

Orientaciones de causalidad: autonomía, control e impersonalidad

Las orientaciones de causalidad son tendencias generales, medidas en grados, que describen cómo las personas atienden a señales motivacionales de su entorno e inician y regulan conductas mediante voluntad, controles o una vivencia de escasa intencionalidad y eficacia.

Autoría: EDUFISICA

Publicación: 2026-10-13

Versión del contenido: 2026-10-13

Módulo: Motivación, metas y autoconfianza

Nivel propuesto: Intermedio

Lectura estimada: 26 min · 5651 palabras de cuerpo

Resumen

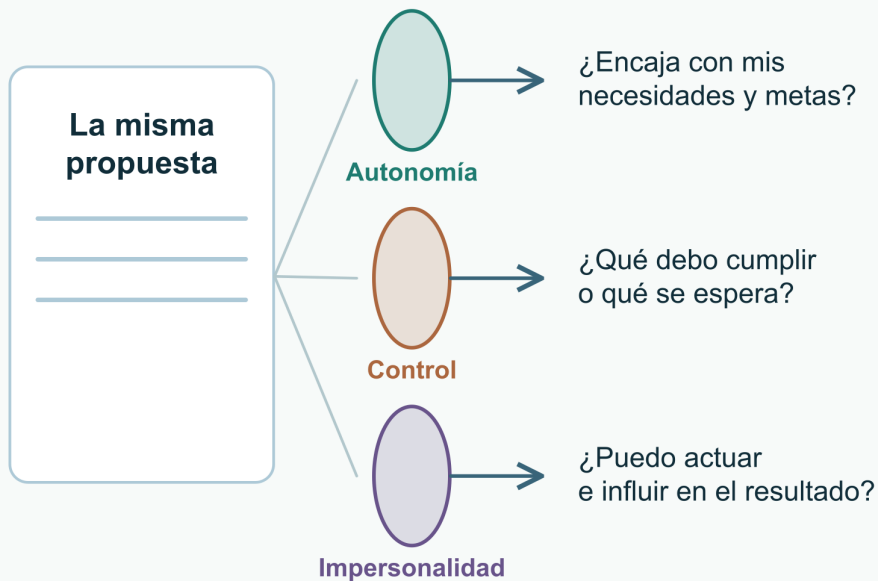
Las orientaciones de causalidad describen tendencias generales para atender a señales motivacionales y regular la conducta. Koestner y Levine distinguen autonomía, control e impersonalidad, presentes en grados y combinaciones, y revisan su relación con integración, vínculos, personalidad y desarrollo. Esta monografía explica la diferencia entre orientación general, motivos de un ámbito y experiencia de una situación. Examina autonomía reflexiva frente a oposición reactiva y presenta las características y límites de las medidas basadas en escenarios. El capítulo deportivo de Standage permite comparar niveles de análisis, sin atribuir a atletas resultados obtenidos con estudiantes o adultos de otros contextos. Los casos deportivos se identifican como hipotéticos y sus interpretaciones como inferencias. Las preguntas sobre cambio personal se conservan como agenda de investigación, no como un programa de transformación validado.

Palabras clave: orientaciones de causalidad; autonomía; control; impersonalidad; integración; personalidad; GCOS; motivación deportiva

<https://edufisica.com/enciclopedia/psicologia-deportiva/orientaciones-de-causalidad-autonomia-control-e-impersonalidad.html>

Atender a aspectos diferentes de una propuesta

Escenario hipotético: «Me proponen una tarea nueva».



**Las reacciones ilustran contenidos de orientación.
Una sola escena no estima una tendencia general.**

Composición original basada en las definiciones de Koestner y Levine. La metáfora de lentes organiza contenidos; no representa un mecanismo óptico, causas medidas ni tres tipos de personas. El escenario y las preguntas son hipotéticos.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Richard Koestner y Shelby L. Levine (2023).

Una miniteoría sobre cómo se interpreta y regula la acción

Dos personas pueden recibir la misma información y atender a aspectos distintos. Una se interesa por las posibilidades de aprender, otra por las condiciones que debe cumplir y otra por el riesgo de no poder responder. La teoría de las orientaciones de causalidad estudia tendencias generales relacionadas con esas diferencias de atención y regulación. Koestner y Levine la sitúan en el marco de la personalidad y la describen mediante tres orientaciones: autonomía, control e impersonalidad.^[1]

La palabra «causalidad» tiene aquí un significado teórico vinculado a la experiencia de iniciar y regular conductas. No nombra un procedimiento que permita demostrar por sí mismo la causa de un resultado. La orientación describe cómo una persona suele relacionarse con señales motivacionales: qué busca, cómo interpreta el entorno y desde dónde regula la acción. Estas tendencias forman parte de la explicación de diferencias individuales, junto con el análisis de las condiciones sociales en que se actúa.

Según la reconstrucción de los autores, esta fue la segunda miniteoría formal de la autodeterminación. Extendió la distinción entre autonomía y control desde los efectos motivacionales del contexto hacia un análisis de personalidad. El capítulo atribuye su formulación inicial a Deci y Ryan en 1985. La exposición actual combina esa base con investigaciones sobre integración, relaciones, medidas y desarrollo, y con preguntas sobre su lugar en modelos contemporáneos de personalidad.^[1]

El objeto general necesita distinguirse de los motivos de una actividad. Una persona puede mostrar una tendencia amplia a buscar opciones que considera propias y, al mismo tiempo, experimentar presión en un ámbito particular. Otra puede atender habitualmente a expectativas externas, pero asumir voluntariamente una tarea que le interesa. Estas posibilidades conceptuales no resuelven un caso real; muestran por qué la orientación general y la regulación de una conducta concreta no tienen que describirse mediante una sola etiqueta.

En el deporte, la distinción resulta útil para leer investigaciones sin mezclar variables. Standage examina motivos deportivos, experiencias de necesidades y condiciones como retroalimentación, competición y climas sociales. Su revisión seleccionada permite comparar preguntas del ámbito deportivo con las de la miniteoría general. Los estudios de Koestner y Levine sobre estudiantes o adultos de otros contextos mantienen su población original; los ejemplos deportivos de este artículo se identifican como hipotéticos cuando proponen una posible aplicación.^[2]

El punto de partida es tratar las orientaciones como dimensiones. Cada una tiene un contenido propio y puede aparecer en diferente grado. Interesa comprender la combinación y las situaciones en que se expresa, en vez de repartir personas entre tres categorías cerradas. Esa lectura mantiene el propósito de una teoría de diferencias individuales: examinar patrones y condiciones, sin reducir la identidad de alguien a una reacción observada.

Orientación autónoma: elección informada por necesidades y metas

La orientación autónoma describe el grado en que las conductas se inician y regulan mediante elecciones basadas en la conciencia de necesidades y metas integradas. Koestner y Levine señalan que quienes presentan mayor orientación autónoma buscan oportunidades de elección y experimentan su conducta como iniciada por ellos mismos. La definición combina atención a lo que importa y una experiencia de autoría de la acción. No equivale simplemente a preferir actividades agradables.^[1]

La elección incluye comprender qué se quiere realizar y cómo se relaciona con otros compromisos. Como explicación conceptual, una decisión puede resultar propia aunque exija esfuerzo o incluya tareas poco atractivas. La orientación remite a la

manera de considerar posibilidades y regular la conducta, mientras que el disfrute describe una experiencia que puede acompañarla. Esta separación permite hablar de autonomía sin suponer que una persona orientada autónomamente disfruta de toda acción o encuentra siempre opciones cómodas.

Los autores vinculan esta orientación con funcionamiento integrado: coherencia entre personalidad, experiencia y acción. Describen asociaciones con conciencia de sí, apertura a la experiencia y aceptación de los sentimientos. La información interna tiene aquí un papel: reconocer lo que se piensa y siente puede contribuir a decidir con menos defensividad. Esas asociaciones generales no significan que la persona conozca todas sus razones ni que su descripción de sí misma esté libre de contradicciones.^[1]

Un ejemplo hipotético fuera del deporte puede ser aceptar un proyecto nuevo después de valorar si permite aprender algo relevante y si encaja con compromisos anteriores. La persona también puede considerar el salario y las expectativas del puesto. La orientación autónoma no exige ignorar esas condiciones; distingue si la decisión se asume mediante razones que reconoce o si se organiza principalmente por presiones. El contenido de una elección necesita comprenderse antes de interpretar el significado de la conducta.

[Inferencia] En un ejemplo deportivo hipotético, una participante escucha una propuesta de preparación, pregunta por su propósito y elige seguirla porque la considera coherente con el tipo de aprendizaje que busca. Esa escena podría explorarse mediante las preguntas de la orientación autónoma. La conducta aislada no prueba una tendencia general: podría describir una decisión particular. Para examinar orientación haría falta información que abarque otras situaciones y un método congruente con ese nivel.

La diferencia entre autoría y autosuficiencia se desarrolla en el capítulo cuando compara autonomía reflexiva y reactiva. Una orientación autónoma puede incluir consultar a personas creíbles y aceptar ayuda voluntariamente. Escuchar una recomendación no borra la propia elección. Por el contrario, rechazarla solo para oponerse puede responder a otra lógica. La miniteoría centra la atención en cómo se construye la decisión, más que en el hecho visible de actuar acompañado o por cuenta propia.^[1]

Orientación controlada: atender a presiones externas e internas

La orientación controlada describe el grado en que las conductas se inician y regulan por controles del entorno, como estructuras de recompensa, o por imperativos internos acerca de cómo se debería actuar. Koestner y Levine señalan que quienes presentan mayor orientación al control tienden a buscar controles e interpretar el ambiente como controlador. La definición no se limita a una orden pronunciada por otra persona: también incluye las exigencias que se administran internamente.^[1]

La diferencia que debe conservarse entre atender a una condición y estar principalmente regulado por ella. Una recompensa o una regla puede formar parte de la situación de cualquier persona. La orientación controlada se refiere a un patrón de atención e interpretación que organiza la acción alrededor de esos controles. Del mismo modo, tener estándares exigentes no informa suficientemente sobre la orientación: importa cómo se viven, qué razones se reconocen y qué ocurre cuando no se cumple lo esperado.

Los imperativos internos pueden mantener la presión sin que haya una autoridad presente. La fórmula «debo hacerlo» puede expresar compromiso asumido en un caso y exigencia conflictiva en otro. Como lectura conceptual, el lenguaje necesita entenderse dentro de la experiencia, y no clasificarse por una sola palabra. El capítulo diferencia controles internos de regulación autónoma; esa separación permite explorar por qué alguien continúa actuando incluso cuando su razón principal parece ser evitar juicio, culpa o desaprobación.

El capítulo deportivo de Standage desarrolla un fenómeno relacionado, pero situado: la presión que las personas pueden administrarse cuando su valor depende de superar a otras. Lo presenta en su discusión de acontecimientos intrapersonales y motivación en una tarea. Ese pasaje muestra que lo interno no siempre equivale a lo autónomo. Su objeto es un proceso de participación deportiva; no constituye, por sí solo, una medición de orientación controlada general.^[2]

[Inferencia] En un ejemplo deportivo hipotético, un jugador organiza la semana pensando sobre todo en qué conducta recibirá aprobación y qué error puede hacerle perderla. Otra jugadora considera las mismas exigencias, pero busca comprender su relación con una meta que reconoce como propia. Las escenas permiten plantear preguntas sobre atención a controles; no demuestran que cada participante tenga una orientación estable. La presión de una situación puede ser relevante aunque la tendencia general sea diferente.

Koestner y Levine revisan también relaciones entre orientación y respuesta a estrategias motivacionales. Presentan investigaciones donde la orientación autónoma puede amortiguar el efecto de recompensas controladoras, mientras una mayor

orientación al control se relaciona con reducción de interés cuando se percibe control. El resultado se conserva en su ámbito general. Conceptualmente, sugiere estudiar cómo disposiciones y circunstancias interactúan, en lugar de atribuir a una recompensa el mismo significado para todos los participantes.^[1]

Orientación impersonal: dificultad para verse como agente efectivo

La orientación impersonal describe una tendencia general a experimentar poca intencionalidad, iniciativa o sentido de control. En la definición del capítulo, la persona cree que no puede regular su conducta ni conseguir los resultados deseados. El núcleo no es un deseo de recibir órdenes, sino una vivencia de escasa agencia. Los autores la relacionan con funcionamiento amotivado o indefenso y con sentirse sobrepasado por el entorno, las emociones o los impulsos.^[1]

Ese contenido necesita distinguirse de una decisión de no participar. Alguien puede rechazar una actividad porque ha elegido otra prioridad y experimentar autoría en esa decisión. Tampoco una duda ante una tarea nueva establece una orientación impersonal. Como explicación conceptual, lo pertinente es si se repite una vivencia de no poder iniciar acciones eficaces o influir en resultados, y cómo se relaciona con otros ámbitos y con las circunstancias que encuentra la persona.

Orientación impersonal y orientación controlada comparten algunas relaciones, pero no son idénticas. En control, las exigencias pueden dirigir una conducta intencional: se actúa para cumplir condiciones o evitar consecuencias. En impersonalidad, predomina la dificultad para experimentar que la acción permite obtener algo deseado. La distinción aporta preguntas propias sobre expectativas de eficacia e iniciativa. Dos conductas externamente parecidas pueden contener procesos diferentes, como actuar bajo presión o sentir que actuar carece de efecto.

En un ejemplo hipotético general, una estudiante deja un proyecto. Puede haber decidido que otra actividad expresa mejor sus intereses; puede sentirse obligada a abandonar por una expectativa ajena; o puede pensar que ningún esfuerzo suyo cambiará el resultado. La interrupción visible es la misma, pero la lectura motivacional cambia. Conocer la razón y la experiencia permite diferenciar posibilidades antes de atribuir el comportamiento a una disposición general.

[Inferencia] En un ejemplo deportivo hipotético, un participante evita probar una variante porque cree que cualquier intento terminará igual y que no dispone de recursos para influir. El relato sugiere explorar su experiencia de agencia. Habría que distinguir lo que piensa de las condiciones reales de aprendizaje y de la dificultad específica de la tarea. La miniteoría proporciona un contenido de análisis; la escena no constituye una evaluación clínica ni una estimación de capacidades.

El capítulo insiste en que las tres orientaciones se miden por separado y en grados. Una expresión de impersonalidad no borra las posibles elecciones autónomas de otros momentos ni resume la personalidad completa. Mantenerla como dimensión permite examinar su relación con experiencias y contextos sin convertirla en un calificativo despectivo. También conserva una pregunta de investigación: qué condiciones de desarrollo o cambios de experiencia pueden relacionarse con una variación de esta orientación.^[1]

Grados y combinaciones: por qué no son tres tipos de personas

Koestner y Levine formulan explícitamente que las orientaciones son factores generales de diferencia individual presentes en todas las personas en grados variables. La teoría no propone que se sea una orientación u otra. Cada dimensión se mide en un continuo y la persona se relaciona con el mundo mediante una combinación. Este punto cambia la forma de leer resultados: una puntuación en autonomía no obliga a deducir las otras dos.^[1]

La escala general proporciona subescalas separadas. El capítulo describe relaciones negativas entre autonomía e impersonalidad, positivas entre control e impersonalidad, y ausencia de relación entre autonomía y control en los trabajos iniciales citados. Es un patrón de investigaciones que los autores revisan, no una ley que permita reconstruir puntuaciones individuales. En particular, que dos dimensiones no se relacionen en una muestra no significa que una persona deba mostrar exclusivamente una de ellas.^[1]

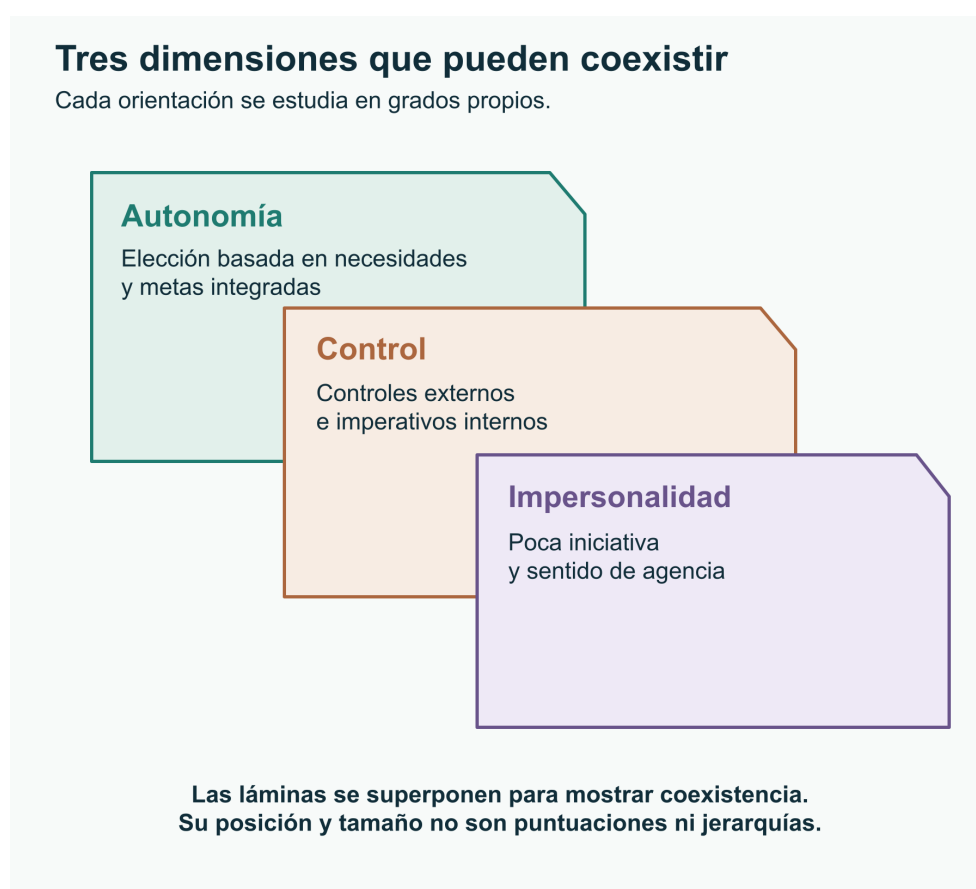
Como ejemplo hipotético, alguien puede buscar decisiones congruentes con sus valores y ser especialmente sensible a ciertas expectativas de evaluación. Otra persona puede responder a controles en varias situaciones y experimentar poca iniciativa en un ámbito diferente. El perfil combinado permite mantener esas posibilidades. La distinción conceptual evita una clasificación simple que obligaría a escoger entre voluntad, presión y poca agencia aunque la experiencia incluya más de un contenido.

Las combinaciones también requieren conservar el ámbito de la medida. Una escala general intenta representar tendencias amplias; una descripción de una sesión recoge un momento; un conjunto de motivos personales puede resumir un ámbito. Si las tres cosas reciben el nombre de «perfil motivacional», se pierde información sobre qué se midió realmente. La forma de interpretar el perfil necesita seguir la pregunta y el instrumento, además de las palabras empleadas en su presentación.

La representación visual de esta monografía usa dimensiones independientes como recurso didáctico. Los esquemas hipotéticos no contienen valores normativos,

umbrales ni perfiles obtenidos con participantes. Su propósito es mostrar que un cambio en una orientación no determina matemáticamente las restantes. Para comparar personas o periodos se necesitarían datos y criterios de interpretación, mientras que el esquema conceptual solo organiza el significado de las dimensiones.

Como consecuencia de la definición, es preferible describir qué tendencia se ha observado, con qué medida y en qué condiciones, en vez de afirmar que alguien «es controlador» o «es impersonal». El sustantivo puede convertirse en una etiqueta que confunda disposición con identidad y comportamiento con intención. La miniteoría conserva una formulación más precisa: orientación en grados, relacionada con experiencias y condiciones, cuya expresión puede estudiarse sin reducir a la persona al resultado.



Esquema original de la combinación dimensional propuesta por COT. No contiene perfiles de participantes, porcentajes ni valores normativos; la superposición no implica una secuencia o dependencia entre orientaciones.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Richard Koestner y Shelby L. Levine (2023).

Orientación general, motivos del ámbito y situación concreta

La teoría de orientaciones generales complementa medidas que preguntan por razones de conducta en ámbitos específicos. Koestner y Levine comparan la escala general con cuestionarios de autorregulación usados para estudiar educación, salud o trabajo. Una medida pregunta cómo suele orientarse la persona en diferentes circunstancias; la otra examina por qué realiza actividades de un ámbito. Ambas pueden relacionarse, pero aportan información a distinta escala.^[1]

La revisión menciona un metaanálisis de Hagger y Hamilton de 2020 donde las relaciones entre medidas generales y específicas equivalían a una correlación de Pearson de 0,30. Ese valor resume una relación estadística presentada por los autores; no significa un treinta por ciento de identidad ni permite convertir una puntuación general en una específica. La relación respalda que los niveles están conectados y, al mismo tiempo, deja margen para diferencias que necesitan interpretarse.^[1]

Los autores explican que, en muchos trabajos revisados, las medidas del ámbito se relacionaban más estrechamente con resultados de ese mismo ámbito. Las medidas generales no añadían suficiente validez incremental en algunas de esas comparaciones. La precisión es relevante: una tendencia amplia puede ser teóricamente importante y resultar menos útil para predecir un resultado muy situado. La utilidad depende de la pregunta, de las variables comparadas y de lo que aporta la medida por encima de otras.^[1]

El capítulo alude al modelo jerárquico de motivación de Vallerand para conectar niveles general, contextual y situacional, y a hipótesis sobre influencias descendentes y ascendentes. Una lectura conceptual puede distinguir una tendencia amplia que influye en la interpretación de un ámbito de experiencias repetidas que contribuyen a cambios más amplios. Son direcciones que requieren contraste. El hecho de nombrar niveles no demuestra cuál influyó primero en una investigación concreta.^[1]

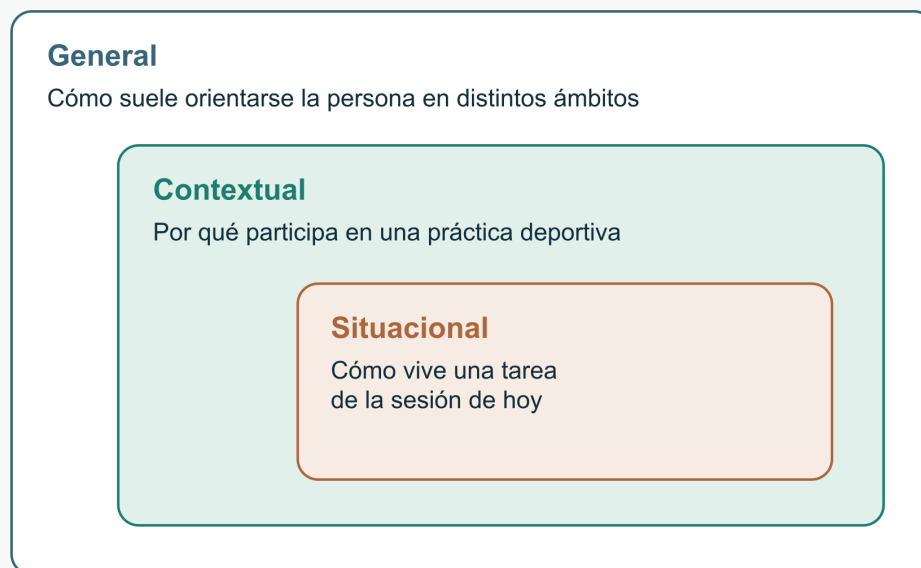
[Inferencia] En un ejemplo deportivo hipotético, una persona puede informar voluntad al tomar decisiones en su vida, sentir presión respecto a la participación en un equipo y encontrar una tarea de una sesión particularmente interesante. Las tres descripciones no son incompatibles porque se refieren a niveles distintos. Tampoco describen, por sí solas, una trayectoria de cambio. Conservar la escala temporal y el ámbito de cada pregunta ayuda a ordenar el relato.

Standage presenta precisamente motivos deportivos y procesos que se expresan en contextos y acontecimientos de la práctica. Por ello, sus asociaciones sobre motivación autónoma no deben leerse como si provinieran necesariamente de una escala general de causalidad. La comparación permite reconocer un lenguaje compartido de autonomía y control mientras mantiene distintas unidades de análisis.

La orientación general pregunta por un patrón amplio; el ámbito pregunta por participar en un deporte; la situación pregunta por la experiencia de una tarea.^[2]

Tres escalas para formular una pregunta motivacional

Comparación conceptual con un ámbito deportivo hipotético



**Los niveles pueden relacionarse.
Una medida de un nivel no sustituye a las demás.**

[Inferencia] Organización visual propia del contraste de niveles descrito por Koestner y Levine y de variables deportivas revisadas por Standage. El ámbito y la sesión son ejemplos hipotéticos. Las áreas no representan varianza explicada, muestras ni tamaños de efecto.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Richard Koestner y Shelby L. Levine (2023); Martyn Standage (2023).

Autonomía reflexiva frente a oposición reactiva

El capítulo distingue dos formas de entender autonomía que producen interpretaciones diferentes. En la teoría de la autodeterminación, autonomía refiere a volición, disposición y congruencia. Otras formulaciones la identificaron con independencia y resistencia a la influencia. Koestner y Levine revisan esa diferencia mediante medidas de autonomía reflexiva y reactiva. No se trata de dar dos nombres al mismo comportamiento: cambia lo que el instrumento considera propio del constructo.^[1]

En los estudios de Koestner y Losier de 1996 reseñados, la medida de autonomía del GCOS se relacionó con interacciones sociales positivas entre estudiantes universitarios. La medida reactiva del Adjective Checklist se asoció con interacciones neutrales entre compañeros y negativas con figuras de autoridad, como padres o

docentes. Los resultados conservan ese contexto de estudio. Ayudan a comprender que independencia y volición no son definiciones intercambiables de autonomía.^[1]

El capítulo describe después un estudio de 1999 sobre decisiones en un juego de predicción con posibilidad de ganar dinero. La autonomía reflexiva se relacionó con recurrir al consejo de expertos creíbles. En cambio, participantes con una forma reactiva tomaban decisiones opuestas a la recomendación de esos expertos. Los autores interpretan el contraste como una confusión entre anticonformidad y autonomía reflexiva. El interés del ejemplo es cómo se procesa una influencia, no establecer que seguir consejo sea siempre la decisión correcta.^[1]

Como explicación conceptual, escuchar y decidir pueden formar parte de un mismo acto autónomo. Una persona puede examinar una razón ajena, reconocer su valor y asumir una decisión. Otra puede sentirse obligada a contradecir para conservar una imagen de independencia. En esta segunda posibilidad, el movimiento sigue organizado alrededor de la influencia que se rechaza. La oposición visible no demuestra que la acción se base en necesidades y metas integradas.

[Inferencia] En un ejemplo deportivo hipotético, una jugadora acepta una observación técnica porque entiende su fundamento y quiere probarla. Otro participante hace lo contrario de lo indicado para mostrar que nadie decide por él. La diferencia de actos permite preguntar por el proceso de decisión; el significado necesita conocerse. Un desacuerdo bien razonado también puede ser autónomo, del mismo modo que una aceptación puede estar guiada por presión.

Esta distinción protege el análisis de un atajo frecuente: inferir voluntad a partir de obedecer o desobedecer. La orientación reflexiva mantiene el interés por las razones y la congruencia; la reactiva, tal como se mide en los estudios revisados, pone de relieve oposición e independencia. Para comparar evidencia conviene indicar cuál definición se utilizó. Si ambas se presentan bajo una única palabra, los resultados sociales pueden parecer contradictorios cuando en realidad se examinaron contenidos diferentes.

Aceptar y oponerse no revelan, por sí solos, autonomía

La diferencia está en cómo se construye la decisión.



**También puede existir desacuerdo autónomo.
La conducta visible necesita razones para interpretarse.**

Diagrama original de contenidos conceptuales revisados por Koestner y Levine. La bifurcación es didáctica; no reproduce el juego experimental ni implica que todo acuerdo sea reflexivo o todo desacuerdo sea reactivo.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Richard Koestner y Shelby L. Levine (2023).

Integración de personalidad: coherencia entre lo que se dice y se hace

Koestner y Levine describen integración como coherencia y unidad en la personalidad y la experiencia. En su exposición, la autonomía se vincula con reconocer emociones, necesidades y aspectos personales de una manera menos defensiva. La integración no implica uniformidad de conducta: una persona puede actuar de modo diferente en tareas distintas y conservar razones coherentes. El concepto pide examinar relaciones entre experiencia, motivos y acción, en vez de identificar integración con repetir siempre la misma respuesta.^[1]

El capítulo reúne investigaciones sobre consistencia entre actitudes y conducta, entre rasgos y conducta, y entre motivos implícitos y explícitos. Cada relación estudia una forma de coherencia. Decir que se valora una actividad y dedicarle tiempo no es la misma pregunta que describirse como responsable y actuar de acuerdo con esa descripción. La teoría propone que la orientación autónoma puede contribuir a

conectar esos planos; el contraste empírico necesita indicadores adecuados para cada uno.^[1]

Los autores reseñan investigaciones de Koestner, Bernieri y Zuckerman de 1992. Los participantes se clasificaron en niveles altos o bajos de orientación autónoma o controlada según el GCOS, antes de evaluar motivación actitudinal y conductual en una situación de resolución de rompecabezas interesantes. El grupo orientado autónomamente presentó mayor correspondencia entre actitud y conducta que el clasificado como controlado. La orientación se había medido: no se convirtió experimentalmente a las personas en una u otra.^[1]

Otra comparación del mismo conjunto de investigaciones vinculó autodescripciones de responsabilidad con un criterio conductual. El capítulo también comenta la correspondencia entre motivos de logro explícitos e implícitos en personas con alta orientación autónoma. La interpretación propuesta es que atender a inclinaciones afectivas ayuda a desarrollar motivos reconocidos de forma más congruente. Conviene distinguir esa explicación de los datos específicos que examinan asociaciones y consistencia; ambas piezas aportan información distinta.^[1]

En un ejemplo hipotético general, alguien afirma que quiere colaborar porque valora el proyecto y organiza su tiempo de acuerdo con ese compromiso. Otra persona expresa la misma valoración, pero actúa sobre todo cuando espera aprobación. La coherencia no se decide por una sola ocasión: una dificultad real puede impedir actuar según un valor. El análisis se interesa por patrones y razones, además de las condiciones que facilitan o limitan la conducta.

[Inferencia] En un equipo hipotético, las declaraciones de compromiso y las conductas de práctica podrían estudiarse como variables relacionadas, pero diferentes. La comparación no autoriza a usar una ausencia puntual como prueba de falta de integración. Sería necesario distinguir disponibilidad, circunstancias, significado de la meta y método de observación. El constructo aporta una pregunta específica: en qué medida los motivos reconocidos se corresponden con acciones, dentro de condiciones que también necesitan describirse.

Integración emocional y social: aceptar experiencias y relacionarse

La integración emocional aborda cómo se reconocen experiencias agradables y difíciles como partes de la propia historia. Koestner y Levine reseñan cinco estudios de Weinstein, Deci y Ryan de 2011, con uso del GCOS y procedimientos de activación de orientación. Las personas más autónomas tendían a aceptar aspectos positivos y negativos de sus yoes pasados; las más controladas aceptaban principalmente los positivos y minimizaban los negativos. El capítulo utiliza ese patrón para discutir aceptación y defensividad.^[1]

Otros trabajos reseñados examinaron responsabilidad por fracasos y éxitos, y reconocimiento de cualidades favorables y desfavorables del grupo propio. El contenido común es conservar la información difícil dentro de una visión de sí o de la pertenencia. Como interpretación conceptual, integrar una experiencia no significa aprobarla ni concluir que toda consecuencia fue deseable. Permite reconocer lo ocurrido sin exigir que la imagen personal o grupal solo contenga episodios favorables.

La integración social aporta otra dimensión. Hodgins, Koestner y Duncan utilizaron en 1996 un procedimiento de registro contingente a acontecimientos para estudiar interacciones de estudiantes universitarios. El capítulo describe relaciones de autonomía con intercambios más abiertos y significativos, mayor frecuencia de interacción y experiencias valoradas como agradables. Este resultado general ayuda a cuestionar la identificación de autonomía con aislamiento o ausencia de vínculos.^[1]

La forma de compartir información personal fue especialmente importante. Los autores señalan que quienes presentaban mayor orientación autónoma adaptaban su nivel de revelación a la cercanía con la otra persona y a cuánto esta compartía. Por tanto, la apertura no se interpreta como contar lo mismo a cualquier interlocutor. El vínculo incluye sensibilidad a la relación y reciprocidad. La precisión añade contenido al concepto social de integración, más allá de sumar contactos o conversaciones.^[1]

También se revisaron estudios sobre responsabilidad en conflictos y formas de disculpa. Los participantes con mayor autonomía reconocían más responsabilidad por el daño causado y ofrecían explicaciones y disculpas más elaboradas. Los trabajos corresponden a relaciones de jóvenes adultos en el capítulo general. Describirlos como evidencia de cómo pedir disculpas en un equipo deportivo requeriría otra atribución; aquí muestran las preguntas sociales que la miniteoría ha permitido investigar.^[1]

[Inferencia] En un ejemplo deportivo hipotético, reconocer un error propio y escuchar a un compañero puede explorarse como parte de integración emocional y social. También podrían intervenir reglas del grupo, habilidades de comunicación y

circunstancias del conflicto. El episodio no identifica por sí mismo una orientación. La comparación ayuda a conservar dos preguntas: cómo se incorpora la experiencia a la comprensión de sí y cómo se participa en una relación que reconoce a la otra persona.

Qué hacen las medidas por escenarios y qué dejan fuera

La General Causality Orientations Scale, denominada GCOS, se desarrolló para medir diferencias generales en autonomía, control e impersonalidad. El capítulo describe una versión inicial de 36 ítems y ampliaciones posteriores para incorporar situaciones sociales, además de logro. Su carácter general busca abarcar diferentes respuestas y circunstancias. La revisión insiste en que produce puntuaciones separadas para las tres orientaciones, lo que permite conservar el perfil combinado en lugar de una clasificación única.^[1]

En la modalidad por escenarios descrita, la persona imagina una situación y valora la probabilidad de experimentar diferentes reacciones. La revisión presenta 17 escenarios con respuestas asociadas a las orientaciones y valoración en una escala de siete puntos. No consiste en escoger una única opción correcta. Puntuar varias posibilidades exige imaginar cómo se respondería y reconocer que más de una puede resultar plausible. Esta forma de respuesta es coherente con la idea de grados y coexistencia.^[1]

La carga de imaginar también forma parte del método. Un escenario laboral puede estar alejado de la experiencia de un estudiante, y evaluar varias respuestas requiere tiempo. Koestner y Levine explican que la administración puede ocupar hasta unos veinte minutos en algunos participantes. La observación se refiere a las versiones que discuten, no a una duración obligatoria. Es una razón práctica para precisar versión, población y propósito antes de comparar instrumentos o resultados.^[1]

El capítulo revisa alternativas breves centradas en autonomía. El Index of Autonomous Functioning tiene quince ítems y tres subescalas sobre autoría y congruencia, interés reflexivo y susceptibilidad al control. Los autores señalan que no incluye una escala de orientación impersonal. Esa diferencia de contenido es decisiva: medir más brevemente una parte del funcionamiento autónomo no equivale a medir todas las orientaciones generales ni permite deducir la dimensión que falta.^[1]

Otras vías incluyen distinguir autonomía asistida y afirmada, o agregar motivación de metas personales importantes. La revisión presenta ventajas potenciales y límites: algunas medidas no contienen subescalas controladas o impersonales, y la agregación de metas requiere más comparación con instrumentos existentes. Aquí interesa qué contenido cubre cada procedimiento. Su economía de respuesta y su

alcance conceptual son preguntas diferentes; una medida breve puede ser pertinente sin responder al mismo objeto completo.^[1]

Las escenas deportivas hipotéticas de esta monografía no son versiones del GCOS. Una adaptación necesitaría un trabajo propio sobre lenguaje, contenido y propiedades de medida. Para estudiar orientaciones, la elección debe seguir el constructo y el propósito; para conocer motivos deportivos, puede corresponder una medida del ámbito. Conservar esa decisión evita que ejemplos didácticos terminen convertidos en puntuaciones aparentes y que un instrumento parcial se interprete como si incluyera dimensiones ausentes.



Composición propia a partir de la revisión de medidas. Los contornos de página no codifican longitud ni calidad psicométrica. Se compara contenido descrito, sin recomendar un instrumento para una población deportiva ni reproducir ítems.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Richard Koestner y Shelby L. Levine (2023).

Orientaciones y personalidad: relaciones sin equivalencia

Koestner y Levine proponen situar las orientaciones dentro de modelos que distinguen rasgos disposicionales, adaptaciones características e identidad narrativa. En el modelo de McAdams que presentan, las adaptaciones incluyen motivos, metas y valores de una persona como agente. Las orientaciones encajarían principalmente en ese nivel. La ubicación es una propuesta conceptual de los autores para conectar la miniteoría con preguntas de personalidad, además de sus aplicaciones motivacionales habituales.^[1]

La distinción entre rasgo y adaptación ayuda a organizar contenidos. Un rasgo disposicional describe patrones amplios de comportamiento y experiencia; una adaptación motivacional se interesa por aquello que se valora y por cómo se regula la acción en una trayectoria. Ambos pueden relacionarse. La propuesta del capítulo evita que el marco de los cinco grandes rasgos absorba toda pregunta sobre motivos o que la orientación se presente como un nombre alternativo para un rasgo ya medido.

Olesen examinó en 2011 esas relaciones en adultos daneses, según la revisión. Las tres orientaciones resultaron distintas de los rasgos, aunque relacionadas con ellos. La autonomía se asoció positivamente con extraversión, amabilidad y apertura; el control, negativamente con amabilidad y apertura; la impersonalidad, con neuroticismo y baja extraversión. Los patrones describen la investigación citada, no permiten atribuir a una persona un rasgo a partir de un gesto ni representan resultados específicos de atletas.^[1]

La revisión añade que Olesen y colaboradores encontraron en 2015 una aportación de orientación autónoma a la predicción de bienestar subjetivo más allá de extraversión y neuroticismo. Es una comparación concreta de variables y resultado. Se diferencia de los estudios donde una medida general no aportaba suficiente predicción adicional para conductas de un ámbito. La utilidad incremental puede variar con el resultado que se estudia y con las medidas incluidas en la comparación.^[1]

La identidad narrativa proporciona una vía distinta: estudiar cómo una persona relata elecciones, presión y reflexión en su trayectoria. El capítulo comenta una investigación de narraciones históricas como ejemplo de esa posibilidad. Aquí se conserva la idea metodológica sin usar sus resultados de salud como pronóstico individual. Un relato, una escala de orientación y una medida de rasgos representan operaciones diferentes, aunque puedan contribuir a una pregunta compartida sobre personalidad.

[Inferencia] En una trayectoria deportiva hipotética, una entrevista sobre decisiones importantes podría generar preguntas sobre cómo se vivió la autoría y la presión. Ese

material no es automáticamente equivalente a una puntuación del GCOS. La interpretación requiere conocer el procedimiento y contrastar alternativas. La propuesta narrativa amplía las formas de estudiar la experiencia, mientras que la comparación con rasgos obliga a mantener qué constructo mide cada método y qué resultado intenta explicar.

Desarrollo y cambio: lo observado y las preguntas abiertas

El título del capítulo llama «olvidada» a esta miniteoría. Koestner y Levine proponen explicaciones para una atención menor respecto a otros desarrollos de la autodeterminación: cambios de interés hacia medidas contextuales, dificultades prácticas de administrar el GCOS y aparición de otras miniteorías. La reconstrucción expresa su interpretación de la trayectoria del campo. Los recuentos de citas que incluyen corresponden al capítulo y no se presentan aquí como indicadores actualizados de popularidad científica.^[1]

Una parte de la discusión se refiere al interés por resultados situados. Si una investigación busca explicar persistencia en un ámbito, una medida contextual puede aportar información más próxima a su pregunta. La carga de añadir una medida general también influye en su uso. Estas razones ayudan a entender decisiones metodológicas sin concluir que una teoría sea falsa por recibir menos citas o que una escala frecuente explique necesariamente más que una menos utilizada.

Los autores señalan que se conoce relativamente poco sobre desarrollo y cambio de las orientaciones. Reseñan un seguimiento universitario de Sheldon y Salisbury (2017), identificado como manuscrito no publicado en su bibliografía, de cuatro años donde disminuyeron control e impersonalidad, mientras la autonomía aumentó entre quienes participaron en numerosas actividades extracurriculares. La exposición conserva el contexto universitario y la asociación observada. No identifica por sí misma qué actividad produjo el cambio ni permite recomendar una cantidad de actividades como condición universal de desarrollo.^[1]

También plantean preguntas sobre acontecimientos vitales y cambio buscado voluntariamente. En el estado de la revisión, los autores diferencian evidencia de cambio de rasgos de personalidad de lo que falta estudiar específicamente sobre orientaciones. Que una persona pueda buscar una modificación de algún rasgo no demuestra que un programa transforme orientación controlada en autónoma. La agenda invita a contrastar esa posibilidad, junto con antecedentes, procesos y continuidad temporal.^[1]

Como explicación conceptual, estabilidad y cambio no son términos necesariamente excluyentes. Una tendencia puede mostrar continuidad suficiente para describir diferencias individuales y, a la vez, variar durante una trayectoria. Para conocer cómo ocurre habría que distinguir cambios del entorno, experiencias acumuladas,

oportunidades de participación y variación en la medida. El capítulo sugiere estudiar etapas vitales y adaptar procedimientos de forma comprensible, manteniendo la posibilidad de evaluar las tres orientaciones.^[1]

[Inferencia] En una trayectoria deportiva hipotética, nuevas responsabilidades o relaciones podrían generar preguntas sobre cambios de orientación, pero no constituyen mecanismos establecidos por estas fuentes. Un seguimiento que solo detecte más motivación autónoma para entrenar respondería a una pregunta contextual. Para afirmar un cambio general, tendría que examinar una medida de ese nivel y conservar el tiempo y las condiciones del estudio. La distinción de niveles delimita qué cambio se ha observado.

La comparación deportiva: preguntas próximas, variables diferentes

Standage presenta aplicaciones deportivas de la autodeterminación centradas en motivos, necesidades, acontecimientos y contextos sociales. Su revisión selecciona investigaciones de esos ámbitos. En los pasajes utilizados aquí, motivación autónoma, control y presión interna son variables próximas a preguntas de COT, pero no equivalentes a sus tres orientaciones generales. Esa es la frontera de la comparación: una base de personalidad ayuda a formular preguntas sin transformar automáticamente evidencia deportiva contextual en prueba de una disposición general.^[2]

Un ejemplo explícito del capítulo es un estudio de Standage y colaboradores de 2005 con una tarea de coordinación física. Se compararon condiciones de implicación en tarea o ego, cooperación o trabajo individual, e información de victoria o derrota. Los participantes en condiciones de tarea y cooperación informaron mayor satisfacción de necesidades y bienestar; las condiciones de ego se asociaron con más afecto negativo. El objeto era la experiencia bajo condiciones de participación; esa comparación no clasifica a participantes mediante las tres orientaciones generales.^[2]

El mismo capítulo recoge apoyos del entorno, como escuchar perspectivas, ofrecer razones, clarificar expectativas y promover cooperación. Estas prácticas describen condiciones sociales. Una orientación describe una tendencia de quien interpreta y regula su conducta. Como síntesis conceptual, pueden relacionarse, pero mantener la diferencia evita responsabilizar exclusivamente a una disposición personal o atribuir al contexto un efecto uniforme que se ha supuesto sin medirlo.^[2]

[Inferencia] En un caso deportivo hipotético, una entrenadora ofrece una explicación después de una dificultad técnica. Un participante reconoce una oportunidad de aprender; otro atiende al juicio que cree que recibirá; otro duda de que cualquier intento cambie el resultado. Esos relatos se parecen a los contenidos de las tres

orientaciones. La semejanza permite formular hipótesis sobre la interpretación, pero cada relato puede describir una reacción de ese momento y no un patrón general.

[Inferencia] Para estudiar el caso habría que decidir la pregunta: comprender ese episodio, conocer motivos de práctica o examinar orientaciones amplias. Cada propósito pediría información distinta. Una entrevista del episodio podría recuperar significados; una medida contextual preguntaría por razones deportivas; una investigación de orientación general requeriría un procedimiento de ese constructo. Las tres vías se pueden relacionar sin sustituirse, y sus resultados podrían coincidir o mostrar diferencias relevantes.

La utilidad de COT consiste aquí en precisar el patrón de atención y regulación que se desea estudiar. Autonomía remite a decisiones asumidas, control a exigencias externas o internas, e impersonalidad a poca iniciativa y agencia. Grados, combinaciones, integración y niveles mantienen preguntas propias. Las fuentes generales aportan ese marco; la revisión deportiva muestra situaciones y variables del ámbito; las aplicaciones hipotéticas conservan el paso de una definición a una hipótesis que necesita contraste.

Referencias bibliográficas

1. Koestner, R., & Levine, S. L. (2023). Causality orientations theory: SDT's forgotten mini-theory. In R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (pp. 124–138). Oxford University Press.

Causality Orientations Theory: SDT's Forgotten Mini-Theory

2. Standage, M. (2023). Self-determination theory applied to sport. In R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (pp. 701–723). Oxford University Press.

Self-Determination Theory Applied to Sport

Fuentes y criterios editoriales: edufisica.com/enciclopedia/psicologia-deportiva/fuentes-y-metodo.html