



ENTREVISTA A JOAN L. DUDA, *catedrática de Psicología del Deporte por la Universidad de Birmingham (Reino Unido)*

## “La calidad de la motivación demuestra la autonomía de las personas y el tipo de compromiso que adquieren con el deporte”

Por Paloma Benavent



*Joan L. Duda, catedrática de Psicología del Deporte por la Universidad de Birmingham (Reino Unido), es especialista en procesos motivacionales y compagina su trabajo como profesora con el asesoramiento desde hace más de 25 años a deportistas, familiares y entrenadores de distintos niveles competitivos. Es conocida internacionalmente por sus más de 220 artículos científicos y capítulos de libros publicados y se encarga de dirigir y codirigir múltiples proyectos, entre los que se encuentra el proyecto PAPA, financiado por la Comisión Europea, cuyo objetivo es mejorar la salud y bienestar de los jóvenes a través de experiencias positivas en el deporte. Uno de los programas que desarrolla es Empowering Coaching, que se encarga de formar entrenadores de fútbol base para que fomenten la calidad de la motivación, haciendo que el deporte sea más atractivo, más divertido y que saque lo mejor de los niños y*

*niñas.*

**Como especialista en motivación en el ámbito deportivo, ¿nos podría explicar en qué se diferencia la cantidad de la calidad de la motivación?**

La cantidad de motivación nos dice si alguien está motivado o no, pero no es un dato muy útil, ya que sólo se tiene en cuenta para la actividad que se va a realizar en un momento determinado o para el entrenamiento. Lo que importa de verdad es la calidad de la motivación y es lo que lleva a establecer esa diferencia de si se va a mantener la motivación o no y si el compromiso será beneficioso para la salud o la perjudicará. La cantidad de motivación sólo indica si es alta o baja, en cambio, la calidad de la motivación demuestra la autonomía de las personas y el tipo de compromiso que adquieren con el deporte.



**El proyecto PAPA es el único en Europa, o incluso, en el mundo, basado en un modelo teórico y apoyado en la investigación. ¿Por qué se ha decidido seguir este procedimiento?**

He trabajado así toda mi vida y en todos mis trabajos se establece una relación natural entre la teoría, la investigación y las aplicaciones prácticas. En cualquier caso, una buena teoría tiene que ser una teoría aplicable y tiene que funcionar en el mundo real. Es verdad que hay mucha gente que aplica métodos, por ejemplo, en el trabajo con niños, que no están basados en ningún marco teórico, por lo que si comprueban que funcionan, no sabrán el por qué. Y eso es lo que te da la teoría, te da una idea de cuáles pueden ser las estrategias y qué es lo que cambia de forma positiva repercutiendo en el resultado.

**¿Por qué ha decidido llevar a cabo el programa *Empowering Coaches* de formación de entrenadores?**

Llevo trabajando en la formación de entrenadores toda mi vida y es un campo que ha evolucionado bastante desde que empecé a trabajar en los Estados Unidos con un grupo de estudiantes de instituto y sus entrenadores. Así que la verdad es que me ha surgido como algo natural desarrollar este programa a nivel europeo y aunque supone un reto muy grande, está resultando muy interesante, sobre todo en las dos últimas décadas en las que en toda Europa cada vez hay más problemas con los niños, porque son menos activos y tienen problemas de autoestima o de obesidad; entonces ahora es el momento de actuar a través del deporte y marcar una diferencia. Además, estamos muy interesados en utilizar este tipo de programas basados en teoría más allá del proyecto y aplicarlos en colegios, escuelas deportivas o, incluso, en otros entornos relacionados con los niños.

**¿Y se puede extender también a deportes individuales?**

De hecho se ha realizado un estudio de forma individual en deportistas y se ha comprobado que los principios sobre los que trata el proyecto son aplicables ya sea deporte colectivo o individual. El haber llevado a cabo el estudio inicial con niños futbolistas es por una cuestión de salud pública, ya que el fútbol es el deporte más practicado por los niños en todo el mundo.

**¿Cuántos países participan en el proyecto PAPA?**

Hay cinco países implicados directamente, que son España, Grecia, Gran Bretaña, Noruega y Francia en los que contamos con ocho universidades colaboradoras que trabajan activamente para sacar adelante el proyecto.



### **¿Cuál es el papel de España en el proyecto?**

España actúa como uno de los responsables del paquete de tareas en el proyecto y lo hace a través de dos universidades: la Universitat de València, con el magnífico equipo dirigido por Isabel Balaguer, implicado en todo el proyecto, aunque principalmente nos ayudan en su evaluación, y han editado un vídeo en el que se ve todo el trabajo que estamos llevando a cabo. También colabora con nosotros la Universitat Autònoma de Barcelona, con el profesor Jaume Cruz, que junto a su equipo se encarga de realizar investigaciones y talleres en Cataluña.

### **¿Qué otro tipo de profesionales están implicados en el proyecto PAPA además de psicólogos y entrenadores?**

Colaboran estrechamente con nosotros las asociaciones de fútbol de todos los países implicados porque necesitamos su ayuda de forma logística. Por otra parte, la clave del proyecto está en los talleres que llevo realizando durante casi 30 años, en los que intentamos conseguir formar entrenadores que entrenen entrenadores, pero no en términos técnicos o tácticos, sino en motivación, con teoría. Tenemos asociaciones de fútbol que están realizando un trabajo fantástico con educadores de entrenadores y que conocen muy bien el mundo del deporte, y ahora los estamos formando con talleres, tutorías, prácticas, retroalimentación... para que entiendan a la perfección el mensaje que queremos transmitir, porque si lo entienden únicamente de manera superficial, esto no funcionará.

### **¿Cuáles son las cuestiones principales del proyecto?**

Uno de las cuestiones importantes es juntar todas nuestras teorías, sobre las que se ha investigado mucho, y comprobarlas. Además, otra cuestión esencial es el trabajo que llevamos a cabo con los educadores de entrenadores para actuar como mensajeros. En esencia, el proyecto PAPA tiene dos tipos de formación, la formación de entrenadores base y la formación de educadores de entrenadores para que transmitan el mensaje. Es un trabajo apasionante que nos puede informar muy bien de la salud actual del deporte y de cómo mejorar la práctica deportiva.

### **¿Se ha observado algún resultado positivo desde su aplicación?**

En el proyecto piloto hemos obtenido muy buena retroalimentación de los entrenadores con los que hemos trabajado y también de los educadores de entrenadores. Solamente en el trabajo piloto del proyecto PAPA hemos visto como la formación realizada ha tenido una influencia sobre 12.000 niños, y en la prueba principal vamos a tener muchos más.



## ¿Cuáles son los objetivos que se esperan alcanzar al final de su aplicación?

Creo que vamos a ver cómo es posible formar entrenadores para que formen a otros en relación a la motivación. Pero sobre todo, vamos a observar una serie de resultados que nos mostrarán cómo se sienten los niños con ellos mismos y cómo la motivación les ayuda a continuar y a que el deporte saludable siga formando parte de sus vidas.



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA



FUNDACIÓN  
DEPORTIVA  
MUNICIPAL  
VALENCIA



FUNDACIÓ  
UNIVERSITAT EMPRESA  
UNIVERSITAT ID VALÈNCIA