

Foto: Hole Golf Iñigo Alfaro



Retos y resultados

Por Encarna María Lozano Casero
Psicóloga Especialista en Actividad Física y Deporte

Tras repasar en artículos anteriores algunas de las cuestiones que rodean a la motivación, vamos ahora a prestarle atención a la última de las características que forman parte de esta variable: la orientación motivacional que muestra el jugador de golf, que puede estar centrada en el ego o en la tarea.

La orientación motivacional centrada en el ego implica que la motivación de los jugadores dependa fundamentalmente de retos y resultados en competencia con otros deportistas, mientras que en la orientación motivacional centrada en la tarea, la motivación depende de retos y resultados personales e impresiones subjetivas de dominio y progreso.

Orientaciones no opuestas

Según algunos autores, ambas orientaciones motivacionales son ortogonales y no opuestas. Puesto que se trata de dos continuos, en realidad cada deportista tendrá una mayor o menor orientación motivacional de 'ego' y de 'tarea', y se situará en el punto de interacción que le corresponda según predomine más uno, otro o ambos.

En la orientación motivacional influyen factores situacionales y personales. Por un lado, determinadas situaciones propician más una orientación que otra; por otro lado, cada jugador presenta una tendencia particular hacia el ego o la tarea.

En situaciones caracterizadas por la competencia interpersonal y la evaluación social, como sucede habitualmente en el deporte de competición, es más probable que la orientación motivacional de los jugadores se centre en el ego, mientras que en situaciones en las que se acentúe la participación, el aprendizaje de habilidades y el progreso personal, como debe suceder en una clase de golf dirigida a jugadores jóvenes, es más probable que la motivación de los alumnos se centre en la tarea.

La orientación motivacional centrada en el ego puede ser beneficiosa en el deporte de competición, favoreciendo que los jugadores se esfuercen para conseguir sus objetivos de vencer a determinados rivales o conseguir, por ejemplo, el primer puesto del Ranking. De hecho, los grandes campeones suelen ser personas con un enorme deseo de vencer y, en general, una elevada motivación de estas características. Sin embargo, este tipo de motivación debe ir acompañada de una elevada autoconfianza en los propios recursos para conseguir los resultados deseados o de una considerable motivación centrada en la tarea. En realidad, la motivación centrada en la tarea tiene una estrecha relación con la autoconfianza.

Situaciones estresantes

La motivación de 'ego', por su acusado énfasis en elementos externos que no dependen del propio jugador, puede propiciar que la situación de la competición resulte mucho más estresante y que los jugadores sean vulnerables a desarrollar déficit graves de autoconfianza y motivación si no consiguen los resultados deseados. En presencia de una elevada autoconfianza o una motivación también centrada en la tarea, el riesgo se reduce drásticamente, pues los jugadores tienen elementos de control que disminuyen el potencial estresante de la situación competitiva y amortiguan el impacto negativo de los resultados deportivos adversos.

Teniendo en cuenta la mayor propensión de los deportistas de competición a la motivación de ego, el trabajo de los diferentes profesionales que rodean al deportista, o en nuestro caso al jugador de golf, debe contemplar el fortalecimiento de la motivación centrada en la tarea y de la autoconfianza para evitar que la motivación de los jugadores se convierta en una 'motivación de riesgo'. ■