

Posibilidades para fomentar la motivación en la enseñanza del deporte

Por G. Hecker *

1. Introducción

Todo profesor y entrenador que confronta este tema, presumiblemente desea primero que sus alumnos, durante la clase de deporte o educación física y durante el entrenamiento, deben proponerse con mucha dedicación y buena disposición a esforzarse por solucionar las tareas que se les asignen. Los alumnos y los deportistas deben enfrentarse al asunto con entusiasmo, deben estar dispuestos a practicar permanentemente y esforzarse en hacerlo. En este sentido el término motivación seguramente contiene una secuencia compleja de variables individuales que se condicionan mutuamente. El científico, a través de resultados de investigaciones, debería estar en capacidad de conocer exactamente estas secuencias condicionantes en todas sus diferentes interrelaciones, con el fin de satisfacer el deseo de los prácticos y ofrecerles ayudas, con las cuales se podrían solucionar todos los problemas de la motivación. En la medida en la cual el autor conoce la literatura, que se refiere a resultados correspondientes de investigaciones, no se puede satisfacer este deseo. Pero esto no quiere decir que con la ciencia no deberíamos ofrecer ayudas. Pero por el momento en la discusión del tema de la motivación en cada caso es necesario restringirse a áreas parciales y de ahí llevar a efecto las derivaciones para la práctica.

Durante el Seminario de Investigación sobre Aprendizaje y Formación, el cual

se llevó a cabo en 1971 cerca a Muenchen, Dave McCLELLAND uno de los padres de la psicología de la motivación, dijo que no debemos simplemente recopilar nuestros datos y evaluarlos, con el fin de informar sobre estos resultados. Más bien tendríamos que tratarlos como "filosofando" tratar de llevarlos hacia interrelaciones mayores.

Precisamente en este sentido y a continuación se intentará describir por un lado los resultados de investigaciones que son importantes para este tema, y por el otro presentar procesos de reflexión e interrelaciones con respecto a la práctica, con lo cual se tratarán las ayudas directas para el profesor y entrenador. Naturalmente, las reflexiones de este tipo pueden servir como estímulo para proyectos de investigación que continúan y llevan el tema más adelante.

En vista que el presente artículo se escribe en primer término desde la perspectiva pedagógica, se tiene que discutir primero sobre el asunto: si aquí se está teniendo en cuenta la responsabilidad pedagógica. Si se quiere motivar a los alumnos para hacer algo, esto solo tiene validez en ese momento cuando esta motivación producida se puede valorar como positiva para el subsecuente desarrollo del respectivo alumno o deportista. Uno bien puede imaginarse que un grado demasiado alto de motivación puede llevar a los interesados hacia actividades que pueden tener un efecto nocivo sobre su subsecuen-

Catedrático de la Escuela Superior de Colonia (R.F.A.) en el área de Didáctica.

te desarrollo. Así por ejemplo, en el deporte decididamente una dedicación excesiva puede conducir a perjuicios en la salud. La posibilidad de prevenir este peligro es la reflexión sobre las interrelaciones. Al mismo tiempo que la motivación, se debería entonces también impartir la capacidad de reflexión.

La ciencia puede dar indicaciones sobre dos posibilidades básicas de diferenciación, que son especialmente importantes para los procesos de motivación. Se trata de las siguientes confrontaciones: En el sentido de estas reflexiones preliminares se tratará el tema en 4 capítulos, con los cuales se fijan puntos claves especiales, que a su vez cubren una amplia gama del tema de la motivación.

- Disposición y motivación,
- motivación intrínseca y extrínseca.

Además existe la posibilidad de:

- establecer líneas de unión hacia otras características de la personalidad, y de esto
- llevar a cabo derivaciones para la práctica.

2. Disposición y Motivación

El fomento de la motivación, como se trata en este artículo desde la perspectiva de la pedagogía, siempre incluye también los cambios de comportamiento. Si se quiere cambiar el comportamiento, entonces ayuda mucho, poder explicar el comportamiento.

Con la explicación de la motivación se abarca una parte importante de las interrelaciones totales para el comportamiento. Ayuda mucho al explicar la motivación, diferenciar entre disposición y motivación. Mientras que con respecto a la disposición se piensa más bien en un área específica, en la motivación se trata de una característica de la personalidad que es efectiva en todas las áreas. Tanto la disposición como la motivación se aprenden. Estas no están dadas con el potencial genético. Más bien las influencias del medio ambiente, que se manifiestan especialmente como prácticas educativas, son determinantes para las respectivas disposiciones y motivaciones. Las experiencias que se llevaron a cabo conscientemente o también ocurrieron fortuitamente, influyen el desarrollo de disposiciones

positivas o negativas frente a determinada área, influyen también el desarrollo de determinadas disposiciones en el sentido de motivaciones, que ayudan a determinar el comportamiento en diferentes áreas.

2.1 Disposición

Se determinó ya con anterioridad, que se debe pensar sobre las disposiciones como específicas para un área. Uno puede tener una disposición positiva o negativa frente al deporte, a la música, a la matemática, etc. Dentro del deporte uno tiene disposiciones muy especiales frente a determinados tipos de deporte. El windsurfing puede estar asociado con la experiencia que uno se cae constantemente al agua, cuando se está aprendiendo, o que uno se puede lesionar al aprender, y no darse cuenta que uno progresa un poco.

Pero también puede notar que con la experiencia, después de unas pocas dificultades iniciales podía deslizarse con la tabla sobre el agua, pronto adquirió el tacto para deslizarse bien, se adquiría más seguridad en el dominio de ir en la dirección correcta, uno mismo puede aumentar constantemente el grado de dificultad, al haber más viento y más oleaje, más placer se sentía al hacer windsurfing. En el primero de los casos más bien se ha desarrollado una disposición negativa frente al windsurfing, mientras que en el segundo se puede contar con una disposición más bien positiva frente a este deporte.

Ya los primeros enfrentamientos con un área determinada pueden tener influencia sobre el desarrollo de la disposición en esta área. Las mejores condiciones existen cuando una persona por su propia voluntad realiza la introducción hacia el deporte o hacia la música o hacia cualquier otro campo. Frecuentemente no se puede reconocer porque un niño expresa el deseo de tocar la trompeta, patinar, esquiar, o practicar gimnasia en aparatos. Seguramente los primeros enfrentamientos son especialmente significativos. Estos enfrentamientos pueden haber ocurrido fortuitamente, pero también pueden haber sido manejados por los educadores. Aquí la relación entre el educador y el alumno

es de mucha importancia. Al existir una relación positiva, el educador tiene que expresar su propia disposición hacia una de las áreas escogidas, y entonces puede contar con que el alumno acepta también esta disposición positiva. Pero si existe una relación de tensión entre el educador y el alumno entonces es más bien aconsejable, que el educador no deje manifestar muy claramente su propia disposición. Niños y jóvenes en este caso, más bien tienden a hacer exactamente lo contrario de lo que han podido reconocer en el educador.

La disposición hacia el deporte o hacia tipos individuales de deportes también está determinada por las conexiones con otras áreas de la vida. El efectuar investigaciones sobre la disposición en conexión con el deporte, se indaga p.e. si el deporte le gusta porqué:

- a) se pueden obtener experiencias sociales.
- b) se puede adquirir o mantener la salud y el estado físico,
- c) se pueden experimentar o vivir peligros y riesgos y con ellos también aventuras.
- d) se puede experimentar elegancia y belleza de movimientos,
- e) es posible un comportamiento con énfasis en rendimiento y competencia.

No toda persona encuentra a través de muchos caminos posibles el acceso hacia el deporte. Se tiene que considerar que diferentes personas tienen diferentes acentos o intereses. Para una persona es importante lo aventurado de la cosa, otro busca más las experiencias sociales, el próximo piensa primordialmente en su salud y estado físico, cuando practica el deporte, etc. Lógicamente que también existen combinaciones. Así tal vez el patinador artístico sobre hielo deseará demostrar el énfasis sobre rendimiento y competencia, pero también se alegrará por la elegancia y la belleza de los movimientos.

Si los profesores y entrenadores desean que

sus alumnos y deportistas participen con entusiasmo, entonces sus esfuerzos pedagógicos dependen en gran parte de la respectiva disposición del deportista hacia su deporte. La motivación de practicar con ahinco en un área determinada y así aprender puede ser reforzada con una disposición positiva. Así pues, todo profesor y entrenador tiene que preocuparse que la disposición del aprendiz hacia la respectiva área de aprendizaje sea positiva. Si todavía no lo es, entonces el profesor y entrenador tienen que preocuparse que ésta mejore. En muchos casos la labor consta de mantener una disposición positiva ya existente. Se pueden presentar problemas durante los esfuerzos en esta labor cuando se presentan experiencias negativas muy seguidas o como consecuencia de un cambio de intereses, cuando los deportistas se dedican a otras áreas con especial énfasis y durante sus esfuerzos decaen en el deporte. Las causas para un cambio subsecuente de disposición pueden ser la preocupación por ganar la subsistencia, la relación con un amigo o una amiga, oportunidad de acceso hacia un área artística o simplemente la idea de querer vivir muchas experiencias diferentes.

3. Motivación intrínseca y extrínseca.

Al hablar sobre las motivaciones al rendimiento ya se vió claramente, que la motivación puede estar anclada en forma intrínseca en la persona. Pero también se demostró en que forma la motivación depende de condiciones externas. Los términos motivación intrínseca y extrínseca son especialmente significativos para las reflexiones y conclusiones pedagógicas. Precisamente en el deporte el objetivo de la práctica intrínseca del deporte es generalmente reconocido. Uno debe querer realmente y practicar el deporte con gusto, preocuparse por tener oportunidades para practicar el deporte y también poder aprovechar estas oportunidades. Aunque los procesos de aprendizaje en el deporte pueden ser fomentados por el profesor de educación física. Pero esto debe estar acompañado con la perspectiva que el profesor de educación física, como también

cualquier otro profesor, se vuelva más y más superfluo. Los alumnos deben volverse más y más independientes y deben ellos mismos querer estructurar más y más sus subsecuentes procesos de aprendizaje.

Los profesores se convierten entonces solo en asesores y posiblemente estimuladores a base de su ventaja en cuanto a la información.

Las ideas descritas presuponen una motivación predominantemente intrínseca.

Sólo cuando una persona por su propia iniciativa le gusta practicar el deporte, y tiene el deseo de estar siempre activo deportivamente y también puede realizar esto, se puede hablar de la motivación intrínseca por el deporte. Pero la idea positiva hacia el deporte no basta. Mucho más allá, la persona también debe tener la capacidad de manejar con propiedad los procesos de ejercicios de aprendizaje, la capacidad de fijarse metas de acción y esforzarse para lograr los objetivos de acción fijados. Cuando se ha logrado el objetivo, entonces la persona primero tiene que reconocerlo para que lo lleve a una sensación de satisfacción, lo cual entonces ya contiene un nuevo estímulo para fijar nuevos objetivos en acción. La persona intrínsecamente motivada en la mayor parte es responsable, por su propio manejo del comportamiento y no depende de ayuda externa.

Sin embargo, una motivación intrínseca extremadamente alta puede conducir a ya no poder preciar las cosas bien. Entonces posiblemente puede existir una fijación tan fuerte por una área determinada, que ya no se puede mirar por encima de la cerca. Como ejemplo en este contexto se puede nombrar al profesor aficionado que está tan fascinado por su trabajo o actividad que pierde la capacidad de preguntarse sobre el subsecuente sentido de sus acciones de interés. Algo muy similar se puede pensar fácilmente en el área del deporte.

Junto a la motivación intrínseca también existe la posibilidad de estar extrínsecamen-

te motivado. En este caso a uno se lo motiva para algo que no se desea directamente. Un alumno que tiene una disposición negativa hacia un idioma se le motiva para aprender este idioma llamarle la atención sobre las consecuencias negativas al oponerse a este proceso de aprendizaje. En este caso se le amenaza con sanciones, las cuales se quiere evitar. De esto se desarrolla una motivación para aprender un idioma que se llama extrínseca, porque el esfuerzo sólo se logra a través de la presión externa.

Entonces se necesita la motivación extrínseca en ese momento cuando la disposición hacia determinada área de comportamiento es negativa, y/o cuando el alumno no está en capacidad de manejarse por sí solo. Pero cuando ahora se puede exponer la opinión fundamentada que una persona debería volverse activa en un área de este tipo, entonces se buscan las posibilidades de la motivación extrínseca. Esto puede partir de la persona interesada pero también puede llevarse a cabo a través de los esfuerzos de profesores o entrenadores.

Tanto en la fórmula para la motivación al aprendizaje de HECKHAUSEN (HECKHAUSEN 1968), como también en las categorías de disposición arriba descritas se habla de posibilidades extrínsecas de motivación. Porque alguien quiere conservar la salud o quiere volver a ser saludable, practica deporte, aunque esta actividad no es para él una necesidad directa y no lo conducen a aquellos tipos de satisfacción con los cuales se despertaría el deseo de repetición. Lo mismo es válido para los motivos que uno se identifica con alguien y quiere competir con éste, uno busca más validez para sí mismo a través de la actividad, uno hace algo para satisfacer al profesor o a los padres o al entrenador, uno quiere evitar castigos o por esta vía se buscan contactos sociales. Siempre son motivos externos, que estimulan determinado comportamiento. El respectivo impulso para continuar las acciones siempre tiene que venir de afuera.

Pero las experiencias demuestran que en una serie de casos esta motivación extrínseca

puede convertirse en intrínseca. Siempre en esos casos cuando a través de las mismas acciones cambia la disposición hacia el respectivo campo en forma positiva, está el camino abierto para la motivación intrínseca. En este contexto también se habla a veces que se tiene que obligar a una persona para encontrar su felicidad. A través de la motivación extrínseca se estimulan entonces hacia acciones que tienen un efecto tan positivo, que se crea el deseo de poder repetir estas acciones.

Lógicamente en muchos casos en el sentido más estricto, no es posible diferenciar entre motivación intrínseca o extrínseca. Motivación intrínseca puede existir en muchos grados diferentes y pronunciados. Si es relativamente débil, entonces muchas veces necesita un complemento extrínseco. Si uno piensa en desarrollos a largo plazo, entonces en muchos casos la motivación pura extrínseca puede no ser suficiente. Una dedicación perdurable solo se logra en ese momento cuando se desarrolla una parte de motivación intrínseca. Alguien verdaderamente puede tener una disposición positiva frente al deporte y en muchos casos en la práctica del deporte también se puede afianzar por sí solo. Pero cuando se ve enfrentado con exigencias fuertes a manera de un entrenamiento del estado físico, entonces posiblemente la motivación intrínseca en esta área disminuye y se puede complementar y mantener despierta con motivación extrínseca. El deseo de mantenerse sano, por lo menos para cierto número de personas, no es suficiente para estimularlos a practicar deporte a largo plazo y continuamente. Pero esto se logrará o se presentará cuando junto con el deseo de mantenerse sano también se presenta el "amor o cariño por la cosa", cuando el deporte le agrada a la persona. Todo profesor de educación física y entrenador seguramente está bien aconsejado cuando se esfuerza por desarrollar en sus alumnos o deportistas una motivación en lo posible de alto grado y así poder mantener la necesidad de la motivación extrínseca a un grado mínimo. En muchos casos esto es más fácil en el deporte que en una serie de otras áreas.

4. Conclusiones para la práctica

Ya que la disposición y la motivación se tienen que apreciar en las interrelaciones aquí descritas, ellas son especialmente significativas para las conclusiones pedagógicas. Estas conclusiones se aprecian en el siguiente capítulo como procesos "ideales" de desarrollo. Se deben dar instrucciones sobre qué posibilidades tiene el profesor y especialmente el profesor de educación física para llevar a sus alumnos tan cerca como sea posible a procesos de desarrollo que se piensa que son ideales. Los conflictos graves y que entorpecen el desarrollo se deben prevenir en la manera descrita.

Ahora bien se puede lógicamente preguntar inmediatamente cómo puede uno saber que aspecto debe tener un proceso ideal de desarrollo y si no con el estado individual de una persona se tiene que suponer un proceso ideal completamente diferente que para otra persona. Tan legítima como sea esta problemática y suposición, parece correcto describir para el profesor y entrenador procesos típicos ideales de desarrollo como se pueden derivar del estado actual de la psicología de la motivación al incluir criterios pedagógicos. Naturalmente que el práctico espera poder relacionar y adaptar las declaraciones generales aquí expuestas a sus casos especiales. Para esto, tanto para el autor de este artículo como también para los profesores y entrenadores que lo utilizan se sienta la máxima pedagógica de compartir la responsabilidad por el desarrollo total y global de alumnos y deportistas. Todas las decisiones se tienen que ligar con la problemática que si ofrecen una ayuda y son estímulos para influenciar en forma positiva el desarrollo total del respectivo interesado. Lo que se puede evaluar como positivo para el individuo, se tiene que decidir según los mejores conocimientos y mejor consciencia. Al hacer esto, se tiene que considerar al interesado cada vez más y más al crecer y desarrollarse y hacerlo partícipe de la decisión, así como desafiarlo y darle instrucciones.

Se denomina como ideal un proceso de desarrollo cuando conduce al siguiente resultado:

la disposición hacia el área respectiva es positiva. En el sentido de motivación intrínseca, la persona está interesada en el asunto mismo. Relacionando esto con el deporte se puede comprobar en este sentido que a la persona le gusta practicar el deporte y con los correspondientes procesos de ejercicios primordialmente siente placer.

Para que la motivación intrínseca sea completa hay que preocuparse que el desarrollo de la motivación también sea positivo. Esto se garantiza en ese momento cuando todas las motivaciones están desarrolladas y aquí predomina la motivación de unión, es decir, predominan la esperanza por el éxito y la búsqueda por el servicio social. En este caso se puede suponer que la persona al estar haciendo ejercicio se afianza ella misma.

A través de un nivel real de exigencias, buena disposición a esforzarse y un autoconcepto positivo, la persona tendrá la capacidad de soportar fracasos, podrá tomar un riesgo dosificado y practicar con resistencia. Esta persona también podrá reflexionar estando bajo estrés y podrá controlar sus propias agresiones. DeCHARMS habla de cierto personaje en este contexto, que al estar en determinada y cualquier situación se puede tasar a sí mismo en forma real y ayudarse a sí mismo. En el vulgo se podría decir que este personaje está en capacidad de manejar, él mismo, su vida.

Ahora bien, si nos preguntamos cómo podemos llegar a ser este tipo de personaje, entonces tenemos que pensar en un desarrollo que comienza con el nacimiento. Las respectivas personas de referencia tienen que preocuparse que se desarrolle la motivación de sociabilidad. Ellas luego tienen que preocuparse que durante los enfrentamientos se garantice un estado equilibrado de "poder salir ganando" y "tener que adaptarse", y así se pueda desarrollar el deseo de salir ganando (motivación de poder) sin que durante este proceso se llegue a una medida demasiado alta. Las exigencias que se le impongan al niño siempre tienen que corresponder a sus capacidades. Se deben evitar exigencias demasiado fáciles o demasiado di-

fíciles. El niño también tiene que tener oportunidad de determinar, él mismo, las exigencias y así desarrollar un nivel de exigencias real. En cada caso se le tiene que dar más tiempo para que practique por sí solo. La evaluación de sus rendimientos predominantemente debe relacionarse con su propia capacidad de rendimiento y sus propios esfuerzos al realizar el rendimiento. En cambio la orientación según normas sociales debe relegarse más bien a un segundo plano.

Los padres, profesores, y entrenadores deben preocuparse porque haya un buen ambiente, donde se tiene que patentizar que los interesados se tienen que respetar y considerar mutuamente. Ambas partes tienen que estar dispuestas a aceptar las críticas que reciben y también estar en capacidad de presentar una crítica ellos mismos en la medida adecuada. Padres, profesores y entrenadores deberían seriamente actuar de tal manera que vayan disminuyendo paulatinamente sus propias capacidades de mando y facilitar la transición hacia una relación de compañeros.

Las competencias deportivas y los resultados unidos a ellas no se deben apreciar con tanta seriedad. Después de cada competencia deportiva tiene que patentizarse la perspectiva de que hay posibilidad de aún más desarrollo. En el deportista que va ya entrando en años, este desarrollo subsecuentemente puede considerarse en el sentido de un correcto desarrollo que va en retroceso. Se desea que los deportistas lleguen a una competencia con autoconsciencia y confianza en sus habilidades, que se deben evaluar en forma real. El objetivo decisivo es entonces agotar su propio potencial de rendimiento con todo el esfuerzo. Aquí sin embargo se tiene que pensar en una secuencia temporal inteligente de las competencias. Realmente se puede imaginar que uno toma parte en una competencia por motivos de salud tal vez, que uno no quiere en este caso realmente agotar todo su potencial de rendimiento. Pero entonces sería más correcto no tomar parte en la competencia.

Uno tiene que tomar como vienen las pequeñas desviaciones en el curso del rendi-

miento, tomarlas en forma real y como son. Pero esto significa que no se pueden dramatizar el éxito y el fracaso.

Al tener éxito uno no debe sentirse "como el más grande" y al experimentar el fracaso uno "no debe querer enterrarse en un hueco". Uno tiene que poder sentir gusto o placer al tener éxito. Pero no es necesario considerar al ganador como un gran héroe. Uno puede sentir un poco de rabia al experimentar un fracaso, pero uno no tiene que perder su autoconciencia.

Si nosotros en el deporte podemos lograr un desarrollo continuo y a largo plazo, entonces las actividades deportivas pueden fomentar considerablemente el desarrollo

global del ser humano y enriquecer la vida. Por tanto estas actividades deportivas se pueden evaluar como positivas aun en ese caso que conduzcan hacia el deporte de rendimiento y hacia el deporte de altísimo rendimiento. Para poder lograr esto es importante que las disposiciones y las motivaciones se acoplen o adapten lo más posible al proceso "ideal" de desarrollo antes descrito. Sin embargo, debido a características individuales, en este contexto no es aconsejable un esfuerzo demasiado perfeccionista. La mejor oportunidad para alcanzar estos objetivos radica en la sensibilización de todos los interesados para con las interrelaciones aquí descritas, con el fin de poder actuar y reaccionar de acuerdo con cada situación.

