

# Poster y resumen presentado en **I World Congress of Science in Triathlon.** Alicante



## STUDY ABOUT SPORT MOTIVATION IN SPANISH YOUNG TRIATHLETES

Emilio Fernández Rodríguez, Rafael Merino Marban e Iván López Fernández.  
University of Málaga (Spain)



**INTRODUCTION.** Motivation which can be defined as the direction and intensity of personal effort<sup>13</sup>The motivation to exercise has resulted in a lot of research<sup>4,11</sup>. The aim of the present study was to characterise the motivation of young people to practise triathlon.

**METHODS.** Descriptive analysis. Twenty-eight junior triathletes were selected to participate in this study according to the criterion of the Triathlon Federation of Andalucía (21 males and seven females; age 16.2±1.2 years; weight 60.6±7.8 kg; height 171.6±7.7 cm; ICM 20.5±1.9 kg/m<sup>2</sup>). On average, they had performed 2.31±0.62 hours of daily training over a period of 2.92±2.6 years. A brief questionnaire was filled to register information about age, sex, number of years of practice and number of hours of daily training. Also, we used the Spanish<sup>8</sup> Sport Motivation Scale<sup>9</sup> (SMS) based on the self-determination theory<sup>3</sup> to assess characteristics of motivation. Briefly, 28 items were gathered in crowds to give seven subscales: three for the intrinsic motivation (IM); IM towards the knowledge, IM towards the execution, IM towards the stimulation, and three for extrinsic motivation.

The self-determination theory (SDT) has been widely used to explore the intention to exercise and motivation in several populations around the world. The aim of this study was to assess the motivation on Spanish young. In our knowledge do not exist any SDT-based study in the literature to assess the characteristics of the motivation on young triathletes. Hypothesis: the young triathletes show higher levels of intrinsic motivation than extrinsic motivation or amotivation.

**RESULTS.** The triathletes show the highest values in IM towards the execution (M=5,29±0,97) and IM towards the stimulation (M=5,24±1,01), followed closely by the introjection regulation (M=5,11±1,19). Also, we found scores between 4 and 5 points to the identified regulation (M=4,52±0,92), IM towards the knowledge (M=4,49±0,97) and the external Regulation (M=4,04±1,31). The amotivation showed lower values.

The triathletes show the highest values in IM towards the execution (M=5,29±0,97) and IM towards the stimulation (M=5,24±1,01), followed closely by the introjection regulation (M=5,11±1,19). Also, we found scores a little bit lower to the identified regulation (M=4,52±0,92), to IM towards the knowledge (M=4,49±0,97) and the external Regulation (M=4,04±1,31). The amotivation showed even lower values.



**DISCUSSION and CONCLUSIONS.** These triathletes are near the self determined profile<sup>10</sup> Scoring high in self-determined forms of motivation and low in non self determination. When people are intrinsically motivated they take part in the activity voluntarily, even in absence of external<sup>2</sup> rewards. The type of motivation of these triathletes is associated with a more active long term participation<sup>12</sup>. They are extrovert, and give more importance to external<sup>5</sup> rewards, which would explain that external motivation is not low in the triathletes involved in this current research.

Young people give more importance to a type of external motivation that has been internalized whereas they are not interested in learning more. The order of punctuation is very similar to the results obtained by Pelletier et al<sup>9</sup>, but the triathletes showed higher punctuations in all the categories of motivation, except in demotivation, presenting a similar model to climbers<sup>1</sup> or tennis players of a high level<sup>6</sup>. De motivation presents very low values, possibly because young triathletes start their sports career and have enough reasons to continue practising triathlon.

**REFERENCES.** 1. Asçi FH, Demirhan G, Dinç, SC. Psychological profile of turkish rock climbers: an examination of climbing experience and route difficulty. *Percept Mot Skills.* 2007; 104: 892-900.

2. Deci EL, Ryan RM. *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour.* New York: Plenum. 1985.

3. Deci EL, Ryan RM. *Handbook of self-determination research.* Rochester: The University of Rochester Press. 2002.

4. Duda JL, Hall HK. Achievement goal theory in sport: recent extensions and future directions. In RN Singer, HA Hausenblas, CM Janelle. *Handbook of sport psychology.* New York: Wiley. 2001.

5. Egoiff B, Gruhn AJ. Personality and endurance sports. *Personality and Individual Differences.* 1996; 21: 223-229.

6. Gillet N, Vallerand RJ, Rosnet E. Motivational clusters and performance in real-life setting. *Motiv Emot.* 2009; 33: 49-62.

7. Kingston KM, Horrocks CS, Hanton S. Do multidimensional intrinsic and extrinsic motivation profiles discriminate between athlete scholarship status and gender?. *EJSS.* 2006.

8. Nuñez JL, Martín-Albo J, Navarro JG, González VM. Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. *Percept Mot Skills.* 2006; 102: 919-930.

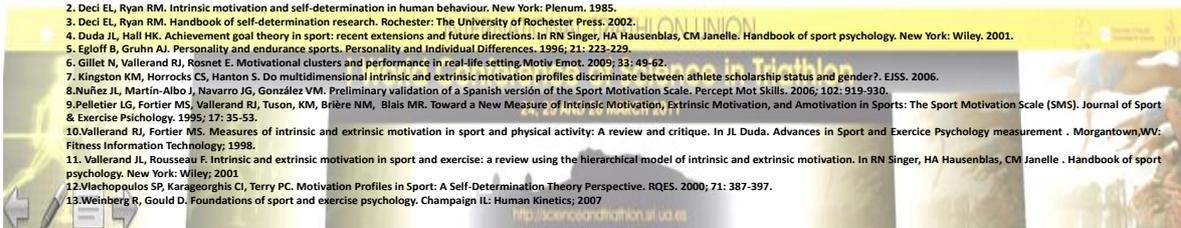
9. Pelletier LG, Fortier MS, Vallerand RJ, Tuson, KM, Brière NM, Blais MR. Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology.* 1995; 17: 35-53.

10. Vallerand RJ, Fortier MS. Measures of intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity: A review and critique. In JL Duda. *Advances in Sport and Exercise Psychology measurement.* Morgantown, WV: Fitness Information Technology. 1998.

11. Vallerand JL, Rousseau F. Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: a review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In RN Singer, HA Hausenblas, CM Janelle. *Handbook of sport psychology.* New York: Wiley; 2001.

12. Vlachopoulos SP, Karageorghis CI, Terry PC. Motivation Profiles in Sport: A Self-Determination Theory Perspective. *RQES.* 2000; 71: 387-397.

13. Weinberg R, Gould D. *Foundations of sport and exercise psychology.* Champaign IL: Human Kinetics; 2007.



**MODEL ABSTRACT**Oral presentation. \_\_\_ Poster presentation. X Oral technical presentation. \_\_\_**Title: ESTUDIO SOBRE LA MOTIVACIÓN DEPORTIVA EN JÓVENES TRIATLETAS ESPAÑOLES****Authors:** Fernández Rodríguez, Emilio; Merino Marban, Rafael; López Fernández, Iván.  
Area de Didáctica de la Expresión Corporal de la Universidad de Málaga.

<b>First Author (Presenting Author)</b>	
Last Name	Fernandez Rodriguez
First Name	Emilio
Affiliation	Area de Didáctica de la Expresión Corporal, Universidad de Málaga
Email	<a href="mailto:effernandez@uma.es">effernandez@uma.es</a>

**Introduction:** La motivación se puede definir como la dirección e intensidad de los esfuerzos personales<sup>13</sup>. La motivación en el ejercicio ha producido multitud de investigaciones<sup>4,11</sup>. El presente trabajo trata de encontrar cual es la motivación por la que los jóvenes practican triatlón.

**Methods:** Análisis descriptivo. Participantes: 28 triatletas juveniles seleccionados por la Federación Andaluza de Triatlón. La muestra fue de 21 varones y siete mujeres; edad  $16,20 \pm 1,20$  años; (DE=1,04); masa  $60,57 \pm 7,79$  kg; talla  $171,64 \pm 7,72$  cm; IMC  $20,53 \pm 1,94$  kg/m<sup>2</sup> con una experiencia media de 2,92 años (DE=2,62) y que dedican al entrenamiento 2,31 horas de media al día (DE=0,62). Medidas: cada participante rellenó un breve cuestionario para registrar datos de edad, sexo, número de años de práctica y número de horas de entrenamiento diario.

Se ha utilizado la versión validada al español<sup>8</sup> de la Sport Motivation Scale<sup>9</sup> (SMS), basada en la teoría de la autodeterminación<sup>3</sup>. Sus 28 ítems se agrupan para dar siete subescalas: tres de la motivación intrínseca (MI; MI hacia el conocimiento, MI hacia la ejecución y MI hacia la estimulación), tres de motivación extrínseca (Regulación Identificada, Regulación Introyectada y Regulación externa) y una de desmotivación. Hipótesis: los jóvenes triatletas muestran niveles más altos de motivación intrínseca que de motivación extrínseca o desmotivación. No se encontró ninguna investigación que estudiase la motivación de jóvenes triatletas utilizando esta teoría.

**Results:** Los triatletas muestran los valores más altos en MI hacia la ejecución ( $M=5,29$ ,  $DE=0,97$ ) y MI hacia la estimulación ( $M=5,24$ ,  $DE=1,01$ ), seguidos de cerca por la Regulación introyectada ( $M=5,11$ ,  $DE=1,19$ ), siendo estas tres las únicas que superan los cinco puntos. Entre cuatro y cinco puntos se encuentran; la Regulación identificada ( $M=4,52$ ,  $DE=0,92$ ), la MI hacia el conocimiento ( $M=4,49$ ,  $DE=0,97$ ) y la Regulación externa ( $M=4,04$ ,  $DE=1,31$ ). La categoría menos valorada ha sido la desmotivación.

**Discussion/Conclusion:** Estos triatletas están cerca del perfil autodeterminado tradicional<sup>10</sup> puntuando alto en las formas autodeterminadas de motivación y bajo en las no autodeterminadas. Cuando una persona está intrínsecamente motivada participa en la actividad de manera voluntaria, incluso en ausencia de recompensas externas<sup>2</sup>. El tipo de motivación de estos triatletas está asociado a una participación activa más a largo plazo<sup>12</sup>. Los fondistas son extrovertidos y conceden más importancia a recompensas externas<sup>3</sup>, lo que explicaría que la motivación externa no sea baja en los triatletas de ésta investigación. Los jóvenes conceden más importancia a un tipo de motivación externa que ha sido interiorizado mientras que el interés por aprender más no figura entre sus primeras razones. El orden de puntuación es muy parecido a los obtenidos por Pelletier et al.<sup>9</sup> pero los triatletas mostraron puntuaciones más altas en todas las categorías de motivación, excepto en desmotivación, presentando un patrón parecido a los escaladores<sup>1</sup> o jugadores de tenis de alto nivel<sup>6</sup>. La desmotivación presenta valores muy bajos, posiblemente porque los triatletas jóvenes inician su carrera deportiva y tienen suficientes razones para continuar practicando.