido de volición, elección y desarrollo personal. Son personas que



se preocupan por conocer las preferencias de sus jugadores e intentan comprenderlas desde su perspectiva. Cuando les piden que lleven a cabo determinadas acciones, les explican las razones por las que se las han solicitado y, cuando la situación lo requiere, les proponen opciones significativas en los entrenamientos y partidos (Mageau; Vallerand, 2003).

Por otro lado, un entrenador con un estilo controlador actúa de forma coercitiva y autoritaria para imponer a los jugadores y al equipo su manera de pensar y actuar. Este es un estilo en el que el entrenador intimida y humilla a sus jugadores (Bartholomew et al., 2010). Por tanto, las consecuencias de ambos estilos interpersonales serán muy diferentes: en el primero, los entrenadores son capaces de despertar la curiosidad y el interés de sus deportistas, favoreciendo sus iniciativas y su bienestar; mientras que en el segundo, se reduce la creatividad de los jugadores y se fomenta su malestar, pudiendo observarse sentimientos negativos e incluso *burnout*.

Tal como ocurre en la AGT, los supuestos de la SDT han sido puestos a prueba en el contexto deportivo, donde se ha confirmado que la figura del entrenador como agente de socialización es fundamental para el desarrollo óptimo de los participantes y del equipo (Ryan; Deci, 2017). Además, los estilos de apoyo a la autonomía del entrenador se han asociado positivamente con diferentes variables individuales (p. ej., vitalidad), interpersonales (p. ej., mayor satisfacción con el entrenador) o de equipo (p. ej., más cohesión). Por el contrario, cuando el entrenador presenta estilos controladores, las consecuencias son negativas en los niveles mencionados (Ng et al., 2012).

Teniendo en cuenta este marco teórico, en el presente estudio se persiguieron dos objetivos. El primero de ellos estuvo dirigido a analizar las relaciones entre las dos dimensiones del estilo interpersonal percibido creado por el entrenador y las dos dimensiones de la cohesión. Así, se hipotetizó que la cohesión de tarea y social estarían relacionadas positivamente con el estilo de apoyo a la autonomía y negativamente con el estilo controlador.

El segundo objetivo se encaminó a examinar las relaciones entre los dos estilos interpersonales y la vitalidad subjetiva, donde se hipotetizó que la vitalidad subjetiva presentaría una relación positiva con el estilo de apoyo a la autonomía y una relación negativa con el estilo controlador.





## 2 MÉTODO

### 2.1 Participantes

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de Investigación en Humanos de la Universidad de Valencia (número de identificación: UV-INV\_ETICA-1784774). Los participantes fueron 114 jóvenes jugadores y jugadoras de baloncesto (54 chicas y 60 chicos) con edades comprendidas entre los 12 y 18 años ( $M = 14.68$ ,  $DT = 1.71$ ). Los deportistas practicaban baloncesto una media de 9.26 horas por semana ( $DT = 3.24$ ), llevaban jugando en su club una media de 2.89 temporadas ( $DT = 1.12$ ) y entrenando con su entrenador actual una media de 1.28 temporadas ( $DT = 0.54$ ) en el momento de la recogida de la información.

### 2.2 Procedimiento

Una vez la directiva del club otorgó el visto bueno y recibió los consentimientos informados de los padres, madres y/o tutores legales, se procedió a realizar una charla presencial con los deportistas para solicitar a todos los equipos de interés su participación. Posteriormente, se les envió el enlace para acceder a la encuesta en la plataforma *LimeSurvey* de la Universitat de València, donde se encontraban los diferentes cuestionarios que debían responder. Se les concedieron tres semanas para completar de forma voluntaria y anónima los cuestionarios durante su tiempo libre. El *apoyo a la autonomía* se evaluó con la versión en español del *Cuestionario de Clima en el Deporte* (SCQ; Balaguer et al., 2008).

Este instrumento, evalúa la percepción que tienen los deportistas sobre el grado de apoyo a la autonomía ofrecido por su entrenador/a a través de 15 ítems (p. ej., “Tengo la posibilidad de comunicarme fácilmente con mi entrenador/a mientras estoy entrenando”). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert que va desde *Nada verdadero* (1) hasta *Muy verdadero* (7). Investigaciones previas han confirmado su validez y fiabilidad (Balaguer et al., 2008).

La *percepción del estilo controlador* por parte del entrenador/a se evaluó con la versión en español (Castillo et al., 2014) de la *Escala de Conductas Controladoras del Entrenador en el contexto deportivo* (CCBS; Bartholomew et al., 2010). El cuestionario evalúa el estilo controlador del entrenador/a mediante 15 ítems (p. ej., “Mi



entrenador/a me grita delante de los demás para que haga determinadas cosas”). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert que oscila desde *Totalmente en desacuerdo* (1) hasta *Totalmente de acuerdo* (7). Su validez y fiabilidad han sido confirmadas previamente (p. ej., Castillo et al., 2014).

La *percepción que tienen los deportistas de la cohesión* fue medida con la versión en español (Castillo, Rodenas et al., 2017) del *Cuestionario de Entorno Deportivo para Jóvenes* (YSEQ; Eys et al., 2009). Esta escala, compuesta por 18 ítems, evalúa la cohesión de tarea (8 ítems; p. ej., “Como equipo, hemos estado todos/as en la misma sintonía”) y la cohesión social (8 ítems; p. ej., “He invitado a mis compañeros/as de equipo a hacer cosas conmigo”). Los dos ítems restantes se emplean para identificar la aquiescencia en las respuestas de los participantes. Los deportistas responden en una escala tipo Likert de cinco puntos, que va desde *Muy en desacuerdo* (1) hasta *Muy de acuerdo* (5). Investigaciones previas han confirmado su validez y fiabilidad (p. ej., Eys et al., 2009; Eys et al., 2013).

La *vitalidad subjetiva* se evaluó con la versión en español (Castillo, Tomás y Balaguer, 2017) de la *Escala de Vitalidad Subjetiva* (SVS; Ryan y Frederick, 1997). A través de 6 ítems (p. ej., “Tengo energía y ánimo”), se evalúa la experiencia subjetiva de energía y vitalidad. Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert que va desde *Completamente falso* (1) hasta *Completamente verdadero* (7). Investigaciones previas, han confirmado su validez y fiabilidad (Castillo et al., 2017).

## 2.3 Análisis

Los análisis estadísticos se llevaron a cabo mediante el programa SPSS v.25. En los análisis preliminares, se evaluó la consistencia interna de las escalas, los valores atípicos y la normalidad de la muestra. Para evaluar los valores atípicos, se calcularon las puntuaciones Z de las variables de estudio y se aplicó el criterio que consideraba extremos aquellos valores superiores a  $\pm 3.29$ . Finalmente se llevó a cabo la contrastación de las hipótesis planteadas mediante análisis de correlación y regresión lineal múltiple.

## 2.4 Resultados

Utilizando una metodología de recorte univariante, los análisis detectaron y eliminaron a trece participantes debido a la manifestación de valores extremos en las diferentes variables del estudio.

Los resultados de los análisis descriptivos y de los coeficientes de fiabilidad de la escala se presentan en la Tabla 1. Los coeficientes de asimetría y curtosis se encontraron dentro del rango recomendado de  $(-2, 2)$  para distribuciones normales. Además, los coeficientes alfa de Cronbach mostraron una fiabilidad satisfactoria para todas las escalas. Las puntuaciones medias indicaron que los jugadores percibían que sus entrenadores y entrenadoras generaban predominantemente estilos interpersonales de apoyo a la autonomía, al mismo tiempo que se caracterizaban como grupo por buenos niveles de cohesión, tanto de tarea como social, y por altos niveles de vitalidad subjetiva.

**Tabla 1** - Estadísticos descriptivos, consistencia interna y correlaciones de las variables de estudio

Variables	M	DT	$\alpha$	Asimetría	Curtosis	1	2	3	4
1. Apoyo a la autonomía	5.72	.68	.88	-.92	.17	-			
2. Estilo controlador	2.15	.80	.83	.36	-.93	-.52**	-		
3. Cohesión tarea	4.23	.74	.90	-1.23	.69	.44**	-.21*	-	
4. Cohesión social	4.55	.45	.76	-1.35	1.92	.21*	-.06	.39**	-
5. Vitalidad subjetiva	5.55	.93	.80	-.82	.75	.35**	-.15*	.16	.19*

Nota. \*\* $p < .01$ . \* $p < .05$

**Fuente:** elaborado por los autores, 2025

Los análisis de correlación de Pearson indicaban que el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía se relacionaba positivamente con ambas dimensiones de la cohesión, mientras que el estilo interpersonal controlador se relacionó negativamente solo con la cohesión tarea. En cuanto a la vitalidad subjetiva, encontramos relaciones positivas con el estilo de apoyo a la autonomía y negativas con el estilo controlador.

Se realizaron tres análisis de regresión lineal múltiple para examinar si el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y el estilo controlador actuaban como buenos predictores de la cohesión y de la vitalidad subjetiva (Tabla 2).

**Tabla 2** - Regresión lineal múltiple de las dimensiones del estilo interpersonal percibido creado por el entrenador sobre las dimensiones de cohesión en el deporte y la vitalidad subjetiva

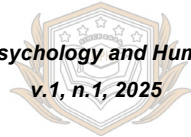
Variables	R <sup>2</sup>	BETA	t	SIG.
<i>Cohesión tarea</i>	.19			
Apoyo a la autonomía		.51	4.49	.00
Estilo controlador		.03	0.03	.79
<i>Cohesión social</i>	.05			
Apoyo a la autonomía		.21	2.27	.03
Estilo controlador		.05	0.66	.51
<i>Vitalidad subjetiva</i>	.12			
Apoyo a la autonomía		.51	3.52	.00
Estilo controlador		.05	0.38	.70

**Fuente:** elaborado por los autores, 2025

Respecto a la cohesión tarea, los resultados indicaron que, aunque en conjunto ambos estilos interpersonales explicaron un 19% de varianza ( $F = 12.99$ ,  $p < .001$ ), solo el apoyo a la autonomía actuó como predictor positivo. Por otra parte, encontramos que en conjunto ambos estilos interpersonales (apoyo a la autonomía y estilo controlador) explicaron un 5% de la varianza de la cohesión social ( $F = 2.78$ ,  $p < .05$ ), siendo únicamente el apoyo a la autonomía un predictor significativo.

Por último, en cuanto a la vitalidad subjetiva, el modelo explicó un 12% de la varianza ( $F = 7.64$ ,  $p < .001$ ), y nuevamente, solo el apoyo a la autonomía la predijo de forma significativa y positiva.





### **3 DISCUSIÓN**

En el contexto deportivo se valora muy positivamente que los grupos estén altamente cohesionados, ya que esta dinámica favorece el funcionamiento del equipo (Carron et al., 2002). Con base a esta concepción varios investigadores han analizado los correlatos de la misma, figurando entre ellos la importancia que tiene el clima motivacional que crean los entrenadores en sus equipos (Balaguer et al., 2015).

Mientras que en trabajos anteriores se han explorado principalmente estas relaciones entre clima motivacional y cohesión desde la AGT, en este trabajo la aproximación se realizó desde la SDT, siendo nuestro primer objetivo estudiar las relaciones del estilo interpersonal del entrenador (apoyo a la autonomía y controlador) con la cohesión del equipo (tarea y social). Los resultados obtenidos han respaldado la primera hipótesis planteada, que sostenía que la percepción del estilo de apoyo a la autonomía presentaría una relación positiva con la cohesión de tarea y con la cohesión social. Esta hipótesis fue confirmada tanto a través del análisis de correlaciones como del análisis de regresión.

En los estudios previos basados en la AGT, también se encontró que ambas dimensiones del clima motivacional (clima de implicación en la tarea y clima de implicación en el ego) se relacionan con la cohesión. Ejemplo de ello son los estudios de Eys et al. (2013), con chicos y chicas participantes en diferentes deportes y actividades, y el estudio de Balaguer et al. (2015) con jóvenes futbolistas de ambos sexos. Estas investigaciones indican que cuando el entrenador fomenta la cooperación entre los miembros del equipo y un buen ambiente en la consecución de los objetivos del grupo, está contribuyendo al deseo de mantener vínculos cercanos entre los compañeros, tanto durante la participación deportiva (cohesión de tarea) como una vez finalizada (cohesión social).

Así pues, la percepción de un clima de implicación en la tarea se relaciona positivamente con la cohesión de tarea, lo que ayuda a mantener unidos a los miembros del equipo en la consecución de sus objetivos en el juego. Además, la percepción del clima de implicación en la tarea se asocia igualmente con relaciones positivas fuera de la cancha. Extrapolando esto a la SDT, se puede interpretar que los efectos sobre la cohesión de tarea y la cohesión social en el deporte base se producen cuando el entrenador adopta la perspectiva de sus jugadores, es comprensivo y flexible, motiva a través del interés y ofrece diferentes opciones. En el presente



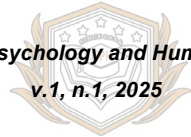
estudio, las correlaciones confirmaron las relaciones positivas del estilo de apoyo a la autonomía con ambas dimensiones de cohesión, mientras que los análisis de regresión demostraron que cuando los jugadores y jugadoras perciben que su entrenador apoya la autonomía, es más probable que perciban una alta cohesión de tarea y una alta cohesión social.

Siguiendo con este primer objetivo, la segunda hipótesis planteada no se ha cumplido completamente. Los análisis de correlación mostraron que la percepción del estilo controlador solo presentaba una relación negativa con la cohesión de tarea y no con la cohesión social. Este hecho parece indicar que el estilo de los entrenadores caracterizado por el uso controlador de recompensas, la atención condicional negativa, la intimidación hacia sus deportistas y el ejercicio de un control personal excesivo, se relaciona negativamente con la unión del grupo en lo que respecta a la ejecución de la tarea.

Sin embargo, este estilo controlador no parece estar relacionado, ni positiva ni negativamente, con las relaciones sociales de sus jugadores y jugadoras. Los resultados coinciden con la evidencia previa que ha encontrado que la percepción de un clima de implicación en el ego se relaciona negativamente con la cohesión de tarea, pero no con la cohesión social (Balaguer et al., 2015; Eys et al., 2013). Estas diferencias podrían deberse a que los participantes de esta investigación, al margen del estilo interpersonal creado por el entrenador, son amigos. De hecho, muchos de ellos asisten a la misma clase en el instituto y, además, algunos viven juntos porque han sido becados desde diferentes partes de la comunidad.

En cuanto a los análisis de regresión, el estilo controlador no predijo ni positiva ni negativamente la cohesión de tarea ni la cohesión social. Aunque el estudio de Balaguer et al. (2015) sí encontró que los climas de implicación en el ego predecían negativamente ambos tipos de cohesión, en nuestro estudio el estilo controlador no fue un predictor significativo. Un posible factor que explique estas diferencias podría ser el tamaño de la muestra en nuestro estudio, que se limita a 114 sujetos. También podría deberse a que las investigaciones anteriores se han centrado más en la AGT que en la SDT, por lo que existe poca literatura que haya explorado estas relaciones.

En cuanto al segundo objetivo, se exploraron las relaciones entre el estilo interpersonal percibido creado por el entrenador y un indicador de bienestar personal, concretamente la vitalidad subjetiva. Siguiendo la dirección de lo sugerido por Ng et al. (2012), se planteó la hipótesis de que la vitalidad subjetiva se relacionaría



positivamente con el estilo de apoyo a la autonomía y negativamente con el estilo controlador. Aunque estas relaciones se demostraron en el análisis de correlaciones, en los análisis de regresión solo el estilo de apoyo a la autonomía predijo la vitalidad subjetiva de los jugadores y jugadoras.

Esto sugiere que cuando un entrenador adopta la perspectiva de sus jugadores, es comprensivo y flexible, motiva a través del interés y ofrece diferentes opciones, está contribuyendo a su bienestar. Resultados en esta línea han sido encontrados tanto en estudios transversales (p. ej., Adie et al., 2008; Reinboth et al., 2004) como longitudinales (p. ej., Balaguer et al., 2012; Wang et al., 2023). Por el contrario, cuando utiliza recompensas de manera controladora, presta atención condicional negativa, intimida a sus deportistas y ejerce un control personal excesivo, no está ni aumentando ni disminuyendo su bienestar.

Estos resultados difieren de los obtenidos en algunas investigaciones (Balaguer et al., 2011; González et al., 2017), donde el estilo controlador sí que actuó como predictor negativo de la vitalidad subjetiva mediante su efecto sobre variables como la motivación y la frustración de las necesidades psicológicas básicas. Tal como se mencionaba anteriormente, sería necesario contar con muestras más amplias para evaluar estos planteamientos a través de modelos de ecuaciones estructurales, considerando además otras variables que podrían estar implicadas como mediadoras.

#### **4 CONCLUSIÓN**

En síntesis, los resultados del presente trabajo ofrecen apoyo a los supuestos teóricos, subrayando el importante papel del apoyo a la autonomía de los entrenadores en variables grupales como la cohesión de tarea - que refleja el funcionamiento del equipo en su conjunto - y sobre la vitalidad subjetiva – que nos indica el grado bienestar de los deportistas. Aunque la muestra del estudio es pequeña, los resultados obtenidos, al igual que los ofrecidos en investigaciones previas, remarcan que apoyar la autonomía de los deportistas favorece el funcionamiento óptimo de los participantes y del equipo (p. ej., Balaguer et al., 2015; Duda y Balaguer, 1999; Ng et al., 2012).

Sin embargo, futuras investigaciones experimentales y longitudinales deberían orientarse a estudiar la relación causal entre el estilo interpersonal percibido creado por el entrenador, la cohesión y la vitalidad subjetiva, dado que el presente trabajo

solo informa sobre asociaciones establecidas entre estas variables a nivel transversal. Aun así, se trata de un estudio novedoso en baloncesto, ya que la mayoría de las investigaciones previas se han llevado a cabo en fútbol.

A nivel de *aplicación práctica*, los resultados obtenidos impulsan a que los entrenadores promuevan estilos interpersonales de apoyo a la autonomía, en los que en su interacción con sus deportistas se sitúen desde su perspectiva, les expliquen las razones por las que les piden las cosas, fomenten su iniciativa, y que siempre que sea posible les ofrezcan la posibilidad de elección.

Por todo esto y, considerando que el entrenador es un agente de socialización clave para el funcionamiento óptimo de los participantes y del equipo (Ryan y Deci, 2017), los clubes deberían promover la formación de sus entrenadores en la creación de climas motivacionales en los que se fomente la autonomía y se expliquen los riesgos de crear climas de estilo controlador (Véase Balaguer et al., 2021 sobre programas de formación de entrenadores).

## REFERENCIAS

ADIE, J. W., DUDA, J. L., & NTOUMANIS, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. **Motivation and Emotion**, 32(3), 189–199. <https://doi.org/10.1007/s11031-008-9095-z>

AMES, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. En G.C. Roberts (Ed.), **Motivation in sport and exercise** (pp. 161–176). Human Kinetics.

BALAGUER, I., CASTILLO, I. & DUDA, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la Teoría de la Autodeterminación. **Revista de Psicología del Deporte**, 17, 123–139.

BALAGUER, I., CASTILLO, I., RÓDENAS, L., FABRA, P., & DUDA, J. L. (2015). Los entrenadores como promotores de la cohesión del equipo. **Cuadernos de psicología del deporte**, 15(1), 233–242.

BALAGUER, I., GONZÁLEZ, L., FABRA, P., CASTILLO, I., MERCÉ, J., & DUDA, J. L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well- and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. **Journal of Sports Sciences**, 30(15), 1619–1629. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.731517>



BALAGUER, I., CASTILLO, I., y DUDA, J.L. (2021). **Creación de climas de empoderamiento**. En T. García-Calvo., F. M. Leo y E. M. Cervelló (pp.447- 469). Dirección de grupos deportivos. Valencia. Editorial Tirant lo Blanch.

BARTHOLOMEW, K.J., NTOUMANIS, N., & THOGERSEN-NTOUMANI, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 31, 193–216. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193>

CASTILLO, I., RÓDENAS, L., LÓPEZ-WALLE, J., & BALAGUER, I. (2017). **Análisis preliminares de las propiedades psicométricas de la versión española del cuestionario del entorno deportivo para jóvenes deportistas**. En J. M. López-Walle, R. Cuevas, P. Reynaga-Estrada, J. Tristán, A. Hernández-Mendo, & I. Balaguer (Ed.), Contribuciones de la psicología para una Red de deporte de Calidad (pp. 27–35).

CASTILLO, I., TOMÁS, I., & BALAGUER, I. (2017). The Spanish-version of the Subjective Vitality Scale: Psychometric properties and evidence of validity. **The Spanish Journal of Psychology**, 20(26), 1–8. <https://doi.org/10.1017/sjp.2017.22>

CASTILLO, I., TOMÁS, I., NTOUMANIS, N., BARTHOLOMEW, K., DUDA, J., & BALAGUER, I. (2014). Psychometric properties of the Spanish version of the Controlling Coach Behaviors Scale in the sport context. **Psicothema**, 26(3), 409–414. <https://doi.org/10.7334/psicothema2014.76>

CARRON, A. V., BRAWLEY, L. R. & WIDMEYER, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. En J. L. Duda (Ed.), **Advances in sport and exercise psychology measurement** (pp. 213–226). Fitness Information Technology.

CARRON, A. V., COLMAN, M. M, WHEELER, J. & STEVENS, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta-analysis. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 24, 168–188. <https://doi.org/10.1080/026404102317200828>

CARRON, A. V., WIDMEYER, W. N. & BRAWLEY, L. R. (1985). The development of an instrument to measure cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. **Journal of Sport Psychology**, 7, 244–266. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>

DUDA, J. L. & BALAGUER, I. (1999). Toward an integration of models of leadership with a contemporary theory of motivation. En R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), **Sport psychology: Linking theory and practice** (pp. 213–230). Fitness Information Technology.

DUDA, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA Project. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, 11(4), 311–318. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414>

EYS, M. A., JEWITT, E., EVANS, M. B, WOLF, S., BRUNER, M. W. & Loughhead, T. M. (2013). Coach-initiated motivational climate and cohesion in youth sport.

**Research Quarterly for Exercise and Sport**, 84, 373–383.

<https://doi.org/10.1080/02701367.2013.814909>

EYS, M. A., LOUGHEAD, T. M., BRAY, S. R. & CARRON, A. V. (2009).

Development of a cohesion questionnaire for youth: The Youth Sport Environment Questionnaire. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 31, 390–408.

<https://doi.org/10.1123/jsep.31.3.390>

GONZÁLEZ, L., TOMÁS, I., CASTILLO, I., DUDA, J. L., & BALAGUER, I. (2017). A test of basic psychological needs theory in young soccer players: time-lagged design at the individual and team levels. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, 27(11), 1511–1522. <https://doi.org/10.1111/sms.12778>

LEO, F. M., SÁNCHEZ-MIGUEL, P. A., SÁNCHEZ-OLIVA, D., AMADO, D. & GARCÍA-CALVO, T. (2011). Interacción de los niveles de cohesión en el grado de compromiso de jóvenes futbolistas. **Movimiento humano**, 1, 13–26.

MAGEAU, G.A., & VALLERAND, R.J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. **Journal of Sports Sciences**, 21, 883–904.

<https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>

NG, J. Y., NTOUMANIS, N., THØGERSEN-NTOUMANI, C., DECI, E. L., RYAN, R. M., DUDA, J. L., & WILLIAMS, G. C. (2012). Self-determination theory applied to health contexts: A meta-analysis. **Perspectives on Psychological Science**, 7(4), 325–340. <https://doi.org/10.1080/026404100365018>

NICHOLLS, J. G. (1989). **The competitive ethos and democratic education**. Harvard University Press.

REINBOTH, M., DUDA, J. L., & NTOUMANIS, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. **Motivation and Emotion**, 28(3), 297–313.

<https://doi.org/10.1023/B:MOEM.0000040156.81924.b8>

RYAN, R. M., & DECI, E. L. (2017). **Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness**. New York: Guilford Publications.

RYAN, R. M. & FREDERICK, C. M. (1997). On energy, personality, and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. **Journal of Personality**, 65, 529–565. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.x>

WANG, Y., WU, C. H., & CHEN, L. H. (2023). A longitudinal investigation of the role of perceived autonomy support from coaches in reducing athletes' experiential avoidance: The mediating role of subjective vitality. **Psychology of Sport and Exercise**, 64, 102304. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102304>