



**Paraules clau**

motius pràctica esportiva, dimensions, adolescents, gènere, edat

# Dimensions dels motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats\*

Isabel Castillo Fernández  
Isabel Balaguer Solá

Unitat de Recerca de Psicologia de l'Esport.  
Àrea de Psicologia Social. Universitat de València

## Abstract

*The object of our work was to study the motives that Valencian teenagers at school considered important for practising sport, identifying the dimensions of the motives of practice. At the same time we analysed if the motives for sports practice was different according to age and gender. The sample was made up of 1203 students between 11 and 18 years, representatives of the teenage world in the community of Valencia. The students filled out the Inventory of Health in Students translated in Spanish (Wold, 1995; Balaguer, 1999<sup>a</sup>). The results obtained went in the same direction as previous investigations (see Balaguer and Atienza, 1994) and showed that the most important motives for young people to participate in sport are: improve my health, amuse myself, be in good shape and make new friends. The least important are: to win, be a sporting star and please my parents. The motives of sports practice are structured in three stated dimensions: motives of social approval and demonstration of capacity, motives of health and motives of affiliation. The analysis of the differences in age and gender show that the boys inform in a higher degree than girls in every age group, that the motives of social approval and the demonstration of capacity are very important for sports practice. Additionally with the increase in age these motives are considered less important for teenagers of both sexes. Health motives are more important for 17-years-old girls than for boys of the same age. Finally, affiliation motives are considered more important for 13-years-old boys than girls of the same age group.*

## Resum

L'objectiu del nostre treball consisteix a estudiar els motius que els joves adolescents valencians escolaritzats consideren importants per practicar l'esport, tot identificant les dimensions dels motius de pràctica. També analitzem si els motius de pràctica esportiva difereixen d'acord amb el gènere i amb l'edat. La mostra la componen 1.203 estudiants d'entre 11 i 18 anys, representatius de l'univers d'adolescents de la Comunitat Valenciana. Els estudiants van emplenar l'Inventari de Salut a Escolars traduït al castellà (Wold, 1995; Balaguer, 1999a). Els resultats obtinguts es troben en la línia d'investigacions prèvies (Vegeu Balaguer i Atienza, 1994) i mostren que els motius més importants dels joves per practicar l'esport són: millorar la meua salut, divertir-me, estar en bona forma i fer nous amics. Els menys importants són: guanyar, ser com una estrella de l'esport i agradar als meus pares. Els motius de pràctica esportiva s'estructuren en tres dimensions, denominades: motius d'aprovació social i de demostració de capacitat, motius de salut i motius d'afiliació. L'anàlisi de diferències per gènere i per grups d'edat mostra que els nois informen en més alt grau que no pas les noies en tots els grups d'edat, que els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat són raons molt importants per practicar l'esport. A més a més, a mesura que augmenta l'edat, aquests motius són considerats menys importants pels adolescents, tant en el grup dels nois com

\* Aquest treball ha estat realitzat amb el suport de: La Direcció General d'Ensenyaments Universitaris i Recerca. Conselleria de Cultura, Educació i Ciència. Comunitat Valenciana (GV - 2424 /94) i de la Direcció General de Recerca Científica i Tècnica. Ministeri d'Educació i Ciència (PB94 -1555).





en el grup de les noies. Pel que fa als motius de salut, per a les noies de 17 anys són més importants que per als nois d'aquest mateix grup d'edat. Finalment, en els motius d'afiliació són els nois de 13 anys els qui els consideren més importants que no pas les noies d'aquest mateix grup d'edat.

### **Dimensions dels motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats**

Els efectes beneficiosos que la pràctica regular d'activitat física posseeix tant per a la salut física com per a la salut psicològica són un fet àmpliament constatat en la literatura (Balaguer i en García-Merita, 1994; Biddle, 1993; Blasco, 1997; Castillo i Balaguer, 1998a; Garner i Wooley, 1991; Sallis i McKenzie, 1991; Young i Steinhart, 1993). També hem trobat que a diferents països, tant europeus com americans, la pràctica d'exercici físic i/o esport dels nens i adolescents és inferior a allò que caldria per obtenir els beneficis esmentats i que, de fet, existeix un problema de sedentarisme o d'inactivitat física en la infància i en l'adolescència (Balaguer, 1999a; Biddle, 1993; Blasco, 1994; Castillo, 1995; Castillo i Balaguer, 1998b; García-Merita i Fuentes, 1998; Mendoza, Sagrera i Batista, 1994; Pastor, 1999; Roberts, 1991; USA, Department of Health and Human Services, 1996).

Dins del context de promoció de la salut, la pràctica de l'activitat física constitueix un factor clau en el canvi de comportaments que afecten la salut (USA, Department of Health and Human Services, 1996). Diversos estudis han indicat que la pràctica d'activitat física en el temps de lleure està positivament relacionada amb altres comportaments que milloren la salut, com ara l'alimentació saludable i una bona higiene dental, i associada negativament amb comportaments no saludables, com ara el consum de tabac, el consum d'alcohol i el consum d'aliments insans (Balaguer, 1999a; Balaguer, Castillo, Pastor, Atienza, i Llorens, 1997; Balaguer, Tomàs, Castillo, Martínez, Blasco, i Arango, 1994; Balaguer, Tomàs, Castillo,

Pastor, Blasco, i Llorens, 1998; Balaguer, Valcárcel, Atienza, Pastor, Castillo, i Pons, 1998; Castillo, 1995; Castillo, Fuentes, Pastor, i Tomàs, 1997; García-Merita, i Fuentes, 1998; Pastor, 1999; Nutbeam, Smith, Moore, i Bauman, 1993).

Per tot plegat, i des d'una perspectiva de promoció de la salut, és important incrementar els nostres coneixements sobre com podem facilitar la participació dels joves en programes d'activitat física (Willis i Campbell, 1992). És a dir, necessitem conèixer quins són els factors de predisposició, facilitació i reforços associats amb la pràctica d'activitat física, amb l'objectiu que els joves adquireixin un estil de vida actiu i el mantinguin al llarg del cicle vital (Blasco, Atienza, i Castillo, 1999; Blasco, Castillo, i en García-Merita, 1999; Castillo i Balaguer, 1998a; Castillo, Balaguer, i Tomàs, 1997).

Els treballs que han estudiat els determinants de la pràctica d'activitat física han estructurat l'anàlisi entre factors personals, socials i ambientals (Sallis, Simons-Morton, Stone *et al.* 1992; Castillo *et al.*, 1997). Des del punt de vista dels factors personals s'ha trobat que, atributs personals com ara els motius dels joves per practicar alguna mena d'esport, exercici físic o activitat física, constitueixen un element important per comprendre com s'adopta i es manté la participació i adhesió a l'activitat física entre els nens i els adolescents (Balaguer i Atienza, 1994; Balaguer, Tomàs, Valcárcel, Castillo, Ortega, Ballester, Díaz, i Martínez, 1994; Castillo, Balaguer, i Duda, 1999; Wold i Kannas, 1993). Precisament aquest interès per conèixer els motius que porten els joves a practicar l'esport ha conduït al disseny de nombroses investigacions a fi i efecte d'identificar-los (Alderman i Wood, 1976; Balaguer i Atienza, 1994; Brodtkin i Weiss, 1990; Gill, Gross, i Huddleston, 1983; Gould, Feltz, i Weiss, 1985; Gould i Petlichkoff, 1988; Llorens, Castillo, i Balaguer, 1999; Roberts, Kleiber, i Duda, 1981; Sutherland i Morris, 1997).

La majoria de les investigacions realitzades sobre els motius de pràctica de l'esport o de l'exercici físic ha revelat que els joves tenen motius similars per practi-

car diferents esports, tant nivell recreatiu com a nivell de competició, incloent entre els motius més importants la diversió i la millora de la salut (Balaguer i Atienza, 1994; Castillo, 1995; García Ferrando, 1997). Així mateix, en aquests estudis el gènere i l'edat han aparegut com a elements significativament diferenciadors en alguns dels motius de pràctica esportiva. En general, per als nois són més importants que no pas per a les noies els motius de resultat (per exemple: competició, reptes, recompenses), mentre que per a les noies semblen ser més importants els aspectes socials de l'esport (per exemple: fer amics, veure els amics). Pel que fa als més joves, sembla ser que aquests estan més motivats que els més grans per factors externs (per exemple: estar amb amics, satisfer els pares, les recompenses...), (Balaguer i Atienza, 1994; Eccles i Harold, 1991; Sutherland i Morris, 1997; Wold i Kannas, 1993).

Una altra característica comuna de les investigacions realitzades sobre els motius de la pràctica esportiva ha estat la interpretació d'aquests motius a nivell de factors o dimensions; s'hi han inclòs dimensions com ara Realització o Estatus, Salut/Forma física, Competència, Diversió i Afiliació (Balaguer i Atienza, 1994; Castillo, 1995; Gill *et al.*, 1983; Gould *et al.*, 1982; Telama i Silvennoinen, 1979; Wold i Kannas, 1993; Wold, 1989).

L'objectiu del nostre treball consisteix a estudiar els motius que els joves adolescents valencians consideren importants per practicar l'esport, tot identificant, si és possible, les dimensions dels motius de pràctica. Finalment, estudiarem les diferències per gènere en els motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats i si es produeixen canvis en aquests motius de pràctica a mesura que augmenta l'edat, tot diferenciant-ne el gènere.

### **Mètode**

#### **Mostra**

La mostra de la investigació present es compon de 1.203 estudiants adolescents representatius de l'univers dels adolescents de 6è i 8è d'EGB, de 2n de



**Taula 1.**  
Distribució per gènere i  
per grup d'edat  
(n = 1203).

	11 anys	13 anys	15 anys	17 anys	Total
Nois	139	125	156	177	597
Noies	131	132	186	157	606
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>257</b>	<b>342</b>	<b>334</b>	<b>1.203</b>

BUP i de 2n d'FP-I i de COU i de 2n d'FP-II, de la Comunitat Valenciana, dels quals 597 són nois (Mitjana d'edat = 14,48, DT = 2,42) i 606 són noies (Mitjana d'edat = 14,43, DT = 2,30). La distribució per cursos és la següent: 270 alumnes pertanyen a 6è d'EGB (139 nois i 131 noies), 257 a 8è d'EGB (125 nois i 132 noies), 342 alumnes pertanyen a 2n de BUP (n = 232, 109 nois i 123 noies) i a 2n d'FP-I (n = 110, 47 nois i 63 noies) i 334 adolescents pertanyen a COU (n = 220, 113 nois i 107 noies) i a 2n d'FP-II (n = 114, 64 nois i 50 noies). Als centres on hi havia instaurada la reforma educativa es van seleccionar els cursos equivalents als anteriors en l'edat dels alumnes, és a dir, alumnes de 2n i de 4t de l'ESO. La mitjana d'edat de cada grup és de: 11,1; 13,1; 15,3 i 17,2 anys. Tots els casos es troben entre  $\pm 0,5$  anys de la mitjana. Els resultats de l'estudi es van mostrar per grup d'edat, arrodonint a 11, 13, 15 i 17 anys. La distribució dels adolescents per gènere i per grups d'edat es presenten a la Taula 1. La mostra va ser seleccionada mitjan-

çant un procediment aleatori, estratificat i proporcional.

### Instrument

Els motius de pràctica esportiva formen part de l'Inventari de Conductes de Salut a Escolars (HBSC - "Health Behavior School - Children: A WHO cross - national survey"; Wold, 1995), traduït al castellà (Balaguer, 1999a). La formulació d'aquest apartat indica el següent: "aquí hi ha un seguit de raons que alguns nois han donat per les quals els agrada l'esport. Per favor, llegeix-les totes i assenyalas quina importància dones tu a cadascuna". La llista de raons apareix a la Taula 2, i les categories de resposta van ser: "molt important", "força important" i "gens important".

### Procediment

A les diferents escoles seleccionades els alumnes van omplir el qüestionari durant l'horari escolar en una sala de l'escola, en grups que no superaven mai els 5 alum-

nes. Durant l'administració del qüestionari els adolescents van rebre instruccions sobre la importància de la seva sinceritat en les respostes i se'ls va indicar que demanessin ajuda en cas que els calgués, per la qual cosa sempre hi havia, pel cap baix, un investigador present a l'aula. Cap dels subjectes de la mostra van informar de problemes a l'hora de contestar les preguntes. El procediment assegurava l'anonimat dels alumnes.

### Anàlisi de les dades

Es van realitzar anàlisis factorials (anàlisi de components principals, rotació varimax) separatament per gènere i per grup d'edat. El criteri aplicat per decidir el nombre de factors a fer rodar es va basar en els factors amb un *eigenvalue* superior a 1. El nombre de factors superiors a 1 van ser tres. La solució de 3 factors fets rodar es presenta als resultats. A causa que els resultats de les anàlisis factorials van ser similars en tots els grups (gènere i edat), únicament es presentaran els resultats de l'anàlisi factorial de la mostra total (Taula 3).

Basant-nos en els resultats de l'anàlisi factorial i en investigacions prèvies (Castillo, 1995; Wold, 1989; Wold i Kannas, 1993), vam construir 3 índexs de motivacions. Aquests índexs van ser construïts sumant les variables que s'agrupaven a

**Taula 2.**

Percentatges d'alumnes que informen dels motius pels quals practiquen l'esport considerant-los com "molt important", "força important" o "gens important".

Motius pels quals practiquen l'esport	Molt important %			Força important %			Gens important %		
	Total	Nois	Noies	Total	Nois	Noies	Total	Nois	Noies
Millorar la meua salut	80,5	79,5	81,5	17,4	17,8	16,9	2,1	2,7	1,5
Divertir-me	68,6	72,8	64,5	29,3	25,9	32,7	2,1	1,3	2,8
Estar en bona forma	64,2	65,2	63,2	33,8	32,6	35,0	2,0	2,2	1,8
Fer nous amics	62,1	61,1	63,0	34,3	34,5	34,0	3,7	4,4	3,0
Veure els meus amics	41,6	45,9	37,4	45,4	43,7	47,1	13,0	10,5	15,6
Tenir bon aspecte	33,8	33,3	34,2	46,4	44,1	48,6	19,9	22,6	17,2
Ser bo en l'esport	28,3	32,3	24,3	44,7	42,4	46,9	27,0	25,3	28,8
Agradar als meus pares	24,8	26,7	23,0	24,5	22,3	26,6	50,7	51,0	50,4
Ser com a estrella esportiva	8,6	13,6	3,7	19,4	25,4	13,9	72,0	61,5	82,4
Guanyar	8,3	13,2	3,4	28,8	37,4	20,2	63,0	49,4	76,5





cada factor. Cada variable posseeix 3 valors: 1: gens important; 2: força important; 3: molt important. Per il·lustrar com ho vam realitzar, descriurem com a exemple l'índex de motius d'aprovació social i de demostració de la capacitat. Vam utilitzar els resultats de l'anàlisi factorial com una eina per identificar els motius que constitueixen el factor que descriu els motius d'aprovació social i de demostració de la capacitat. Van saturar 4 dels motius de pràctica esportiva. Aquests quatre motius es van sumar per formar l'índex de motius d'aprovació social i de demostració de la capacitat i, en conseqüència, el rang d'aquest índex oscil·la entre 4 i 12 punts. Els altres dos índexs es troben compostos cadascun per tres motius i, doncs, els rangs oscil·len entre 3 i 9 punts.

D'altra banda vam calcular les diferències de les mitjanes dels tres índexs de motivacions per gènere i per grup d'edat mitjançant una anàlisi de variància (*one-way*, *F-test*).

## Resultats

### Motius de pràctica esportiva

El 80 % dels adolescents sotmesos a enquesta van informar que el motiu de salut "millorar la meua salut" és una raó molt important per a la pràctica esportiva (Taula 2). Més del 60 % dels adolescents sotmesos a enquesta van informar que motius d'afiliació com ara "divertir-me" i "fer nous amics" eren molt importants, un percentatge més petit (el 41 %) van considerar com a molt important el motiu d'afiliació "veure els amics". Els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat van ser considerats com els menys importants pels adolescents escolaritzats valencians, i un 8 % dels alumnes van considerar molt importants els motius "guanyar" i "ser com una estrella de l'esport".

### Dimensions de la motivació esportiva

A la Taula 3 es presenten els resultats de l'anàlisi factorial (anàlisi de components principals, rotació varimax) de les 10 variables que mesuren els motius de pràctica esportiva. Basant-nos en els resultats del *scree test*, es va decidir que una solu-

**Taula 3.**

Anàlisi factorial dels motius pels quals els adolescents practiquen l'esport.

	Factor 1 Motius d'aprovació social / demostració capacitat	Factor 2 Motius de salut	Factor 3 Motius d'afiliació
Ser com una estrella	,80		
Guanyar	,75		
Ser bo en l'esport	,73		
Agradar als meus pares	,50		
Estar en bona forma		,76	
Millorar la meua salut		,73	
Tenir bon aspecte		,58	
Veure els meus amics			,72
Fer nous amics			,69
Divertir-me			,61
Eigenvalues	2,5	1,4	1,3
% variància	24,6	14,4	12,9
% variància acumulada	24,6	39,0	51,9
Alpha de Cronbach	,67	,64	,60

ció de tres factors era la representació més apropiada de les dades. Les variables relatives a l'aprovació social i a la demostració de capacitat es van agrupar en un factor que va incloure les respostes "ser com una estrella de l'esport", "guanyar", "ser bo en l'esport" i "agradar als meus pares". El segon factor va agrupar els motius relacionats amb la salut: "estar en bona forma", "millorar la salut" i "tenir bon aspecte". Finalment, el tercer factor va agrupar les variables relacionades amb motius d'afiliació com ara "veure els amics", "fer nous amics" i també va introduir el motiu "divertir-me".

En el seu conjunt les tres dimensions o escales de motivació expliquen el 52 % de la variància.

La fiabilitat de les escales de motivació (índexs) va oferir un nivell satisfactori (Vegeu taula 3)

### Diferències per gènere i per edat en la motivació esportiva

Basant-nos en els resultats de l'anàlisi factorial i en resultats previs en aquest camp, vam construir tres índexs de moti-

vació sumant les variables que conformen cada factor.

En els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat, els nois informen en més grau que no pas les noies que aquestes són raons molt importants per practicar l'esport (Taula 4); les diferències per gènere són significatives. A més a més, a mesura que augmenta l'edat, aquests motius són considerats menys importants pels adolescents, tant en el grup dels nois com en el grup de les noies. La figura 1 ens il·lustra aquest resultat.

Respecte dels motius de salut no han aparegut diferències significatives ni per gènere ni entre els grups d'11, 13 i 15 anys (Taula 5). Tanmateix, sí que han aparegut diferències significatives en el grup d'adolescents de 17 anys, i són les noies les que tendeixen a puntuar més alt que no pas els nois en aquest índex.

Finalment, en els motius d'afiliació els nois de 13 anys consideren més important que les noies d'aquest mateix grup d'edat practicar l'esport per motius



**Taula 4.**

Mitjanes de l'índex de motius d'aprovació social i de demostració de capacitat per gènere i per grup d'edat

	Mitjana	Nois D.T.	n	Mitjana	Noies D.T.	n	Signif. gènere
11 anys	8,17	2,19	138	7,28	1,89	129	***
13 anys	7,43	2,36	122	6,43	1,92	126	***
15 anys	6,70	1,93	152	5,87	1,39	181	***
17 anys	5,95	1,76	175	5,28	1,19	151	***
Significació edat		*			*		

\*  $p < ,05$ ; \*\*\*  $p < ,001$ **Taula 5.**

Mitjanes de l'índex de motius de salut per gènere i per grup d'edat.

	Mitjana	Nois D.T.	n	Mitjana	Noies D.T.	n	Signif. gènere
11 anys	7,69	1,17	134	7,52	1,12	122	ns
13 anys	7,45	1,35	121	7,46	1,26	125	ns
15 anys	7,48	1,28	152	7,60	1,14	180	ns
17 anys	7,47	1,28	174	7,75	1,09	151	*
Significació edat		ns			ns		

\*  $p < ,05$ ; ns = no significatiu.

d'afiliació (Taula 6). En els grups d'11, 15 i 17 anys no han aparegut diferències significatives per gènere pel que fa als motius d'afiliació; tanmateix, els grups dels nois puntuen lleugerament més alt que no pas els grups de les noies. Ultra això, aquesta dimensió de motius de pràctica esportiva decreix significativament en el grup dels nois a mesura que augmenta l'edat, mentre que això no passa en el grup de les noies, que romanen estables durant l'adolescència. Una anàlisi més detallada de les variables que componen el factor motius d'afiliació ens mostra que els motius "veure els meus amics" i "fer nous amics" són cada vegada menys importants per als adolescents a mesura que augmenta l'edat; això no s'esdevé amb el motiu "divertir-me", que és considerat cada vegada més important pels nois a mesura que augmenta l'edat, mentre que en el grup de les noies el motiu de diversió es manté estable durant l'adolescència (Vegeu figura 2), cosa que ens fa pensar

que la motivació intrínseca és la que té més força en l'adhesió a l'exercici.

## Discussió

Els resultats d'aquest estudi informen que per als adolescents valencians els motius més importants per a la pràctica esportiva són: "millorar la salut", "divertir-me", "estar en bona forma" i "fer nous amics". Els motius menys importants per a la pràctica esportiva han estat: "guanyar", "ser com una estrella de l'esport" i "agradar als meus pares". Aquests resultats van en la línia dels obtinguts en estudis previs (Vegeu Balaguer i Atienza, 1994), en els quals es mostra que, des d'un punt de vista descriptiu, els joves tenen motius similars per practicar diferents esports tant nivell recreatiu com a nivell de competició. El motiu considerat com a més important pels adolescents valencians escolaritzats per practicar l'esport ha estat "millorar la salut", fins i tot entre els més petits

(11 anys). Aquest resultat és similar al trobat en estudis previs (Castillo, 1995; Wold i Kannas, 1993). Tanmateix, volem ressaltar que seria molt difícil saber si aquest resultat reflecteix realment la preocupació per la pròpia salut o més aviat és una resposta que reflecteix allò que és desitjable socialment, és a dir, un simple reflex del que socialment es considera que proporciona l'esport. En futures investigacions seria interessant preguntar si realment els nens i els adolescents es preocupen per la salut a l'hora de participar en activitats físicoesportives.

Els resultats de l'anàlisi factorial suggereixen que els motius de pràctica esportiva mesurats en aquest estudi s'estructuren en tres dimensions o factors, denominats: motius d'aprovació social i de demostració de capacitat, motius de salut i motius d'afiliació. Aquests resultats s'han mantingut consistents a través del gènere i dels diferents grups d'edat que componen la mostra objecte d'estudi i, en conse-



quència, indiquen la identificació de dimensions de motius de pràctica esportiva en els adolescents valencians escolaritzats. Aquestes dimensions també han estat observades en un estudi realitzat per Wold i Kannas (1993) amb 10.107 adolescents escandinaus; així com en un estudi pilot realitzat per Castillo (1995) amb 283 adolescents valencians. En aquests estudis les dimensions van ser denominades: motius de resultat, motius de salut i motius socials.

Els nois adolescents valencians escolaritzats consideren, en un percentatge superior que no pas el de les noies, que els motius d'aprovació social i de demostració de capacitat són molt importants per practicar l'esport. Aquests motius competitiu com ara guanyar o ser com una estrella de l'esport decreixen en importància a mesura que augmenta l'edat, tant per als nois com per a les noies. Aquest resultat és si-

milar al que s'ha trobat en estudis previs (Balaguer i Atienza, 1994; Wold i Kannas, 1993), on es va mostrar que són els més petits els qui concedeixen més importància a motius com ara sentir-se importants i populars, guanyar o ser com una estrella de l'esport.

D'altra banda, les noies adolescents de 17 anys consideren en un percentatge més gran que no pas els nois d'aquesta mateixa edat, que els motius de salut són molt importants per a practicar l'esport. Aquest resultat va d'acord amb l'obtingut en estudis previs, on es va trobar que les diferències en els motius de salut només eren significatives en el grup dels adolescents de més edat i amb una puntuació més gran en el grup de les noies (Wold i Kannas, 1993).

Finalment, en el nostre estudi, així com en estudis previs, als adolescents valencians la pràctica esportiva també els ofe-

reix experiències positives perquè coneixen altres persones i veuen els amics. Aquests motius socials i la diversió es troben entrellaçats en el mateix factor o dimensió, com ens indica el resultat de l'anàlisi factorial. Aquesta dimensió ha estat denominada Motius d'afiliació. Els nois de 13 anys han considerat aquests motius d'afiliació molt importants en més gran percentatge que no pas les noies d'aquesta mateixa edat. Motius d'afiliació com ara fer nous amics i veure els amics disminueixen en importància a mesura que augmenta l'edat en els grups dels nois, mentre que en aquests mateixos grups de nois el motiu diversió creix en importància a mesura que augmenta l'edat. Als grups de les noies els motius d'afiliació es mantenen estables al llarg de l'adolescència.

Aquestes diferències per gènere podrien ser explicades com a resultat dels patrons

**Taula 6.**

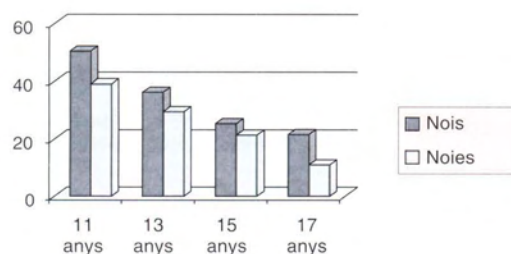
Mitjanes de l'índex de motius d'afiliació per gènere i per grup d'edat.

	Mitjana	Nois D.T.	n	Mitjana	Noies D.T.	n	Signif. gènere
11 anys	7,81	1,14	137	7,52	1,29	126	ns
13 anys	7,79	1,15	123	7,42	1,33	128	*
15 anys	7,60	1,13	154	7,51	1,13	183	ns
17 anys	7,41	1,20	176	7,31	1,31	156	ns
Significació edat		**			ns		

\*  $p < ,05$ ; \*\*  $p < ,01$ ; ns = no significatiu.

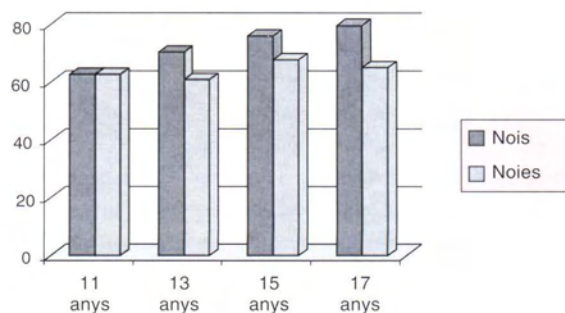
**Figura 1.**

Percentatge d'adolescents que informen que "ser bo en l'esport" és un motiu molt important per practicar l'esport.



**Figura 2.**

Percentatge d'adolescents que informen que "divertir-me" és un motiu molt important per practicar l'esport.





de rols de la nostra societat (Castillo, 1995; Castillo i Balaguer, 1998b; Mendoza et al. 1994; Vázquez, 1993). Els nois i les noies són socialitzats en diferents rols i aprenen a una edat molt primerenca que la participació en els esports és valorada més positivament en els homes que no pas en les dones (Balaguer, 1999b; García Ferrando, 1997; Harris, 1981; Vázquez, 1993). A més a més, aprenen que les expectatives associades amb el rol d'"els esportistes" són molt diferents de les associades amb el rol de "les esportistes". En correspondència amb aquestes expectatives de rol els nois se sentiran més atrets per la competició i pels resultats que les noies, i aquestes se sentiran més atretes pels aspectes socials i de diversió de l'esport que els nois. Tanmateix, quan estenem l'àmbit d'estudi dels motius de pràctica esportiva a la població espanyola en general, observem que els homes s'acosten a l'esport més per motius de diversió i de relació social, mentre que les dones informen d'una preocupació més gran per la salut i per tractar de millorar l'aspecte físic a l'hora de fer alguna mena d'esport o d'exercici físic (García Ferrando, 1997). Això últim aniria d'acord amb allò que hem trobat en el nostre estudi, és a dir, els adolescents barons a mesura que augmenten d'edat informen en un percentatge més gran que el motiu de diversió és molt important per a la pràctica esportiva, i són les adolescents dones d'edat superior les que informen en més percentatge que el motiu de millorar la salut és molt important per practicar l'esport.

D'altra banda, que la importància dels motius relacionats amb la competició, com ara guanyar o ser com una estrella de l'esport, decreixen a mesura que augmenta l'edat podria ser una explicació de per què es produeix en l'adolescència el percentatge més gran d'abandonaments esportius. És curiós que, malgrat que la competició i els resultats perden importància per als adolescents a mesura que augmenten d'edat, els esports que els són oferts en general creixen en importància competitiva alhora que els adolescents es fan adults. En la població espanyola solament un reduït grup del 4 %

assenyala el gust per la competició com un motiu per fer esport, resultat que està d'acord amb els que han estat obtinguts en estudis anteriors, cosa que revela que l'afany competitiu és minoritari entre els practicants d'esport (García Ferrando, 1997).

Es pot assenyalar que en el nostre estudi els resultats mostren que als adolescents més joves (tant els nens com les nenes), els interessen els aspectes competitiu de la pràctica esportiva, com ara guanyar o ser com una estrella de l'esport, però que aquests aspectes perden la seva importància a mesura que augmenta l'edat, per tal com els més grans busquen la diversió en la pràctica esportiva. Caldria tenir present aquest a l'hora de dissenyar programes esportius per promocionar la pràctica esportiva en els adolescents o per evitar que abandonin la pràctica esmentada. Les activitats esportives tradicionals haurien de ser modificades, perquè permetessin més la cooperació, les relacions socials i, doncs, la diversió, cosa que sembla ser més atractiva per als nois i noies adolescents, que no pas l'oferta esportiva actual, que posa l'èmfasi en els aspectes competitiu i de resultats, tan poc atractius per als adolescents.

Finalment, volem assenyalar que estudis com el que presentem aquí, en el qual l'interès recau principalment a descriure què és el que porta els adolescents a practicar l'esport, té els seus avantatges i les seves limitacions. Pel que fa als avantatges, aquesta mena d'estudi ens permet conèixer els aspectes de l'esport que són importants per als diferents segments de la població que s'estudia, així com veure la seva evolució al llarg dels diferents cicles vitals. També ens permet d'interpretar les respostes sobre els motius de pràctica esportiva a nivell de dimensions o categories generals (factors), en lloc de raons específiques de pràctica esportiva (ítems). Un altre dels avantatges de conèixer els motius de la pràctica esportiva consisteix en el fet que els entrenadors i monitors, així com els promotors de la salut, poden utilitzar aquesta informació per dissenyar programes esportius que cobreixin les necessitats dels joves i contribuir a l'adquisició o manteniment d'un es-

til de vida actiu. Finalment, disposar d'un material a nivell de freqüències resulta d'interès per relacionar els motius de pràctica esportiva amb altres variables, tant de salut com de motivacions.

Pel que fa a les limitacions dels estudis descriptius hem d'assenyalar que no n'hi ha prou a descriure els motius de la pràctica esportiva, sinó que el més important és comptar amb teories que ens permetin predir tant l'inici com l'adhesió i l'abandonament esportiu, ja que des d'aquí podrem treballar a nivell preventiu sobre el possible abandonament així com potenciar, en contrapartida, la promoció de l'exercici i l'augment de l'adhesió. Com assenyala Rejeski (1995), l'absència de perspectives o de models teòrics ha estat el problema més seriós registrat en la investigació sobre la motivació esportiva i és per això que cada vegada es defensa amb més insistència la necessitat d'un marc conceptual des d'on interpretar els resultats, plantejar hipòtesis de treball i agrupar les troballes de la investigació. Necessitem teories o models explicatius que ens ajudin a entendre les vies i processos per les quals els joves participen en programes d'activitat física o per què els abandonen. Les teories cognitivo-socials ofereixen un bon marc en aquest sentit. Tant la teoria cognitivocial de Bandura (Balaguer, 1997, Balaguer, Escartí, i Villamarín, 1995) com la teoria de les perspectives de meta (Duda i Whitehead, 1998; Roberts, 1995) estan oferint molt bons resultats en aquesta direcció.

## Bibliografia

- Alderman, R. B. i Wood, N. L. (1976), "An analysis of incentive motivation in young Canadian athletes", *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 1 (7), pàg. 169-176.
- Balaguer, I. (1997), "La autoeficàcia en el deporte y en el ejercicio: Áreas de aplicación y campos de aplicación". En *XII-XIII Jornades de Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport* (pàg. 114-138). Generalitat de Catalunya: Secretaria General de l'Esport.
- (1999a), *Estilo de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana: Un estudio de la socialización para estilos de vida saludable*. DGICYT (PB94-1555).
- (1999b), *Género y deporte. Conferencia impartida en la Universiada 99*. Mallorca.



- Balaguer, I. i Atienza, F. L. (1994), "Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis", *Apunts*, Vol. XXXI, pàg. 285-299.
- Balaguer, I.; García-Merita, M. (1994), "Ejercicio físico i benestar psicològic", *Anuari de Psicologia*. Vol. 1, pàg. 3-26.
- Balaguer, I.; Castillo, I.; Pastor, Y.; Atienza, F. i Llorens, A. (1997), "Healthy lifestyles and physical activity in spanish adolescents. A R. Lidor i M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part I* (pàg. 91-93). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.
- Balaguer, I.; Escartl, A. i Villamarín, F. (1995) "Autoeficacia en el deporte y en la actividad física: estado actual de la investigación", *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48, 139-149.
- Balaguer, I.; Tomas, I.; Castillo, I.; Pastor, Y.; Blasco, P. i Llorens, A. (1998) Direct and indirect effects of sport participation on perceived health: A study of adolescents. *The 12th Conference of the European Health Psychology Society. Prevention and Intervention*. Vienna. Austria.
- Balaguer, I.; Tomas, I.; Valcárcel, P.; Castillo, I.; Ortega, P.; Ballester, A.; Díaz, J. i Martínez, I. (1994), "Health motivation: Sports as the pathway to good health". *8th Conference of the European Health Psychology Society*. Alicante.
- Balaguer, I.; Valcárcel, P.; Atienza, F.; Pastor, Y.; Castillo, I. i Pons, D. (1998), "Health behaviors in Spanish older adolescents". *The 12th Conference of the European Health Psychology Society. Prevention and Intervention*. Vienna. Austria.
- Balaguer, I.; Tomas, I.; Castillo, I.; Martínez, V.; Blasco, I. i Arango, C. (1994), "Healthy lifestyles and physical activity". *8th Conference of the European Health Psychology Society*. Alicante.
- Biddle, S. (1993), "Psychological benefits of exercise and physical activity", *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 99-106.
- Blasco, P. (1997), *Beneficios psicológicos de la práctica deportiva en estudiantes universitarios valencianos*. Tesis Doctoral. Facultad Psicología. Universitat de València.
- Blasco, P.; Atienza, F. L. i Castillo, I. (1999), Determinantes personales y sociales de la práctica deportiva en universitarios valencianos. *I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte en la Universidad*. Valencia.
- Blasco, P.; Castillo, I. i García-Merita, M. L. (1999), Variables psicológicas predictoras de la práctica de deporte de competición en universitarios valencianos. *I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte en la Universidad*. Valencia.
- Blasco, T. (1994), *Actividad física y salud*. Martínez Roca.
- Brodikin, P. i Weiss, M. (1990), "Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, pàg. 248-263.
- Castillo, I. (1995), *Socialización de los estilos de vida y de la actividad física: Un estudio piloto con jóvenes valencianos*. Tesis de Licenciatura. Universitat de València.
- Castillo, I. i Balaguer, I. (1998a), "Relaciones entre la salud percibida y el ejercicio físico", *Informació Psicológica*, pàg. 67, 22-27.
- (1998b), "Patrones de actividades físicas en niños y adolescentes", *Apunts, Educación física y deportes*, 54, pàg. 22-29.
- Castillo, I.; Balaguer, I. i Duda, J. L. (1999), "Goal orientations and their relationship to sport participation motivation among spanish adolescents", *AAASP Conference* (p. 64). Banff, Canada.
- Castillo, I.; Balaguer, I. i Tomas, I. (1997), "Predictores de la práctica de actividad física en niños y adolescentes", *Anales de Psicología*, 13, nº 2, pàg. 189-200.
- Castillo, I.; Fuentes, I.; Pastor, Y. i Tomás, I. (1997), "Ejercicio físico como determinante del consumo de tabaco y alcohol". *XII y XIII Jornades de Psicologia de l'Activitat física i de l'Esport* (pàg. 157). Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- Duda, J. L. i Whitehead, J. (1998), "Measurement of goal perspectives in physical domain". A J.L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measures* pàg. 21-48. Morgantown, WV: FIT Press.
- Eccles, J. S. i Harold, R. D. (1991), "Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles's expectancy-value model", *Journal of Apply Sport Psychology*, 3, pàg. 7-35.
- García Ferrando, M. (1997), *Los españoles y el deporte, 1980-1995 (Un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores)*. Consejo Superior de Deportes. Tirant lo blanch.
- García-Merita, M. L. i Fuentes, I. (1998), *Un estudio de los estilos de vida de los estudiantes valencianos de BUP, COU y FP*. Generalitat Valenciana. GV94-2424.
- Garner, D. M.; Wooley, S. C. (1991), "Confronting the failure of behavioral and dietary treatments for obesity", *Clinical Psychology Review*, 11, pàg. 729-780.
- Gill, D. L.; Gross, J. B. i Huddleston, S. (1983), "Participation Motivation in Youth Sports", *International Journal of Sport Psychology*, 14, pàg. 1-14.
- Gould, D.; Fetis, D. i Weiss, M. (1985), "Motives for participation in competitive youth swimming" *International Journal of Sport Psychology*, 16, pàg. 126-140.
- Gould, D. i Petlichkoff, L. (1988), Participation Motivation in young athletes. A F.L. Smoll, R. A. Magill y M.J. Ash (Eds.), *Children in sport* (3a Ed.) (161-178). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Harris, D. V. (1981), "Women in society and their participation in sport", *Olimpic Review*, 161, pàg. 163-168.
- Llorens, A.; Castillo, I. i Balaguer, I. (1999), "Motivos de práctica deportiva de las chicas adolescentes: Análisis de las diferencias según la edad y la participación en competiciones". A I. Balaguer i Y. Moreno (Coord.), *Rendimiento y Bienestar en los Deportistas de Elite. Resúmenes*, pàg. 33-34. Valencia: Cristóbal Serrano.
- Mendoza, R.; Sagrera, M. R. y Batista, J. M. (1994), *Conductas de los Escolares Españoles relacionadas con la salud (1986-1990)*. CSIC.
- Nutbeam, D.; Smith, C.; Moore, L. y Bauman, A. (1993), "Warning! Schools can damage your health: Alineation from school and its impact on health behaviour", *Journal of Pediatrics and child health*, 20, (1), 25-30.
- Pastor, Y. (1999), *Un estudio de la influencia del autoconcepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia media*. Tesis Doctoral. Universitat de València.
- Roberts, G. C. (1991), "La motivación en el deporte infantil", *Revista de Psicología Social Aplicada*, 1, 1, 7-24.
- (1995), "Motivación en el deporte y el ejercicio: Limitaciones y convergencias conceptuales". A G. C. Roberts (Ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio*, pàg. 27-55. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Roberts, G. C.; Kleiber, D. i Duda, J. L. (1981), "An analysis of motivation in children's sport: The role of perceived competence in participation", *Journal of Sport Psychology*, 3, pàg. 206-216.
- Sallis, J. F. y McKenzie, T. L. (1991), "Physical education's role in public health", *Research Quarterly for Exercise and Sport* 62 (2), 124-137.
- Sallis, J. F.; Simons-Morton, B. G.; Stone, E. J.; Corbin, C. B.; Epstein, L. H.; Faucette, N.; Iannotti, R. J.; Killen, J. D.; Klesges, R. C.; Petray, C. K.; Rowland, T. W. i Taylor, W. C. (1992) "Determinants of physical activity and interventions in youth", *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 24, 6, S248-S257.
- Sutherland, G. y Morris, T. (1997), "Gender and participation motivation in 13 to 15 year old adolescents". A R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part II* (pàg. 676-678). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.
- US Department of Health and Human services (1996), *Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*. Atlanta, GA.
- Vázquez, B. (1993), *Actitudes de la mujer hacia la práctica deportiva*. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales.
- Willis, J. D. i Campbell, L. F. (1992), *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetic Publishers.
- Wold, B. (1989), *Lifestyles and Physical Activity*. Thesis for the degree. Norway: University of Bergen.
- (1995), *Health behavior in school children: A WHO cross-national survey. Resorce Package of Questions 1993-94*. Norway: University of Bergen.
- Wold, B. i Kannas, L. (1993), "Sport motivation among young adolescents in Finland, Norway and Sweden", *Scandinavian Journal of Medicine Science Sports*, 3, 283-291.
- Young, D. R. i Steinhart, M. A. (1993), "The importance of physical fitness versus physical activity for coronary artery disease risk factors: A cross-sectional analysis". *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64(4), pàg. 377-384.