

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ
Facultad de Psicología**



**Motivación y autoeficacia en escaladores peruanos desde un marco de Ocio
Serio**

**Tesis para obtener el título profesional de Licenciado en
Psicología
que presenta:**

Juan Ramón Rojas Telles

Asesor

Mag. Hugo Bayona Goycochea

Lima, 2024

INFORME DE SIMILITUD

Yo, **Hugo Andres Bayona Goycochea**

docente de la Facultad de **Psicología** de la Pontificia
Universidad Católica del Perú, asesor(a) de la tesis/el trabajo de investigación titulado

Motivación y autoeficacia en escaladores peruanos desde un marco de Ocio Serio

.....
.....

del/de la autor(a)/ de los(as) autores(as)

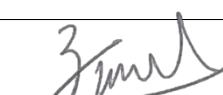
Juan Ramón Rojas Trelles

.....
.....
.....

dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de4..... %. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el10/03/2025..... (DD/MM/YYYY)
- He revisado con detalle dicho reporte y confirmo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio alguno.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: 10 de marzo de 2025

Apellidos y nombres del asesor / de la asesora: Hugo Andres Bayona Goycochea	
DNI: 47431251	Firma 
ORCID: 0000-0002-2555-4670	

Motivación y autoeficacia en escaladores peruanos desde un marco de Ocio Serio

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo explorar las relaciones entre la motivación, autoeficacia en la escalada y el Ocio Serio en un grupo de escaladoras y escaladores en el Perú. Para ello, se contó con 120 escaladores (33.3% mujeres) entre los 18 y 66 años ($M=29.07$, $DE=8.95$). Se empleó el Cuestionario de Regulación de la Conducta en el Ejercicio (BREQ-3), la Escala de autoeficacia en la escalada (CSES) y el Serious Leisure Inventory Measure (SLIM-54). Se encontró relaciones directas entre el Ocio Serio, la autoeficacia en la escalada ($r=.35$, $p<.01$), la motivación intrínseca ($r=.29$, $p<.01$), y la motivación integrada ($r=.59$, $p<.01$). Por otro lado, se encontró una relación inversa con la Desmotivación ($r= -.28$, $p<.01$). También se encontró que los escaladores considerados como expertos ($Mdn= 81.00$) reportaron una mayor autoeficacia en la escalada, en comparación de los recreacionales ($Mdn=64.00$) ($U=2443.00$, $p=.0001$ $r=.34$). Asimismo, quienes escalan al aire libre ($Mdn=81.5$) presentaron una mayor autoeficacia en la escalada que aquellos que escalan en los gimnasios ($Mdn=73$) ($U=1604.5$, $p=.015$, $r=.22$). Este estudio permite una primera aproximación tanto a la población de escaladores como a conceptos como la autoeficacia en la escalada y el Ocio Serio en el Perú desde la psicología.

Palabras clave: Escalada, Motivación, Autoeficacia, Autoeficacia en la escalada, Ocio Serio.

Índice

Introducción.....	1
Método	13
<i>Participantes</i>	<i>13</i>
<i>Medición</i>	<i>14</i>
<i>Procedimiento</i>	<i>18</i>
<i>Análisis de datos</i>	<i>19</i>
Resultados.....	20
Discusión	27
Referencias.....	37
Anexos.....	46



Introducción

El deporte ha demostrado ser una práctica que contribuye a la mejora de la salud, del bienestar y de la calidad de vida de las personas (Codina et al., 2020; Demetriou et al., 2019; Özdemir, 2020; Tukaiev et al., 2020). En particular, se ha encontrado que los deportes al aire libre disminuyen la posibilidad de ocurrencia de enfermedades (Gómez et al., 2017), promueven una percepción positiva de la salud y de la calidad de vida, y producen efectos positivos para la salud mental y estabilidad psicológica, ocasionando sentimientos de bienestar y satisfacción con la vida (Eigenschenk et al., 2019). Asimismo, su práctica ha reportado mejoras en la autoestima y autoeficacia (Boudreau & Gibbons, 2019; Falo et al., 2020; Krüger & Seng, 2019).

Entre los deportes al aire libre, destaca la práctica de la escalada, que ha ganado notoriedad en las últimas décadas debido al gran número de participantes nuevos por año (O'Mara & Mahmud, 2025; Saul et al., 2019). Además, este deporte, que en un inicio se practicaba en la naturaleza, ha pasado a realizarse en entornos más competitivos, lo que se materializó en su debut como deporte olímpico en Tokio 2020 (López & Sitko, 2019; Rauch et al., 2020).

Se entiende como escalada el ascender vertical u horizontalmente empleando una serie de agarres o presas para las manos y los pies, creándose una ruta, vía o problema (Magiera et al., 2019). Asimismo, la escalada implica una serie de demandas psicológicas que pueden depender de la altura en la que la persona se encuentra y el miedo a caerse, o si es una situación de competencia (Giles et al., 2014), la que requiere cierto manejo de ansiedad y estrés (Sánchez et al., 2019). También, el empleo de procesos cognitivos como la atención, la percepción, la memoria y la resolución de problemas expresados en la previsualización de la ruta, la planificación y ejecución de sus acciones en el muro o pared de roca (Heilmann, 2021; Whitaker et al., 2019). Además, se ha estudiado los motivos por los que los escaladores participan en la escalada,

encontrándose diferentes tipos de motivación que varían dependiendo de su involucramiento. Sin embargo, existe una tendencia en que los escaladores manifiesten una motivación intrínseca hacia la escalada (Lee et al., 2020; Szaynok, 2020).

Al igual que en el resto del mundo, en el Perú, la escalada también se encuentra en un proceso de crecimiento. En ese sentido, este deporte, que en un inicio formaba parte de la Federación Deportiva Peruana de Andinismo y Deportes de Invierno, desde el 2015 es representada por la comunidad de escalada peruana, con mayor experiencia en la logística de competiciones deportivas a través de la FEDP (Federación Deportiva Peruana de Escalada, 2021).

Actualmente, para describir la participación de las personas que practican deportes al aire libre, como la escalada y el surf, se ha empleado la perspectiva del Ocio Serio [SLP, por sus siglas en inglés] (Dilley & Scraton, 2010; Lee et al., 2017; Lee et al., 2020; Rahikainen, 2020; Sotomayor & Barberi, 2016). Esta perspectiva entiende al ocio como una actividad voluntaria en la que la persona emplea su tiempo libre con la finalidad de realizarla satisfactoriamente (Stebbins, 2007 en Özdemir, 2020). Por otro lado, el adjetivo serio atañe a la importancia, seriedad y cuidado que los recreacionistas le brindan a las habilidades, conocimientos y experiencias especiales diferentes a las asociadas con las actividades físicas tradicionales (Codina et al., 2020).

Los estudios realizados desde el SLP han demostrado que, para un adecuado desempeño en estas actividades, se requiere una adquisición continua de habilidades, conocimientos y experiencias que pueden resultar desafiantes e incluso adversas (Stebbins, 2020). En el mejor de los casos, el ocio se convierte en un estilo de vida y, en ocasiones, llega a ser una parte central de la vida e identidad de la persona. (Lee & Ewert, 2019; Lee et al., 2017; Lee et al., 2020; Özdemir, 2020). Además, estos actos recreativos pueden facilitar el crecimiento personal; es decir, estas actividades no se realizan únicamente de manera hedónica (Lee & Ewert, 2019).

Desde el enfoque de SL, se puede identificar seis características que permitirán describir el ocio serio de los recreacionistas: a) perseverancia, b) esfuerzo, c) carrera de ocio, d) identificación profunda, e) ethos único y f) beneficios duraderos producto del involucramiento del recreacionista con la actividad de ocio (Romero et al., 2017; Sotomayor & Barberi, 2016; Özdemir, 2020). En ese sentido, el compromiso de los recreacionistas puede entenderse como los esfuerzos físicos y psicológicos que se ejecutan para continuar con sus experiencias de ocio (Lee & Ewert, 2019). Asimismo, implica comportamientos relacionado con el involucramiento de la persona con la actividad de ocio; por ende, cada persona realiza diferentes prácticas o procedimientos que la aproximan al comportamiento que desea (Codina et al., 2020). De esta forma, el compromiso puede describirse desde tres de las seis características previamente señaladas.

En primer lugar, la *perseverancia* se refiere a la capacidad de afrontar de manera positiva las adversidades que puedan ocurrir durante la experiencia de ocio (Lee et al., 2017; Romero et al., 2017; Özdemir, 2020). Además, resulta crucial para continuar realizando las actividades de ocio; pues implica no desistir ante las posibles dificultades que se puedan presentar (Lee & Ewert, 2019; Sotomayor & Barberi, 2016). Por ejemplo, Dilley & Carlon (2010) refieren que un grupo de escaladoras inglesas señalan a la perseverancia como necesaria para la construcción de sus habilidades, conocimientos y experiencias relacionadas a la escalada.

Por otro lado, el *esfuerzo* es entendido como la intención que tiene la o el recreacionista para mejorar sus conocimientos, habilidades, así como sus experiencias en contextos de ocio. Esto implica a los comportamientos e intenciones necesarios para desenvolverse adecuadamente (Lee et al., 2017; Lee & Ewert, 2019). Ronakainen et al. (2017) señalan que, para los corredores con mayor involucramiento, el compromiso, los altos niveles de esfuerzo, la aceptación del dolor y disconfort resultan centrales para su práctica deportiva.

El último componente relacionado al compromiso es la *carrera de ocio*, entendida como la mejora de las capacidades para desempeñarse en una actividad de ocio y participar de una manera más compleja (Lee & Ewert, 2019). Gould et al. (2011) especifican que la carrera de ocio se centra en la mejora consciente de la participación de la actividad de ocio durante su involucramiento. Además, añaden un componente conocido como *Contingencias de carrera*, que implica a los hitos de la participación o eventos especiales en el involucramiento de ocio. En ese sentido, aquellos recreacionistas que han demostrado altos niveles de esfuerzo y perseverancia al deporte al que se dedican y no se han rendido ante situaciones difíciles, han logrado desde SLP una carrera de ocio, en algún momento (Özdemir, 2020).

Otro concepto que nos permitirá describir las experiencias de los participantes de las actividades recreativas es la *identificación profunda*. En ese sentido, producto del involucramiento de los participantes, se generan identidades personales y sociales que se relacionan con los valores asociados a las actividades de ocio (Özdemir, 2020). Se dice que la identidad es social porque el conjunto de participantes de determinada actividad llega a integrar un *ethos único* que los caracteriza, en el cual comparten los valores, normas y metas que forman parte de ello (Lee & Ewert, 2019). De esta forma, el *ethos único* funge como un sentido de pertenencia y explica las interacciones propias entre recreacionistas (Lee et al., 2017).

Por último, los *beneficios duraderos* están relacionados a las beneficios personales y sociales que los recreacionistas obtienen producto de su involucramiento (Lee et al., 2017, Özdemir, 2020). De esta forma, identifican a las retribuciones sociales y económicas, como las remuneraciones producto de la experiencia de los recreacionistas (Gould et al., 2011). Por otro lado, Codina et al. (2020) señalan que, algunos beneficios predominarán sobre otros, de acuerdo con el tiempo invertido. Además, estos beneficios motivan a los participantes a comprometerse

con las actividades de ocio, ya que les genera sensaciones de disfrute, de expresión de sí mismo, y satisfacción, debido a que las actividades de ocio propician procesos de autorregulación (Lee & Ewert, 2019).

En los últimos años, Lee et al (2024), realizaron un estudio en el que buscan encontrar la relación entre la motivación para participar en la escalada, la satisfacción con el ocio en escaladores de Seúl y la autoeficacia física. Los autores proponen que la satisfacción con el ocio cumple un rol mediador en la relación entre la motivación para participar en la escalada y la autoeficacia física. De manera específica, se sugiere que, de las motivaciones para participar en la escalada, la adquisición y logro de habilidades para el deporte, influirán en la satisfacción con el ocio, la cual afectará de manera positiva en la autoeficacia física, y en sus dimensiones de confianza en la expresión de sí mismo y la percepción del estado físico, las que repercutirán en la motivación para participar en la escalada.

En ese sentido, para comprender el comportamiento de las personas que practican algún deporte como la escalada, se ha identificado investigaciones que han propuesto el estudio de la motivación de estos aficionados y/o deportistas (Vicent et al., 2020; Gonzalez, 2019; Szaynok, 2020). De esta forma, el estudio de la motivación permite comprender cómo se regula, dirige, mantiene y da energía al comportamiento (Ryan & Deci, 2017 en Standage y Ryan,2020). Uno de los marcos teóricos que estudia la motivación y sus diferentes calidades es la teoría de la autodeterminación (TAD), que se ha enfocado en el estudio del bienestar, deporte y aspectos relacionados al ámbito educativo (Goodman et al., 2021; Ryan y Deci, 2020; Standage y Ryan, 2020).

Desde la TAD se propone una perspectiva dialéctica del organismo, en la que se entiende al ser humano como un ente proactivo que constantemente se encuentra en la búsqueda de desafíos

que le permitan comprenderse y entenderse de una mejor manera (Standage y Ryan, 2020; Szaynok, 2020). Debido a ello, la TAD tuvo un interés principal, en sus inicios, por el estudio de la motivación intrínseca, entendida como una expresión de esta tendencia integrativa natural de los seres humanos hacia los desafíos (Ryan y Deci, 2020).

La TAD ha propuesto diversas calidades o tipos de motivación, cuya naturaleza se encuentra en un continuo, ejerciendo una función descriptiva con relación a los niveles de autodeterminación y autonomía (Standgate & Ryan, 2020). En ese sentido, esta teoría estudia los diferentes tipos de motivación que las personas manifiestan, las cuales pueden ser: motivación intrínseca, integrada, identificada, introyectada, externa y la desmotivación. (Ryan & Deci, 2020).

La **motivación intrínseca** se manifiesta cuando una persona realiza una acción porque le produce placer por sí misma, le resulta interesante y genera disfrute en el individuo (Ryan & Deci, 2020; Vincent et al., 2020; Szaynok, 2020). Además, responde a la tendencia natural de las personas a buscar desafíos (Standgate & Ryan, 2020). Asimismo, responde a la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Por ejemplo, cuando una persona decide inscribirse a unas clases de escalada para mejorar su técnica de escalada en un gimnasio donde tiene amigos escalando.

En el polo opuesto, **la desmotivación** implica una falta de intención para actuar (Vicent et al., 2020; Lee et al., 2020). De esta forma, las personas desmotivadas carecen de autonomía para comprometerse con una actividad (Szaynok, 2020). Esto puede deberse a que la persona no se considera importante, competente y/o cuando una persona cree que no tendrá los resultados que espera a pesar de su esfuerzo (Standgate & Ryan, 2020).

Entre la desmotivación y la motivación intrínseca se encuentra la **motivación extrínseca** (Vicent et al., 2020), que se caracteriza porque una acción se lleva a cabo para obtener una recompensa o evitar algún tipo de castigo (Szaynok, 2020). Además, se puede categorizar en cuatro

distintos modelos/tipos de motivación, en función de su contenido y su naturaleza: Externa, introyectada, identificada e integrada (Ryan & Deci, 2020; Standgate & Ryan, 2020).

La ***motivación externa*** se refiere a los comportamientos que se llevan a cabo para obtener algún tipo de recompensa, la cual será brindada de manera externa al individuo o para evitar algún tipo de castigo. De esta forma, este tipo de motivación se categoriza como controladora y no autónoma (Ryan & Deci, 2020; Szaynok, 2020). Esta, si bien puede favorecer en obtener las conductas que se desean, no suele perdurar a lo largo del tiempo (Standgate & Ryan, 2020).

Por otro lado, en ***la motivación introyectada***, la regulación externa comienza a internalizarse de manera parcial en el sentido de que el comportamiento se regula en función de obtener recompensas internas y evitar castigos que surgen de la autocrítica; es decir, las formas de control son de naturaleza interna (Ryan & Deci, 2020; Standgate & Ryan, 2020). De este modo, los comportamientos se despliegan porque las personas consideran que deben actuar de determinada manera para evitar sensaciones de culpa o ansiedad. (Standgate & Ryan, 2020).

También, se encuentra la ***motivación identificada***, entre los tipos de motivación extrínseca mencionados, la más cercana al continuo de autonomía (Standgate & Ryan, 2020). Esta motivación se diferencia de las anteriores, puesto que las personas comienzan a reconocer el sentido y valor de manera consciente de las acciones que realizan y, a su vez, son congruentes con los objetivos o metas de sí mismos (Ryan & Deci, 2020; Vicent et al., 2020).

Por otro lado, ***la motivación integrada*** se caracteriza porque las personas reconocen e identifican el valor de las actividades que realizan que son coherentes con sus intereses y valores (Ryan & Deci, 2020). En ese sentido, las acciones que las personas realizan cuando manifiestan una motivación integrada, suelen formar parte de la identidad de estos (Szaynok, 2020). Asimismo, estas acciones se caracterizan por la sensación volitiva presente; sin embargo, se diferencia de la

motivación intrínseca ya que las actividades se realizan en función de un objetivo deseado y el valor de este (Ryan & Deci, 2020; Szaynok, 2020).

Desde el marco de la TAD, se ha estudiado a la motivación desde diversos contextos, por ejemplo, en entornos educativos (Goodman et al., 2021), relacionada al deporte (Standgate & Ryan, 2020) e incluso vinculada al SLP (Lee & Ewert, 2018; Ewert et al., 2020). Además, resulta eficaz para el desarrollo de intervenciones enfocadas en la promoción de actividades físicas en adolescentes y niños (Demetreiou et al., 2019).

En cuanto las investigaciones que vinculan la TAD con la práctica del deporte, Standgate & Ryan (2020) indican que los deportistas manifiestan diferentes tipos de motivaciones. De esta forma, sostienen que el comportamiento dirigido hacia el deporte, en gran medida, se encuentra mediado por la motivación intrínseca. Asimismo, formulan que aquellos deportes que fomentan la motivación intrínseca se distinguen por la posibilidad de elegir, brindar retroalimentación positiva y apoyo.

Por otro lado, Lee et al. (2017) clasifican a escaladores en función a su grado de compromiso, e indican que quienes puntúan alto en motivación intrínseca e identificada son más probables de pertenecer al grupo de mayor dedicación. Del mismo modo, Lee & Ewert (2018) enunciaron que los escaladores que presentaban una motivación intrínseca tenían una asociación positiva con la participación en la escalada, a diferencia de aquellas personas que presentaban una motivación extrínseca. Esto es coherente con el estudio de Lee et al., (2020) quienes reportaron que la motivación intrínseca se asociaba con la cantidad de días que los escaladores practicaban este deporte. Sin embargo, la motivación intrínseca no está asociada con los conceptos de compromiso y desarrollo de la identidad; pero sí, con los conceptos de retribución personal y social (Lee & Ewert, 2019). Lo afirmado es congruente con los propuesto por Gonzales (2019) quien

indica que los escaladores con un alto nivel de motivación intrínseca escalan debido a su interés y el disfrute de la actividad por sí misma.

Respecto al estudio de la motivación desde la TAD en el Perú, se ha investigado su relación con el bienestar de estudiantes de postgrado (Zuñiga, 2020). Además, su relación con la satisfacción con la vida en deportistas (Herrera, 2016) y estilos de entrenamiento en atletas (Garreaud,2020).

Asimismo, se ha indagado su relación con la autoeficacia y la procrastinación en estudiantes (Fiestas, 2019). En esa misma línea, la autoeficacia se ha reconocido como un factor que influye en la práctica de deportes (Whittembury, 2013). Por ello, resulta pertinente considerarla como un factor para el estudio de la motivación y el involucramiento en los escaladores.

La autoeficacia percibida es la creencia que tienen las personas sobre sus capacidades para desempeñarse de determinada manera y brinda control sobre los eventos que afectan sus vidas. En ese sentido, si las personas creen que pueden influenciar en sus acciones, tendrán motivo para actuar (Bandura, 2000). De esta forma, la autoeficacia implica el empleo de procesos cognitivos los cuales se manifiestan en las evaluaciones o apreciaciones de las capacidades o competencias que una persona tiene para realizar una tarea satisfactoriamente en una situación específica (Guillen, 2007). Asimismo, la autoeficacia suele construirse en función a cuatro fuentes: el aprendizaje vicario, persuasión verbal o social, estados psicológicos y el dominio de la experiencia (Bandura, 2000; Boudreau & Gibbons, 2019; Krüger & Seng, 2019).

En primer lugar, el aprendizaje vicario supone que las personas se involucrarán en las actividades cuando observen a personas similares a ellos realizar la actividad de manera exitosa luego de un esfuerzo sostenido (Bandura, 2000). Por ello, la percepción de autoeficacia débil puede

ser favorecida al observar modelos que poseen cualidades similares al participante lograr sus objetivos o completar una tarea, esto es útil sobre todo cuando el participante tiene poca experiencia y cree que puede fallar (Widmer et al., 2014).

Por otro lado, los estados psicológicos pueden promover el desempeño o perjudicarlo, esto dependerá del nivel de ansiedad experimentado por las personas y la creencia en sus habilidades (Molina et al., 2024). En las actividades físicas, estos pueden llevar a las personas a creer que no son físicamente eficaces (Bandura, 2000). Cuando los estados psicológicos se reorganizan pueden promover la autoeficacia. La persuasión verbal, por otro lado, está dirigida hacia el desempeño y se enfoca en promoverlo y mejorarlo (Widmer et al., 2014).

Por último, la experiencia de dominio es reconocida por ser la fuente de autoeficacia con mayor influencia sobre esta, y comprende la experiencia que una persona puede tener al desempeñar alguna tarea (Widmer et al., 2014). De esta forma, el éxito genera una creencia de eficacia y el error repercute negativamente en ella (Bandura, 2000).

Cabe mencionar que se ha propuesto el estudio de la autoeficacia en contextos deportivos, identificándola como un factor psicológico relacionado al buen rendimiento (Guillen, 2007). Además, se ha estudiado su función en el proceso de enseñanza y aprendizaje del deporte (Boudreau & Gibbons, 2019; Krüger & Seng, 2019). En ese sentido, Demetriou & Höner (2012) en una revisión sistemática enfocada en intervenciones de actividad física en el ámbito escolar, indican que el comportamiento dirigido hacia estas actividades se encuentra mediado por la autoeficacia.

Por otro lado, Widmer et al., (2014) examinan el impacto de la participación de adolescentes en un programa recreativo de aventuras y su efecto en su autoeficacia académica, buscando explorar la transferencia de las creencias de eficacia hacia dominios no relacionados. De

esta forma, se reporta que los programas recreativos de aventuras cuando se basan en teoría favorecen los resultados esperados; por ello, cuando las recreaciones al aire libre son desafiantes pueden incrementar la autoeficacia y sistemáticamente generalizar ese incremento en otras áreas del funcionamiento de la vida. También, se ha estudiado la relación de la autoeficacia con la asunción de riesgos en la escalada. Llewellyn et al., (2008) reportan que, en un grupo de escaladores británicos, los participantes que suelen escalar más frecuentemente asumen riesgos de manera calculada y escalan vías de mayor dificultad, cuando se sienten seguros de sus habilidades y tienen una alta autoeficacia.

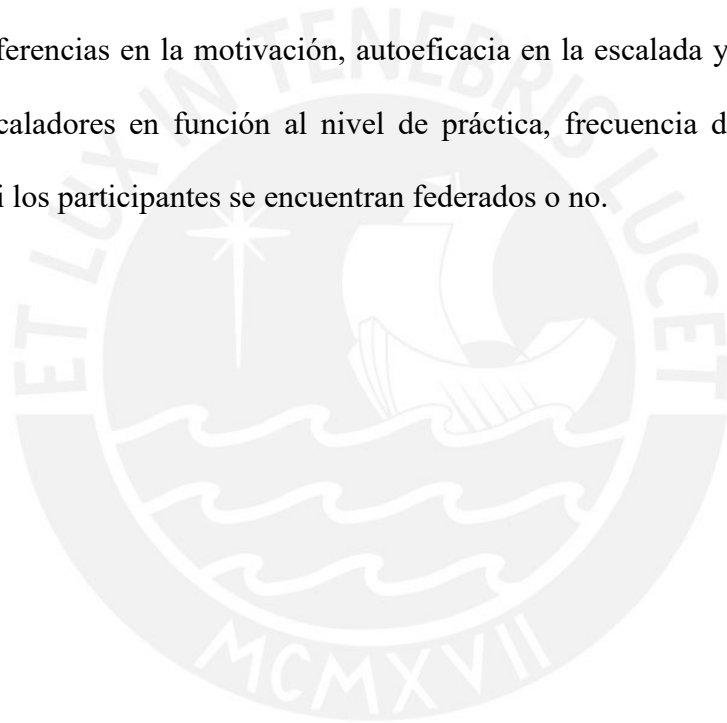
De manera específica, la autoeficacia en la escalada se refiere a la creencia en las habilidades de uno mismo para escalar una pared satisfactoriamente, empleando una técnica eficiente y determina la probabilidad de intentar escalar a pesar de las fallas (Boudreau & Gibbons, 2019). En un estudio de caso, los autores encontraron que el ambiente de aprendizaje en las sesiones de un programa de escalada favorecía al desarrollo de la autoeficacia en la escalada en estudiantes (Boudreau & Gibbons, 2019).

En el Perú, la autoeficacia ha sido estudiada en contextos educativos relacionándola con las estrategias de aprendizaje (Carbajal & Delgado., 2020) y el rendimiento académico (Molla, 2017). Asimismo, se ha estudiado su efecto en el deporte relacionado con las expectativas del resultado en jugadores de Rugby (Whittembury, 2013) y su relación con la orientación a la meta en futbolistas profesionales (Ampuero, 2013)

De esta forma, se puede evidenciar que no se ha estudiado a la población de escaladores en el Perú, tampoco sus motivaciones que los llevan a involucrarse con el deporte de la escalada. Del mismo modo, si bien la relación entre motivación y la autoeficacia ha sido estudiadas, esto ha sido en contextos académicos relacionados con la procrastinación. Cabe resaltar que, a nuestro

conocimiento, no hemos encontrado estudios en el Perú desde la psicología deportiva que hayan empleado el marco del Ocio serio. Esto evidencia la pertinencia del estudio y justifica que la presente investigación se lleve a cabo desde el marco propuesto con los constructos presentados.

En la actualidad, los escaladores comparten diversos retos y posturas respecto a este deporte (O'Mara & Mahmud, 2025; Hubbard & Wood, 2024), además de diferentes motivaciones para su práctica; de esta forma, la presente investigación busca explorar las relaciones entre la motivación, la autoeficacia en la escalada y el Ocio Serio en escaladores peruanos. Asimismo, se espera encontrar diferencias en la motivación, autoeficacia en la escalada y las dimensiones del ocio serio entre escaladores en función al nivel de práctica, frecuencia de escalada, lugar de práctica, género y si los participantes se encuentran federados o no.



Método

Participantes

Para el presente estudio, se realizó un muestreo no aleatorio por conveniencia, ya que los participantes accedieron al estudio mediante una metodología de bola de nieve. Se contó con un grupo de 120 escaladores entre los 18 y los 66 años ($M=29.07$, $DE=8.95$). El 65.8% de los participantes se identificaron con género masculino y el 33.3% con el género femenino (0.8% se identificó como otro), y el 86.67% del total de la muestra indica como lugar de residencia el departamento de Lima.

Respecto a la experiencia en el deporte, un 60% se considera como escaladores recreacionales, mientras que el 40% se considera como escaladores experimentados. En ese sentido, se identificó que los participantes contaban desde 3 meses hasta 50 años de experiencia ($M=5.26$ años, $DE=7.69$ años). Con relación a los días que le dedican a escalar al mes, varían entre 1 y 28 días ($M=7.58$, $DE=5.42$) y respecto a la cantidad de días que se dedican a escalar a la semana puede ser desde 1 día hasta 7 días ($M=2.38$, $DE=1.25$).

Además, un 78.3% de los participantes refieren que escalan frecuentemente en gimnasios de escalada, y el otro 21.7% escala frecuentemente al aire libre o en Roca. Con relación a las modalidades que los participantes practican, un 51.7% refieren que practican la modalidad de Escalada Deportiva y Bloque, mientras que un 32.5% indicaban que solo practicaban Bloque, un 6.7% solo practicaban Deportiva y otro 3.3% quienes practicaban Escalada Tradicional.

Como factor de inclusión, los participantes deben haber estado escalando un mes previo a completar las encuestas. Finalmente, se tomó en cuenta las consideraciones éticas al momento de realizar la aplicación del cuestionario. En ese sentido, se indicó que la participación era voluntaria,

no suponía daño alguno para los participantes, que su información se emplearía únicamente con fines académicos y que si en algún momento no deseaban participar podrían dejar de hacerlo.

Medición

Con la finalidad de evaluar el nivel de ocio serio en las y los participantes, se optó por el *SLIM-54 (Serious Leisure Inventory And Measure)* en su validación española (Romero et al., 2017). Esta prueba surge de la validación al contexto español de la prueba SLIM propuesta por Gould et al. (2011), la cual está conformada por 18 dimensiones que describen el nivel de involucramiento o seriedad de los recreacionistas y consta de 54 ítems. Además, la escala de respuesta de la prueba varía de Totalmente desacuerdo (1) – Totalmente de acuerdo (5). Asimismo, de estas dimensiones, cuatro son congruentes con las características propuestas por Stebbins (2020): perseverancia, esfuerzo, identificación profunda y ‘ethos único’. Además, las dimensiones de contingencias y progresos hacen referencia a la característica propuesta como ‘Carrera de ocio’; con relación a los beneficios percibidos, esta característica englobaría las doce dimensiones restantes: Enriquecimiento personal, Autoactualización, Autoexpresión de Habilidades, Autoexpresión Individual, Autoimagen, Autosatisfacción, Autodisfrute, Recreación, Retorno Financiero, Atracción de Grupo, Logro de grupo y Mantenimiento de grupo. De esta forma, este instrumento permite diferenciar a los recreacionistas casuales de aquellos más serios.

Cabe precisar que, en un primer momento, el **SLIM** estuvo conformado por 72 reactivos, cuatro por dimensión. Sin embargo, Gould et al. (2011) lo somete a un análisis factorial confirmatorio (CFA) para poder obtener una versión corta. De esta manera, se obtiene una versión de 54 ítems que fueron agrupados en dos factores básicos, posteriormente conocidos como de Medida (Measure) y de Inventario. La categoría de medida se ha empleado para evaluar el compromiso de los recreacionistas con su actividad de ocio, esto se refleja en una puntuación alta

en esta categoría; es decir, a mayor involucramiento, mayor puntuación. Por otro lado, la categoría de inventario agrupa a las dimensiones relacionadas con los beneficios duraderos asociados con esta práctica; sin embargo, esta categoría no evalúa la seriedad de la práctica de ocio (Romero et al. 2017).

Respecto a la validez de constructo, la escala presenta un índice de KMO de .89 y el test de esfericidad de Barlet ($\chi^2_{(1453)} = 16486.2$; $p < .001$) evidencia que los ítems presentan relación entre ellos. Además, para el modelo de 'Medida', el análisis de la matriz de correlaciones policóricas presentó un coeficiente de Mardia de 28.98, en función a lo anterior, se propuso un AFC indicando a través de la prueba de Ji-cuadrado de Satorra-Bentler un ajuste convergente con el modelo teórico ($\chi^2(9) = 10.97$; $p = .277$; GFI = .97; CFI = .98; SRMR = .04; RMSEA = .02 (.00 a .06) (Romero et al. 2017).

Asimismo, Lee et al. (2017) proponen una Medida de Seriedad al Igual que Romero et al (2017), la cual es el puntaje compuesto de 6 factores: perseverancia, esfuerzo, Ethos único, Identificación Profunda y Contingencias de Carrera y Progresos de Carrera. Además, Lee et al (2017) proponen dos categorías de Beneficios personales y Beneficios Sociales.

Para la presente investigación, se evaluó la confiabilidad de las dimensiones obteniéndose en todos los casos coeficientes de alfa de Cronbach satisfactorios: (1) Perseverancia $\sigma = .73$, (2) Esfuerzo $\sigma = .86$, (3) Progresos de Carrera $\sigma = .70$, (4) Contingencias de Carrera $\sigma = .82$, (5) Identificación profunda $\sigma = .86$, (6) Ethos único $\sigma = .84$, (7) Medida de seriedad $\sigma = .84$, (8) Beneficios duraderos $\sigma = .92$, (9) Enriquecimiento personal $\sigma = .92$, (10) Autorrealización $\sigma = .74$, (11) Autoexpresión de habilidades $\sigma = .68$, (12) Autoexpresión individual $\sigma = .78$, (13) Autoimagen $\sigma = .90$, (14) Autosatisfacción $\sigma = .86$, (15) Autodisfrute $\sigma = .80$, (16) Recreación $\sigma = .58$, (17) Retorno

financiero $\sigma=.93$, (18)Atracción de grupo $\sigma=.65$, (19)Logro de grupo $\sigma=.89$, (20)Mantenimiento de grupo $\sigma=.87$, (21)Beneficios Personales $\sigma=.89$ y (22) Beneficios Sociales $\sigma=.89$.

Para evaluar el tipo de motivación que los participantes experimentan con relación a la escalada, se ha empleado el *Cuestionario de regulación de la conducta en el ejercicio (en inglés, Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire)*, conocido por sus siglas en inglés como *BREQ-3*. Esta escala está conformada por 23 ítems que se dividen en cuatro subescalas que se encargan de evaluar si la motivación de los participantes es externa, introyectada, identificada, integrada o intrínseca. Asimismo, las respuestas de los participantes se registran con el empleo de una escala Likert, donde 4 refiere que el enunciado es “totalmente verdadero para mí” y en caso contrario, se selecciona 0 (“nada verdadero para mí”).

Respecto a las propiedades psicométricas del instrumento, Rodríguez (2017), quien emplea 20 de los ítems para estudiar la motivación en deportistas escolares, realizó un análisis factorial exploratorio con extracción de componentes principales y rotación Varimax. De esta forma, obtuvo un KMO de .77 y un Test de esfericidad de Bartlett significativo ($\chi^2 = 831.01$, $gl = 190$, $p < .001$). Además, sus resultados señalaron dos factores con autovalores mayores a 1, los cuales explican el 42.04% de la varianza. En ese sentido, el primer factor señalado como motivación autónoma explicaría el 26.01% y el segundo factor denominado motivación controlada explicaría el 16.03%. Por otro lado, las cargas factoriales del área de Motivación autónoma reportaron valores entre .31 y .73 y el área de Motivación controlada, entre .39 y .75. Con relación a la confiabilidad, el primer y segundo factor presentaron un coeficiente alfa de Cronbach de .83 y .74, respectivamente. Asimismo, las correlaciones ítem-total corregidas fueron entre .33 y .68 para la motivación autónoma y entre .31 y .52 para el segundo factor.

Para la presente investigación, luego de eliminar el reactivo número 16, se evaluó la confiabilidad de las dimensiones, obteniéndose las siguientes alfas de Cronbach para: (1) Motivación Intrínseca $\sigma=.71$, (2) Motivación Integrada $\sigma=.72$, (3) Motivación Identificada $\sigma=.60$, (4) Motivación Introyectada $\sigma=.56$, (5) Motivación Externa $\sigma=.62$ y (6) Desmotivación $\sigma=.62$

También se empleó la *Escala de Autoeficacia en la escalada*, que permitió evaluar la creencia que los escaladores experimentan para escalar una vía o pared de roca de manera eficiente, empleando una técnica adecuada (Boudreau & Gibbons, 2019). De esta forma, el instrumento original se construyó a partir de una serie de entrevistas semiestructuradas a escaladores recreacionistas, entrenadores de escalada, especialistas en el área de la teoría cognitiva social, en asunción de riesgos y en psicología deportiva. Este instrumento se desarrolló en Inglaterra para evaluar cómo las y los escaladores asumían los riesgos asociados con este deporte. Además, durante la aplicación del instrumento se pidió a los participantes que indiquen qué tanto confían en sus habilidades escalando en ese momento. De tal manera que, si sentían extrema confianza en estas, señalaban 100%; en caso confíen moderadamente en sus habilidades, indicaban 50% y si es que no confiaban en sus habilidades en lo absoluto, referían un puntaje de 0%. De esta forma, la escala consta de un total de 10 reactivos. En ese sentido, el puntaje promedio final de la escala podría variar de 0 a 100 puntos. Respecto a las propiedades psicométricas, el instrumento presentó una confiabilidad de $\alpha=0.88$. Asimismo, el análisis de ítems indicaba que estos tienen una correlación alta con la puntuación final de la escala ($r \geq .49$) (Llewelyn et al., 2008). Además, para la presente investigación, se evaluó la confiabilidad de la escala obteniéndose un alfa de Cronbach de $\sigma=.91$.

Por último, se empleó una **ficha sociodemográfica** que se desarrolló luego de contrastar otras investigaciones enfocadas en el estudio de la comunidad de escaladores. En ese sentido, se

preguntó a cada participante de la investigación qué tipo de escalada suele practicar, el tiempo que lleva escalando, su frecuencia de escalada en el último mes y la cantidad de horas que emplea a la semana para escalar. También, se indagó sobre donde suelen escalar, si es al aire libre o en gimnasios de escalada. Además, se preguntó sobre su experiencia previa relacionada con algún deporte, como el grado de dificultad por autoreporte.

Procedimiento

Con relación a los instrumentos que no se encontraban validados al contexto peruano, se realizó un proceso de validez de contenido. En el caso de la escala de autoeficacia en la escalada, se tradujo los reactivos originales al español con ayuda de una profesional en idiomas. Luego, los tres instrumentos se sometieron a criterio de jueces para poder afinar los reactivos. Además, se realizaron 2 pilotos con escaladores, los cuales ayudaron a reformular los reactivos que presentaron dificultades para el entendimiento de las y los participantes.

Luego de ello, se contactó con gimnasios de Escalada de Lima para poder establecer contacto con los participantes. Asimismo, se coordinó con la federación peruana de escalada deportiva para lograr un mayor alcance con los participantes que se encuentran fuera de Lima. También, se estableció contacto con estudiantes de universidades que poseen un equipo de Escalada y compite en “Campeonato Interuniversitario”. En ese sentido, se les explicó cuáles son los objetivos del estudio con la finalidad de tener una plataforma más amplia y lograr contactar un mayor número de escaladores. Luego de ello, se procedió a brindarles enlaces de acceso para que puedan publicar la información relacionada con la investigación y así los participantes puedan acceder a las mismas.

Después de acceder al enlace, a los participantes se les brindó un consentimiento informado, el cual detallaba que su participación era voluntaria y que se pueden retirar del

cuestionario, si así lo deseaban. Del mismo modo, se les indicó que la información que brinden será empleada con fines académicos y se buscará salvaguardar su anonimato. También, en este documento se les indicaba a las y los participantes sobre el objetivo del estudio. De esta forma, se inició el primer periodo de recolección el 27 de setiembre del 2021 hasta el 25 de octubre del 2022. Luego, hubo un segundo momento en el que se recolectó datos entre el 21 de noviembre del 2021 hasta el 12 de marzo del 2024. Además, en el consentimiento informado se encontraba el correo electrónico del encargado de la investigación, en caso tuvieran alguna duda, puedan hacerla llegar.

Análisis de datos

Para el análisis de los datos recolectados se utilizó el paquete estadístico para ciencias sociales SPSS versión 26. Primero, se realizó el análisis de confiabilidad en las dimensiones de las variables estudiadas. Posteriormente, se ejecutó el análisis de normalidad para evaluar qué tipo de análisis emplear. De esta forma, luego de realizar la prueba de Kolmogorov-Smirnoff y el criterio de Asimetría y Curtosis (Rivas-Ruiz et al., 2013), se constató que las variables no presentaban una distribución normal. Luego de ello, se obtuvo los estadísticos descriptivos relacionados a las características de la muestra y de las variables estudiadas. Posteriormente, se utilizó un análisis de correlaciones con el Coeficiente de Spearman. Finalmente, se procedió a realizar el análisis de medianas empleando la prueba U de Mann – Whitney.

Resultados

Análisis descriptivo

A continuación, se presentan los estadísticos descriptivos relacionados a las dimensiones de cada variable estudiada. En ese sentido, se obtuvo que, en la escala de Autoeficacia en la escalada, los participantes obtuvieron una media de 73.33 ($DE=13.98$), siendo el puntaje máximo un total de 100. Con relación a la escala BREQ 3, se obtuvo que la media en la dimensión de Motivación intrínseca fue la mayor ($M=3.76$, $DE=.48$) en comparación de las otras dimensiones de la escala, en contraste, la dimensión de Desmotivación tuvo el valor más pequeño ($M=.17$, $DE=.41$). Respecto al SLIM-54, la dimensión que obtuvo mayores valores fue la Medida de Seriedad ($M=4.39$, $DE=.42$). Por otro lado, la dimensión que obtuvo el menor valor en el SLIM fue la dimensión de Beneficios Personales ($M=4.22$, $DE=.48$) (Ver Anexo I). Los resultados se muestran en la tabla a continuación:

Tabla 1

Estadísticos descriptivos

	Mínimo	Máximo	M	DE	Asimetría	Curtosis
1. Autoeficacia	36	100	73.33	13.99	-.31	-.47
2. M. Intrínseca	.75	4	3.76	.48	-3.29	14.67
3. M. Integrada	.5	4	3.2	.75	-1.03	.76
4. M. Identificada	1	4	3.15	.82	-.85	-.15
5. M. Introyectada	0	3.25	1.25	.78	.26	-.58
6. M. Externa	0	1.5	.89	.24	3.97	17.96
7. Desmotivación	0	2.5	.17	.41	3.03	10.56
8. Medida de Seriedad	3.11	5	4.39	.42	-.62	-.16
9. Beneficios Personales	2.54	5	4.22	.48	-.63	.34
10. Beneficios Sociales	1.89	5	4.26	.73	-1.15	1.02

Relación entre Autoeficacia, Motivación y Ocio Serio

Se propuso analizar la relación entre las variables de Autoeficacia en la escalada, las dimensiones de Motivación y las dimensiones del Ocio serio, como objetivo general del estudio. De esta forma, se obtuvo relaciones directas que varían entre muy bajas ($|r| < .2$), bajas ($.2 < |r| < .4$) y moderadas ($.4 < |r| < .6$), de acuerdo con el criterio de Cohen (Saravia, 2015).

En ese sentido, la Medida de seriedad presentó una relación moderada con la M. Integrada ($r(120) = .56; p < .01$). Además, se encontró relaciones directas y bajas entre la Medida de Seriedad con autoeficacia en la escalada ($r(120) = .35; p < .01$), M. Identificada ($r(120) = .38; p < .01$) y una relación inversa y baja con Desmotivación ($r(120) = -.28; p < .01$).

Asimismo, Beneficios personales se relacionó de manera directa y moderada con M. Integrada ($r(120) = .59; p < .01$). También, Beneficios personales presentó una relación directa y baja con Autoeficacia en la escalada ($r(120) = .31; p < .01$), M. Intrínseca ($r(120) = .21; p < .05$) y M. identificada ($r(120) = .29; p < .01$).

Finalmente, se encontró una relación directa y moderada entre Beneficios Sociales con M. Integrada ($r(120) = .49; p < .01$). Del mismo modo, Beneficios Sociales se relacionó de manera directas y bajas con M. Intrínseca ($r(120) = .29; p < .01$) y M. Identificada ($r(120) = .38; p < .01$).

Tabla 2*Correlaciones entre las variables de estudio*

	Autoeficacia en la Escalada	M. intrínseca	M. Integrada	M. identificada	M. externa	Desmotivación
1. Medida de Seriedad	.35**	.29**	.56**	.38**	-.15	-.28**
2. Beneficios Personales	.31**	.21*	.59**	.29**	-.03	-.01
3. Beneficios Sociales	.11	.29**	.49**	.38**	.05	-.09

*p < 0.05 ** p < 0.01

Relación entre variables demográficas y las variables de Autoeficacia, Motivación y Ocio Serio

Se indagó la relación respecto al tiempo escalado en años, días de escalada en el último mes, días a la semana que escala, grado máximo escalado y grado actual con las variables de Autoeficacia, Motivación y Ocio Serio.

De esta forma, el tiempo escalado en años presentó una relación directa y baja con la Autoeficacia ($r(120) = .30; p < .01$), Beneficios Personales ($r(120) = .30; p < .01$).

Además, se encontraron relaciones directas y bajas entre los días escalados en el último mes con Motivación Identificada ($r(120) = .26; p < .01$). También, se presentaron relaciones directas y muy bajas entre los días escalados en el último mes con Autoeficacia ($r(120) = .18; p < .05$).

Del mismo modo, la cantidad de días que los participantes le dedican a la escalada a la semana obtuvo relaciones directas y bajas con la Autoeficacia ($r(120) = .2; p < .05$), Motivación Identificada ($r(120) = .29; p < .01$). Por otro lado, la cantidad de días que escalan los participantes a la semana presentó una relación directa y muy baja con la M. Intrínseca ($r(120) = .19; p < .05$) y la Medida de Seriedad ($r(120) = .19; p < .05$).

Asimismo, el grado de dificultad que escalan los participantes en la actualidad presentó relaciones directas y bajas con la Autoeficacia ($r(120) = .26; p < .01$), la M. Integrada ($r(120) = .24; p < .01$), Beneficios personales ($r(120) = .23; p < .01$).

Del mismo modo, el grado de dificultad máximo escalado presentó relaciones directas y bajas con la Autoeficacia ($r(120) = .27; p < .01$), la Motivación Integrada ($r(120) = .24; p < .01$), la Medida de Seriedad ($r(120) = .21; p < .05$) y Beneficios Personales ($r(120) = .32; p < .01$). Para más correlaciones ver Anexo III

Tabla 3

Correlaciones entre dimensiones de Ocio serio y variables demográficas

	1	2	3	4	5
Medida SLIM	.21*	.16	.17	.12	.19*
Beneficios Personales	.32**	.23**	.3**	.05	.11
Beneficios Sociales	.03	.03	.03	.02	.03

1. Grado de dificultad máximo escalado 2. Grado de dificultad actual 3. Tiempo escalado en años 4. Cantidad de días escalados en el último mes 5. Cantidad de días escalados a la semana.

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Diferencia de Medianas entre variables demográficas y las variables de Autoeficacia, Motivación y Ocio Serio

Además, se propuso indagar en las diferencias en la autoeficacia, dimensiones de motivación, y dimensiones de Ocio serio entre grupos. En ese sentido, se establecieron grupos de acuerdo con las siguientes categorías: género, la categoría de autorreporte relacionada con su experiencia en la escalada, el lugar en el que escalan con mayor frecuencia y si se encuentran federados.

Con relación a lo mencionado anteriormente, se encontraron diferencias en función al género respecto a la autoeficacia. En ese sentido, se encontró que el grupo masculino ($Mdn=79.00$, $IQR=20$) reportó mayor autoeficacia que el grupo femenino ($Mdn=66.00$, $IQR=24.75$) ($U=857.00$, $p=.000$, $r=-0.37$).

Tabla 4

Comparaciones de mediana por género

	Variable	Grupo	Mdn	IQR	U	p
Género	Autoeficacia	Masculino	79	20	857	.000
		Femenino	66	24.75		

Además, en función a la categoría relacionada con la experiencia de los participantes se obtuvo diferencias en los puntajes obtenidos en la escala de autoeficacia en la escalada y la medida de seriedad del SLIM. De esta forma, aquellos escaladores quienes se consideraban como expertos ($Mdn=81.00$, $IQR=13.75$) reportaron una mayor autoeficacia en la escalada, en contraste con los escaladores recreacionales ($Mdn=67.50$, $IQR=20.25$) ($U=2443.00$, $p=.0001$, $r=.34$). Del mismo modo, los escaladores expertos ($Mdn=4.61$, $IQR=.49$) obtuvieron una mayor medida de seriedad que su contraparte ($Mdn=4.33$, $IQR=.61$) ($U=2356.00$, $p=.001$, $r=.30$).

Tabla 5

Comparaciones de mediana por Experiencia

		Grupo	Mdn	IQR	U	p
	Autoeficacia	Experimentados	81	13.75	2443	.0001
		Recreacionales	67	20.25		
Categoría	M. Seriedad	Experimentados	4.61	.49	2356	.001
		Recreacionales	4.33	.61		

Por otro lado, en función del lugar en que los participantes escalan con mayor frecuencia, se obtuvo una diferencia en la autoeficacia en la escalada y la motivación identificada. Así, aquellos participantes que escalaban al aire libre ($Mdn= 81.5$, $IQR=22.25$) reportaron una mayor autoeficacia en la escalada, a diferencia de quienes escalaban en gimnasios de escalada ($Mdn=73$, $IQR=20$) ($U= 1604.5$, $p=.015$, $r=.22$). Por otro lado, la motivación identificada en quienes escalan frecuentemente en gimnasios de escalada ($Mdn=3.67$, $IQR=1.33$) fue mayor que su contraparte ($Mdn=2.67$, $IQR=.74$) ($U=846$, $p=.01$, $r=-.23$).

Tabla 6

Comparaciones de mediana por Lugar de práctica

	Grupo	Mdn	IQR	U	p
Autoeficacia	Al aire libre	81.5	22.25	1604.5	.015
	Gimnasios de Escalada	73	20		
Lugar de Práctica	Al aire libre	2.67	.74	824	.01
	Gimnasios de Escalada	3.67	1.33		

También, se propuso encontrar diferencias entre aquellos escaladores que se encontraban federados con quienes que no. Así, se encontró diferencias en la autoeficacia en la escalada, la perseverancia, la identificación profunda y la Medida de Seriedad del SLIM. De esta forma, los escaladores federados ($Mdn=84$, $IQR=8.5$) presentan una mayor autoeficacia en la escalada en contraste con quienes no lo están ($Mdn=72$, $IQR=20$) ($U= 1448$, $p=.005$, $r=.25$). Además, los escaladores federados obtuvieron un mayor puntaje en la medida de seriedad ($Mdn=4.67$, $IQR=3.33$) con relación a quienes no lo están ($Mdn=4.33$, $IQR=.62$) ($U=1471.5$, $p=.003$, $r=.27$).

Tabla 7

Comparaciones de mediana entre Federados y no federados

	Grupo	Mdn	IQR	U	p
	Federados	84	8.5	1448	.005
	No federados	72	20		
Federados	Federados	4.67	3.33	448	.006
	No federados	4.34	.62		



Discusión

El objetivo de la investigación fue analizar las relaciones entre la Autoeficacia en la escalada, la Motivación y el Ocio Serio. Se planteó examinar las diferencias relacionadas al género, experiencia en la escalada, lugar de escalada y si los participantes se encontraban federados o no. Para esto, se discutirá las relaciones encontradas entre las dimensiones del ocio serio (la medida de seriedad, los beneficios personales y los beneficios sociales) con la autoeficacia y los distintos tipos de motivación.

En primer lugar, la Medida de Seriedad¹ presentó una relación directa y baja con Autoeficacia en la escalada. Esto indica que el involucramiento que los escaladores tienen con la escalada se relaciona con la creencia de los participantes en sus habilidades y técnica para escalar, por lo que determina si la persona persistirá a pesar de fallar (Boudreau & Gibbons, 2019). Ello implica que creer en las habilidades de uno al escalar se relaciona con continuar escalando, la intención de mejorar en habilidades y conocimientos relacionados a la escalada y si la persona se reconoce como escalador.

Además, se hallaron relaciones directas y moderadas entre la Medida de Seriedad con la motivación Integrada. Esta, al ser un tipo de motivación que proviene de la alineación entre las actividades y los valores y metas personales, podría llevar a que las personas busquen y disfruten de actividades de ocio que consideran significativas y que refuercen su sentido de identidad y propósito. (Ryan & Deci, 2020; Szaynok, 2020). En contraste, la investigación de Lee y Ewert (2018), no encontró esta relación en un grupo de escaladores. Esto podría deberse a la existencia de factores contextuales o socioculturales que se encuentren moderando esta relación, o a que la

¹ Puntaje compuesto de 6 factores del ocio serio: perseverancia, esfuerzo, Ethos único, Identificación Profunda, Contingencias de Carrera y Progresos de Carrera

motivación integrada tenga diferentes efectos según la naturaleza de la actividad de ocio. En otras palabras, podría indicar que no todos los tipos de ocio serio están igualmente vinculados con una motivación integrada.

Asimismo, la motivación identificada presentó una relación directa y baja con la Medida de Seriedad. En otras palabras, el hecho de valorar una actividad por sus beneficios personales tiene una conexión leve con la participación en el ocio serio, pero no es un determinante fuerte en esta relación. En contraste, Lee & Ewert (2018) identificaron que aquellos escaladores más dedicados presentaban una mayor motivación identificada. Asimismo, Lee et al (2020) reconocieron que los escaladores que escalan de primero², lo que requiere una mayor experticia en la escalada (Szaynok, 2020), presentaban una mayor Motivación Identificada.

Por el contrario, la desmotivación, entendida como la falta de autonomía para involucrarse en una actividad (Standgate & Deci, 2020; Vincent et al., 2020) presentó una relación inversa con la Medida de Seriedad. Esto sugiere que a medida que disminuye la desmotivación, es ligeramente más probable que una persona se involucre en la escalada como una actividad seria. La desmotivación implica una falta de intención o de propósito para participar en una actividad, así que cuando las personas sienten menos desmotivación, podrían estar algo más inclinadas a involucrarse en actividades de ocio serio (Quested et al., 2021).

Los beneficios personales³ también presentaron una relación directa y baja con la autoeficacia en la escalada. De esta forma, la creencia relacionada a su capacidad de escalar satisfactoriamente un muro con una técnica adecuada se relacionará con la percepción de la mejora

² Ascender por una ruta colocando su propia protección a medida que sube, en lugar de tener la cuerda ya instalada desde arriba.

³ Medida compuesta por las 9 dimensiones de la escala de Ocio Serio que reflejan beneficios personales: Enriquecimiento personal, Autorrealización, Autoexpresión individual, Autoexpresión de habilidad, Autoimagen, Autogratificación (satisfacción), Autogratificación (disfrute), Recreación y Retorno financiero.

personal en la práctica del ocio, lo que se evidencia en el desarrollo de habilidades, conocimientos, empleo del talento y potencial del escalador (Romero et al., 2017; Stebbins, 2020). Esto sugiere que percibir una mayor capacidad y confianza en esta actividad se traduce en una leve ganancia de beneficios personales, como el enriquecimiento personal y la recreación. Esto podría indicar que la sensación de competencia en la escalada añade un cierto grado de satisfacción y valor personal, aunque su impacto es bajo.

También, Beneficios Personales se relacionó de manera directa y baja con la motivación intrínseca y la motivación identificada. Lee & Ewert (2019) en un estudio con escaladores, reportaron relaciones similares. De acuerdo con la TAD, la motivación intrínseca facilita la adherencia y persistencia en la actividad física (Standgate & Deci, 2020) y en la tarea, promoviendo el aprendizaje (Ryan & Deci, 2020), relacionándola a los beneficios obtenidos producto del involucramiento con la escalada. Esto indica que la satisfacción interna de escalar aporta ciertos beneficios, como el disfrute y la autoexpresión, pero no es un motor fuerte para alcanzar una experiencia enriquecedora. Además, los escaladores que reconocen la escalada como una actividad valiosa para su identidad y metas personales pueden experimentar algunos beneficios, como la autorrealización o la recreación, aunque de forma limitada.

Asimismo, la motivación integrada presentó una relación directa y moderada con Beneficios Personales. Respecto a ello, Lee et al. (2021), señalan que los beneficios son producto del tiempo invertido y son accesibles a aquellas personas que perseveran. Ello refleja un alto grado de autonomía; sin embargo, las acciones son llevadas a cabo en función a un objetivo deseado (Ryan & Deci, 2020). De esta forma, cuando los escaladores consideran a la escalada como importante y congruente con otros objetivos, obtendrán mayores beneficios.

Los beneficios sociales⁴ presentaron una relación directa y baja con la motivación intrínseca y la motivación identificada, así como una relación directa y moderada con la motivación integrada. En primer lugar, la relación encontrada con la motivación intrínseca es coherente con Lee & Ewert (2019), quienes reportan resultados similares en un grupo de escaladores. La motivación intrínseca se relaciona con aquello que resulta interesante para los recreacionistas, el participar en la actividad de ocio junto a otras personas, dicha atracción se caracterizaría por la naturaleza de la escalada (Stebbins, 2020) y a la necesidad de gregarismo que responde.

Desde la motivación Identificada, la escalada se practicará porque es reconocida como importante para los objetivos de los participantes, cumple un rol instrumental y resulta valiosa (Standgate & Ryan, 2020; Ryan & Deci, 2020). Así, las sesiones de escalada resultarán importantes y se relacionarán con la participación social y el desarrollo del sentido de ayuda e incluso altruista (Romero, 2017).

Con relación a la M. Integrada, se caracteriza porque las acciones que se realizan forman parte de quién es la persona (Quested et al. 2020). Además, Gould et al. (2011) indican que los beneficios sociales responden a logros deseables y atractivos para los participantes. En ese sentido, Ozdemir (2020) asocia los beneficios sociales con la Identificación profunda con la actividad. De esta manera, cuando una identidad es formada se realizará esfuerzos adicionales para mantenerla (Heo et al. 2012). Asimismo, Riddel et al. (2024) sugieren la importancia de las motivaciones autónomas en el logro de objetivos deseados a lo largo del tiempo, como lo pueden ser los beneficios sociales.

⁴ Medida compuesta por las 3 dimensiones de la escala de Ocio Serio que reflejan beneficios sociales: Atracción grupal, Logro grupal y mantenimiento de grupo.

El tiempo de escalada en años presentó una relación directa y baja con Autoeficacia y Beneficios Personales. Respecto a ello, Beauchamp et al (2024) proponen que las creencias de autoeficacia tienen un efecto desencadenante en el comportamiento deportivo. En ese sentido, Gomez et al (2007) indican que cuando un escalador logra un objetivo en el cual previamente no tuvo éxito, su confianza aumenta, es muy probable que sigan escalando y buscando oportunidades para continuar involucrándose en la escalada, lo que podría explicar la relación con el tiempo escalado en años.

Se encontraron relaciones directas y bajas entre los días escalados en el último mes con la motivación identificada. Ello se asemeja a los hallazgos de Lee & Ewert (2019) quienes reconocen a la motivación identificada como una variable que contribuye en el involucramiento y a la frecuencia de sesiones de escalada. Respecto a las relaciones directas y muy bajas entre los días escalados en el último mes con Autoeficacia, Chroni et al. (2006) encontraron una relación directa entre la autoeficacia y el aumento del esfuerzo. Ante ello, Heo et al. (2012), indican que cuando personas se esfuerzan significativamente, se evidenciará en las horas extras invertidas para el desarrollo de habilidades y/o técnicas necesarias para la actividad, lo que se relacionaría con la cantidad de días que se le dedica a la escalada.

La cantidad de días que los participantes escalan a la semana obtuvo una relación directa y baja con Autoeficacia y la motivación identificada. Gomez et al. (2007) sostienen que la autoeficacia se relacionaría con la frecuencia de escalada. Estos resultados son congruentes con los estudios en donde la motivación identificada presenta una relación directa con la cantidad de días escalados (Lee et al., 2020; Lee et al., 2017; Lee & Ewert, 2019, Dagnan et al, 2018).

Además, la cantidad de días que escalan los participantes a la semana presentó una relación directa y muy baja con la motivación intrínseca. Lee et al (2020) encontraron una relación similar. En contraste, Szaynok (2020), no registró esta relación.

La cantidad de días escalados se relacionó de manera directa con la medida de seriedad. Beedie (2015) y Lee et al. (2017) diferencian a las comunidades de escalada con relación a cuán serio abordan la escalada, la pertenencia al grupo de mayor dedicación, el tiempo dedicado y lo asocian con la cantidad de días escalados.

El grado de dificultad que escalan en la actualidad presentó una relación directa y baja con la Autoeficacia. Winterberry (2013) encontró asociaciones directas entre la autoeficacia y el desempeño, lo cual podría relacionarse con el grado de dificultad actual. Con relación a la motivación integrada, Gomez (2019) encuentra una relación entre la motivación integrada y la motivación a la tarea y se relacionaría con las habilidades necesarias para escalar una ruta con un grado específico. Así también, los beneficios personales, se presentarán en mayor medida cuando el desempeño de los participantes les brinde sensación de logro y permitan sentirse valiosos (Lee et al., 2021),

Se encontró que los hombres puntúan más alto que las mujeres en autoeficacia. Ello es coherente con lo señalado por Llewellyn & Sánchez (2008) y Saul et al. (2019), quienes encuentran diferencias en la autoeficacia, al comparar grupos de escaladores de acuerdo con su género, siendo el grupo masculino quien presentaba mayor autoeficacia y una tendencia hacia tomar riesgos calculados. Sin embargo, Chroni et al. (2016) no establecieron diferencias entre estos grupos, por lo que se requiere explorar más a fondo sobre esta diferencia.

Los escaladores considerados como expertos reportaron una mayor autoeficacia en la escalada, en contraste con los escaladores recreacionales. Lewis et al. (2015) indican que la autoeficacia suele ser un predictor de la actividad física en los primeros 12 meses, lo que se relacionaría con los escaladores recreacionales. Llewellyn & Sánchez (2008) reportan diferencias en la autoeficacia con relación con el nivel de experiencia de los escaladores. Chroni et al. (2016) mencionaron que una baja autoeficacia se relacionaría con comportamientos evitativos en la escalada, en contraste con quienes presentan una mayor autoeficacia.

Los escaladores expertos obtuvieron una mayor medida de seriedad que su contraparte. Respecto a ello, Ozdemir (2020) señala que los atletas son quienes tengan mayores puntajes en seriedad. Beedie (2015) indica que son los escaladores más comprometidos quienes impulsen el deporte y diferencia a los escaladores en función a su práctica de la escalada. Los escaladores más comprometidos son aquellos que tienen mayores niveles de seriedad; quienes escalan las rutas más difíciles y experimentan la escalada como una forma de vida.

Quienes escalan al aire libre reportaron mayor autoeficacia en la escalada, a diferencia de quienes escalan en gimnasios de escalada. Jones y Sánchez (2017) refieren que los aquellos con mayor autoeficacia asumen mayores riesgos, lo que se relacionaría con escalar al aire libre. Saul et al. (2019) y Szaynok (2020) indican que los escaladores con menos pericia suelen escalar en interiores y al ganar gradualmente experiencia y confianza, practicarán al aire libre, ya que se requiere conocimiento sobre manejo de cuerdas, equipo de seguridad y de rappel, por ejemplo.

Por otro lado, quienes escalan frecuentemente en gimnasios de escalada reportaron una mayor motivación identificada que su contraparte. Ello sugiere que los participantes que suelen frecuentar gimnasios de escalada reconocen a la escalada como valiosa y congruente con sus ideales y metas (Ryan & Deci, 2020). Sin embargo, estos datos son contrarios a lo obtenidos por

Szaynok (2020) quien indicó que quienes escalan al aire libre reportaron mayores grados de motivación identificada e integrada que quienes escalaban en gimnasios de escalada. Por su parte, Boudreau (2022) refiere que la escalada en interiores resulta más accesible y popular que la escalada al aire libre. Respecto a ello, Kulczycki y Hinch (2014) sugieren que la escalada en interiores permite a los participantes un espacio para la mejora de sus habilidades técnicas y desarrollo físico, lo cual puede resultar valioso para los participantes, por lo que recurren con mayor frecuencia.

Los escaladores federados presentan una mayor autoeficacia y un mayor puntaje en la medida de seriedad en contraste con quienes no lo están. Whittemburry (2013) indica que los equipos del Campeonato Metropolitano de Rugby de Lima que se posicionan como líderes presentarán una mayor autoeficacia colectiva y suscriben un mayor compromiso con los objetivos colectivos. Los cuales se podrían reflejar en los deportistas federados cuando asumen diversas funciones de acuerdo con sus intereses y formación previa cuando se realizan las competencias de escalada. Asimismo, Heo & King (2009) señalan que las personas con un involucramiento serio en su deporte ejercen esfuerzos personales y perseverancia durante el entrenamiento (en Ozdemir, 2020). Ansari (2008) señala que los escaladores con mayor experiencia e involucramiento se caracterizarán por escalar más seguido, poseen su propio equipo de seguridad y se involucran con organizaciones de escalada, como algunos escaladores federados al coordinar con los diferentes clubes que forman parte de la federación.

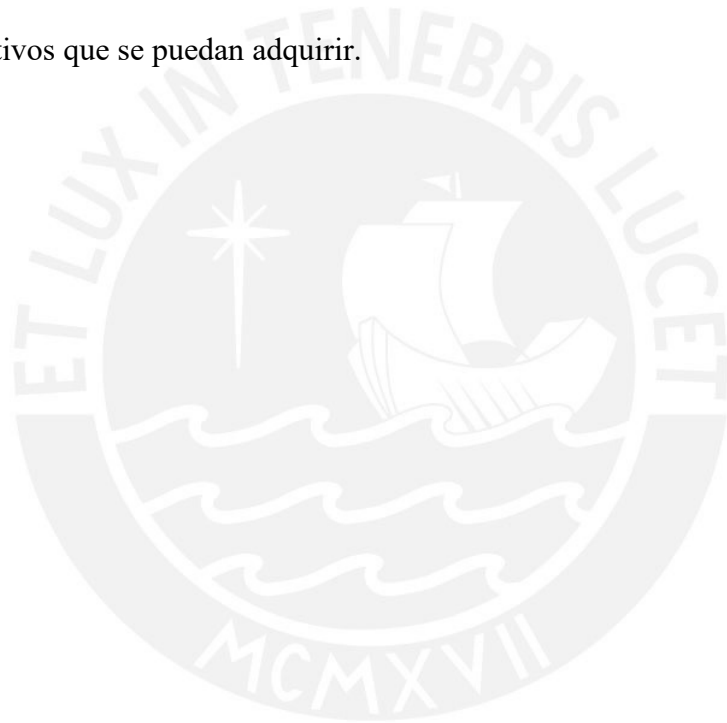
Los hallazgos obtenidos permiten entender la relación entre las variables del estudio. Así, la medida de seriedad se relacionó con la Autoeficacia en la escalada, la Motivación Integrada y la M. Identificada. En ese sentido, el involucramiento estaría relacionado con la creencia que uno tiene de sus habilidades, qué tan valiosa resulta la escalada para los participantes y si es congruente con los objetivos y metas de la persona. Del mismo modo, resulta interesantes las relaciones que

presenta la M. Integrada con los Grados de dificultad, ello implica que cuando la escalada forma parte de la identidad de las personas, emplearán mayores recursos para mejorar en sus habilidades técnicas. Respecto a la motivación identificada, la relación con cantidad de días escalado es coherente con las investigaciones revisada (Lee et al., 2020; Lee et al., 2017; Lee & Ewert, 2019), lo que podría implicar que la escalada si bien produce placer y/o disfrute a los escaladores, el involucramiento se relacionará con el significado que la escalada tiene para los escaladores. Con relación a los beneficios obtenidos producto del involucramiento en la escalada, se obtuvo una relación inversa con la motivación externa y la desmotivación, implicando que una motivación controladora no ayudaría a desarrollarlos.

Se considera como una limitación el tamaño, la representatividad de la muestra y el empleo de un muestreo no probabilístico para el contacto con los participantes. También, a pesar de haber validado los instrumentos, algunos constructos pudieron no haber sido abordados en su totalidad por los reactivos propuestos, por lo que el análisis pudo verse restringido. Asimismo, resulta pertinente tomar en cuenta el factor de deseabilidad social en las respuestas de la muestra, debido al contexto en que los participantes se encontraban – Gimnasio de escalada o después de haber escalado – lo que pudo haber variado sus respuestas.

Con relación a las recomendaciones para investigaciones futuras, se propone el aumento del tamaño de la muestra y el empleo de técnicas de muestreo probabilístico, con la finalidad de tener una mejor representatividad en los resultados. También, se incentiva el empleo de métodos cualitativos, con la finalidad de obtener respuestas a mayor profundidad y poder integrarlos a los cuestionarios empleados. Asimismo, resultaría pertinente replicar este estudio en diversas regiones donde se practique la escalada como ocio y así analizar generalización de los resultados obtenidos.

Esta investigación contribuye al desarrollo teórico del ocio serio, y en la práctica ayuda a identificar los diversos tipos de consumidores de gimnasios de escalada, cuáles son los beneficios que obtienen y les resultan importantes. Al identificar a los consumidores, les permitirá diseñar planes de recreación que se enfoquen en el desarrollo y aumento de su autoeficacia en la escalada, la cual se relacionará con su involucramiento, con la finalidad que sea congruente con sus intereses y objetivos de escalada. De esta manera, el involucramiento puede llegar a ser un indicador del empleo de recursos, como el tiempo para entrenar, la membresía a un gimnasio de escalada y/o los implementos deportivos que se puedan adquirir.



Referencias

- Ampuero Sánchez, D. (2013). *Autoeficacia y orientación de metas en futbolistas profesionales* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú].
- Ansari, AM (2008). *Understanding the motivations of rock climbers: A social worlds study*. [Tesis, Universidad de Nevada, Las Vegas]. <https://doi.org/10.34917/1436233>
- Bandura, A. (2000). Self-efficacy. *Encyclopedia of Psychology* (Vol. 7, págs. 212-213) <https://doi.org/10.1037/10522-094>
- Beedie, P. (2015). Adventure in Leisure: An Exploration of Indoor and Outdoor. En RLM Robertson (Ed.), *Experiencing the Outdoors* (pp. 101-112). Sense Publishers.
- Boudreau, P. (2022). *An evaluation of flow and clutch optimal psychological states in adventure recreation* [Thesis, University of Otago]. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.19481.08807>
- Boudreau, P., & Gibbons, S. (2019). A Case Study of the Rock Climbing Self-Efficacy of High School Students. *The Physical Educator*, 76(4), 1046–1063. <https://doi.org/10.18666/tpe-2019-v76-i4-8948>
- Carbajal, M., & Delgado, L. (2020, agosto). *Estrategias de aprendizaje y autoeficacia en alumnos del 1er año de secundaria de los colegios estatales de los balnearios del Sur de Lima*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/cpFJ6>
- Chroni, S., Hatzigeorgiadis, A., & Theodorakis, Y. (2006). Onsite Coping in Novice Climbers as a Function of Hardiness and Self-efficacy. *Annals of Leisure Research*, 9(3–4), 139–154. <https://doi.org/10.1080/11745398.2006.10816426>
- Codina, N., Pestana, J. V., Castillo, I., & Balaguer, I. (2016). "Girls, study and dance; boys, play sports!": a study of the extracurricular activities of adolescents through time budgets. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 233-242.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Earlbaum Associates
- Dagnan, E., Michaels, N., DeKupier, B., Lazzaro, J., Morabbi, C., Zerwic, T., Bernard, A. M. & Byland, A. (2018). Motivation and Habit Formation: An exploration of rock climbing and its implications for exercise participation. *Research & Investigations in Sports Medicine*, 2–4. <https://doi.org/10.31031/RISM.2018.02.000542>

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01
- Del Valle, M., Matos, L., Díaz, A., Pérez, M. V., & Vergara, J. (2018). Propiedades psicométricas escala satisfacción y frustración necesidades psicológicas (ESFNPB) en universitarios chilenos. *Propósitos y Representaciones*, 6(1). <https://doi.org/10.20511/pyr2018.v6n1.202>
- Demetriou, Y., & Höner, O. (2012). Physical activity interventions in the school setting: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(2), 186–196. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.11.006>
- Demetriou, Y., Reimers, A. K., Alesi, M., Scifo, L., Borrego, C. C., Monteiro, D., & Kelso, A. (2019). Effects of school-based interventions on motivation towards physical activity in children and adolescents: protocol for a systematic review. *Systematic reviews*, 8(1), 113.
- Dilley, R., & Scraton, S. J. (2010). Women, climbing and serious leisure. *Leisure studies*, 29(2), 125-141.
- Draga, P., Ozimek, M., Krawczyk, M., Rokowski, R., Nowakowska, M., Ochwat, P., Jurczak, A., & Stanula, A. (2020). Importance and diagnosis of flexibility preparation of male sport climbers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7).
- Eden, S., & Barratt, P. (2010). Outdoors versus indoors? Angling ponds, climbing walls and changing expectations of environmental leisure. *Area*, 42(4), 487–493. <https://doi.org/10.1111/j.1475-4762.2010.00943.x>
- Eigenschenk, B., Thomann, A., McClure, M., Davies, L., Gregory, M., Dettweiler, U. e Inglés, E. (2019). Beneficios de los deportes al aire libre para la sociedad. Una revisión sistemática de la literatura y reflexiones sobre la evidencia. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 16 (6), 937. doi: 10.3390 / ijerph16060937
- Falo Sanjuán, M., Sanz Ricarte, M., & Peñarrubia Lozano, C. (2019). Collaborative work and Physical Education: a climbing didactic proposal in Primary Education. *Retos*, 37, 706–712. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69866>

- Fiestas, M. (2020, febrero). *La relación entre la autoeficacia, los tipos de motivación y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria*. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/apHK0>
- Gajdošík, J., Baláš, J., & Draper, N. (2020). Effect of height on perceived exertion and physiological responses for climbers of differing ability levels. *Frontiers in Psychology*, *11*, 997.
- Garreaud, D. (2020, junio). *Estilo de entrenamiento, necesidades psicológicas, vitalidad y oposiciónismo desafiante en atletas peruanos*. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/myF45>
- Goodman, R. J., Trapp, S. K., Park, E. S., & Davis, J. L. (2021). Opening minds by supporting needs: do autonomy and competence support facilitate mindfulness and academic performance? *Social Psychology of Education*, *24*(1), 119–142. <https://doi.org/10.1007/s11218-020-09577-9>
- Gómez, C., Rodríguez, D., Carvalho, W., Mostarda, C., Gambassi, B., Rodrigues, B., Silva, F., Higino, W., & Souza, R. (2017). La Práctica de la Escalada Deportiva Contribuye al Mejoramiento de la Modulación Autónoma en Individuos Jóvenes. *PubliCe*. *20*(2): 84-91.
- Gomez, E., Hill, E. & Ackerman, A. (2007). An exploration of self-efficacy as a motivation for rock climbing and its impact on frequency of climbs. En C. LeBlanc & C. Vogt (Eds.), *Actas del simposio de investigación sobre recreación del noreste de 2007; 15 a 17 de abril de 2007; Bolton Landing, Nueva York* (Representante Técnico General NRS-P-23, págs. 306-310). Newtown Square, PA: Departamento de Agricultura de los EE.UU. UU., Servicio Forestal, Estación de Investigación del Norte.
- González, G. (2019) Motivation and goal orientation in rock climbers. *Journal of Sport Behavior*, *42*(1), 48-62
- Gould, J., Moore, D., Karlin, N. J., Gaede, D. B., Walker, J., & Dotterweich, A. R. (2011). Measuring serious leisure in chess: Model confirmation and method bias. *Leisure Sciences*, *33*(4), 332-340.
- Giles, D., Draper, N., Gilliver, P., Taylor, N., Mitchell, J., Birch, L., ... & Hamlin, M. J. (2014). Current understanding in climbing psychophysiology research. *Sports Technology*, *7*(3-4), 108-119.

- Guillen, N. (2017) Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 3(9), pp. 21-32
- Heilmann, F. (2021). Executive Functions and Domain-Specific Cognitive Skills in Climbers. *Brain Sciences*, 11(4), 449.
- Heo, J., Lee, I. H., Kim, J., & Stebbins, R. A. (2012). Understanding the Relationships Among Central Characteristics of Serious Leisure: An Empirical Study of Older Adults in Competitive Sports. *Journal of Leisure Research*, 44(4), 450–462. <https://doi.org/10.1080/00222216.2012.11950273>
- Herrera, X. (2016, mayo). *Percepción de contexto, motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel*. Repositorio Tesis PUCP. <https://shorturl.at/dmE36>
- Hewitt, JR y McEvelly, N. (2022). ‘I didn’t realise the variety of people that are climbers’: a sociological exploration of young women’s propensities to engage in indoor rock climbing. *Leisure Studies*, 41 (4), 559–572. <https://doi.org/10.1080/02614367.2021.2006280>
- Hubbard, P., & Wood, C. (2024). El oficio de escalar en roca: exploración de las implicaciones de las ontologías relacionales para aprender a escalar en roca. *Journal of Outdoor and Environmental Education* <https://doi.org/10.1007/s42322-024-00180-6>
- Federación Deportiva Peruana de Escalada (Sf). *Historia*. Recuperado el 10 de mayo de 2021.. <https://www.fedpe.com/historia>
- Ignjatović, M., Stanković, D. y Pavlović, V. (2016). Relaciones e influencias del equilibrio sobre el resultado en la escalada deportiva. *Facta Universitatis, Serie: Educación física y deporte*, 14(2), 237-245.
- Iraurgi, I., Romero, S., Madariaga, A., & Araújo, D. (2021). The relationship between serious leisure and recreation specialization in sportspeople with and without physical disabilities. *Heliyon*, 7(2), e06295. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06295>

- Krüger, M., & Seng, C. (2019). Effects of Short Practice of Climbing on Barriers Self-Efficacy within a Physical Education and Sport Intervention in Germany. *Sports*, 7(4), 81. <https://doi.org/10.3390/sports7040081>
- Kulczycki, C., & Hinch, T. (2014). “It’s a place to climb”: place meanings of indoor rock climbing facilities. *Leisure/Loisir*, 38(3–4), 271–293. <https://doi.org/10.1080/14927713.2015.1043710>
- Lee, J.-H., Lee, S., Heo, J. & Scott, D. (2021). Desconstrucción del ocio serio mediante la teoría de la identidad. *Journal of Leisure Research*, 52 (5), 599–618. <https://doi.org/10.1080/00222216.2021.1916411>
- Lee, K., Bentley, J. & Hsu, H.-YM (2017). Uso de características del ocio serio para clasificar a los escaladores: un análisis de perfil latente. *Journal of Sport & Tourism*, 21 (4), 245-262. doi: 10.1080 / 14775085.2017.1327369
- Lee, K. & Ewert, A. (2018). Comprender las motivaciones de la participación seria en el ocio: un enfoque de autodeterminación. *Annals of Leisure Research*, 1–21. doi: 10.1080 / 11745398.2018.1469420
- Lee, K., Rutkowski, L. & Ewert, A. (2020). Probar las asociaciones entre las características y motivaciones de los escaladores con varios niveles de autodeterminación. *Leisure*, 44 (1), 27–50. doi: 10.1080 / 14927713.2020.1745672
- Lee, S., & Scott, D. (2013). Empirical Linkages Between Serious Leisure and Recreational Specialization. *Human Dimensions of Wildlife*, 18(6), 450–462. <https://doi.org/10.1080/10871209.2013.812263>
- Lee, SY, Kim, SM, Lee, RS y Park, IR (2024). Efecto de la motivación de participación en la escalada deportiva sobre la satisfacción con el ocio y la autoeficacia física. *Behavioral Science*, 14(1),76 . <https://doi.org/10.3390/bs14010076>
- Lewis, B. A., Williams, D. M., Frayeh, A., & Marcus, B. H. (2015). Self-efficacy versus perceived enjoyment as predictors of physical activity behaviour. *Psychology & Health*, 31(4), 456–469. <https://doi.org/10.1080/08870446.2015.1111372>
- Llewellyn, D. J., & Sanchez, X. (2008). Individual differences and risk taking in rock climbing. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 413–426. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.07.003>

- Llewellyn, D. J., Sanchez, X., Asghar, A., & Jones, G. (2008). Self-efficacy, risk taking and performance in rock climbing. *Personality and Individual Differences, 45*(1), 75–81. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.001>
- López, I. & Sitko, S. (2019). Factores de Rendimiento en Escalada Deportiva y Escalada En Bloque: Revisión Sistemática-Revista de Entrenamiento Deportivo. *Revista de Entrenamiento Deportivo, 33*(3).
- Magiera, A., Łukasik, I., Rocznik, R., & Placek, O. (2019). The effects of change in the safety rope protocol, hold size, and rest period on psychophysiological responses in sport rock climbers. *Human Movement, 20*(2), 34–43. <https://doi.org/10.5114/hm.2019.79733>
- Molina Gómez, J., Morales Rodríguez, FM, & Mercadé Melé, P. (2024). Autoestima y autoeficacia general en un programa de entrenamiento al aire libre en estudiantes universitarios. *Estudios sobre Educación, 46*. <https://doi.org/10.15581/004.46.007>
- Molla, I. (2017, septiembre). *Autoeficacia, percepción de las prácticas docentes y rendimiento académico de estudiantes peruanos*. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/fmK69>
- Naylor, T.** (2023, abril). *Community in rock climbing: An analysis of subcultural representation* [Tesis de honores, Texas A&M University-Commerce]. A&M-Commerce Digital Commons.
- O'Mara, B., & Mahmud, MS (2025). Abordar el sesgo de calificación en la escalada en roca: enfoques de aprendizaje automático y profundo. *Frontiers in Sports and Active Living* <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1512010>
- ÖZdemir, A. S. (2020). Serious Leisure Perspectives in Sports: Professional Athletes' Career Progress via Serious Leisure. *Asian Journal of Education and Training, 6*(2), 186–195. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2020.62.186.195>
- Qiu, Y., Tian, H., Zhou, W., Lin, Y., & Gao, J. (2020). ‘Why do people commit to long distance running’: serious leisure qualities and leisure motivation of marathon runners. *Sport in Society, 23*(7), 1256–1272. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1720655>
- Quested, E., Kritz, M., Hancox, J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2021). Promoting self-determined motivation for physical activity: From theory to intervention work.

- Essentials of Exercise and Sport Psychology: An Open Access Textbook*, 37–61.
<https://doi.org/10.51224/b1003>
- Rauch, S., Wallner, B., Ströhle, M., dal Cappello, T., & Brodmann Maeder, M. (2020). Climbing Accidents—Prospective Data Analysis from the International Alpine Trauma Registry and Systematic Review of the Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 203. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010203>
- Rahikainen, K. (2020). Climbing as a lifestyle sport and serious leisure in China. *Leisure/Loisir*, 44(2), 175–197. <https://doi.org/10.1080/14927713.2020.1760123>
- Riddell, H., Lamont, W., Lombard, M., Paduano, S., Maltagliati, S., Gucciardi, D. F., & Ntoumanis, N. (2023). Autonomous motivation promotes goal attainment through the conscious investment of effort, but mental contrasting with implementation intentions makes goal striving easier. *The Journal of Social Psychology*, 164(2), 230–243. <https://doi.org/10.1080/00224545.2022.2163610>
- Rodrigues, F., Macedo, R., Teixeira, D. S., Cid, L., Travassos, B., Neiva, H., & Monteiro, D. (2021). The Co-Occurrence of Satisfaction and Frustration of Basic Psychological Needs and Its Relationship with Exercisers' Motivation. *The Journal of Psychology*, 155(2), 165–185. <https://doi.org/10.1080/00223980.2020.1862738>
- Rodríguez, J. (2018, April). *Estilo motivacional, necesidades psicológicas básicas, tipos de motivación, vitalidad y agotamiento en deportistas escolares*. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/msyA2>
- Romero, S. (2015) Ocio serio y especialización de recreación en deportistas federados; Contraste entre deportistas con y sin discapacidad [Tesis de Doctorado, Universidad de Deusto] <https://repositorio.deusto.es/items/6b765425-a173-4719-86bb-fc52b009f366/full>.
- Romero, S; Iraurgi, I; Madariaga, A (2017) Valoración psicométrica de la versión española del SLIM (Serious Leisure Inventory and Measure) en contextos deportivos. *Revista de Psicología del Deporte* 26(2), 63-70
- Ronkainen, N, Harrison, M., Shuman, A. y Ryba, TV (2017). “China, ¿por qué no?”: Historias serias de corredores transmigrantes y de ocio de Beijing. *Estudios de ocio*, 36 (3), 371-382.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Sánchez, X., Torregrossa, M., Woodman, T., Jones, G. y Llewellyn, DJ (2019). Identificación de parámetros que predicen el rendimiento en escalada deportiva. *Fronteras en psicología*, 10. doi: 10.3389 / fpsyg.2019.01294
- Saravia, JC (2015, 10 de marzo). ¡Pero qué linda relación tienen! La correlación de Pearson. *Stats SOS*. <https://statssos.wordpress.com/2015/03/10/pero-que-linda-relacion-tienen-la-correlacion-de-pearson/>
- Saul, D., Steinmetz, G., Lehmann, W., & Schilling, A. F. (2019). Determinants for success in climbing: A systematic review. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 17(3), 91–100. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2019.04.002>
- Sotomayor, S., & Barbieri, C. (2016). An Exploratory Examination of Serious Surfers: Implications for the Surf Tourism Industry. *International Journal of Tourism Research*, 18(1), 62–73. <https://doi.org/10.1002/jtr.2033>
- Standage, M. y Ryan, RM (2020). *Teoría de la autodeterminación en el deporte y el ejercicio. Manual de psicología del deporte*, 37–56. doi: 10.1002 / 9781119568124.ch3
- Stanković, D., Petković, E., Pavlović, V. e Ignjatović, M. (2017). La influencia de la coordinación en los resultados de la escalada deportiva: las relaciones subyacentes. *Serie facta universitatis educación física y deporte*.
- Stebbins, R (2017) *Leisure's Legacy Challenging the Common sense: View of Free Time*. Palgrave MacMillan
- Stebbins, R. (2020). *The serious leisure perspective: A synthesis*. Springer Nature.
- Szaynok, M.M. (2020). *Motivación y escalada en roca. Un estudio cuantitativo que examina las diferencias en la motivación entre los escaladores a la luz de la teoría de la autodeterminación* (Tesis de maestría, Universidad del Sudeste de Noruega). <https://openarchive.usn.no/usn-xmliui/handle/11250/2721100>
- Tukiev, S., Dolgova, O., van den Tol, A., Ruzhenkova, A., Lysenko, O., Fedorchuk, S., Ivaskevych, D., Shynkaruk, O., Denysova, L., Usychenko, V., Iakovenko, O., Byshevets, N., Serhiyenko, K., & Voronova, V. (2020). Individual psychological determinants of

- stress resistance in rock climbers. *Journal of Physical Education and Sport*, 2020(1), 469–476. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s1069>
- Vicent, M., Sanmartín, R., Vázquez-Rubio, O. y García-Fernández, JM (2020). Perfiles de perfeccionismo y motivación para el ejercicio basados en la teoría de la autodeterminación. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 17 (9), 3206. doi: 10.3390 / ijerph17093206
- Widmer, M. A., Duerden, M. D., & Taniguchi, S. T. (2014). Increasing and Generalizing Self-Efficacy. *Journal of Leisure Research*, 46(2), 165–183. <https://doi.org/10.1080/00222216.2014.11950318>
- Whitaker, MM, Pointon, GD, Tarampi, MR y Rand, KM (2020). Efectos de la experiencia en las tareas perceptivas y cognitivas de la escalada en roca en interiores. *Memoria y cognición*, 48 (3), 494-510.
- Whittembury, B. (2013, octubre). *Relaciones entre la autoeficacia, las expectativas de resultado y el desempeño deportivo en jugadores de rugby del campeonato metropolitano de lima*. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/hlyBE>
- Wood, M. (2016). On norms and their transgression in serious leisure: two case studies from rock climbing. *Culture and Organization*, 22(3), 262–282. <https://doi.org/10.1080/14759551.2016.1157803>
- Zuñiga, X. (2020, enero). *Bienestar estudiantil en posgrado: Una aproximación desde la teoría de la autodeterminación*. Repositorio de Tesis PUCP. <https://shorturl.at/atHLP>

Anexos

Anexo I: *Descriptivos de las Variables del Estudio*

	Mínimo	Máximo	M	DE	Asimetría	Curtosis
1. Autoeficacia	36	100	73.33	13.99	-.31	-.47
2. M. Intrínseca	.75	4	3.76	.48	-3.29	14.67
3. M. Integrada	.5	4	3.2	.75	-1.03	.76
4. M. Identificada	1	4	3.15	.82	-.85	-.15
5. M. Introyectada	0	3.25	1.25	.78	.26	-.58
6. M. Externa	0	1.5	.89	.24	3.97	17.96
7. Desmotivación	0	2.5	.17	.41	3.03	10.56
8. Perseverancia	2.67	5	4.51	.5	-1.05	.85
9. Esfuerzo	2.33	5	4.28	.73	-.74	-.58
10. Progresos de Carrera	3.33	5	4.84	.34	-2.44	5.32
11. Contingencias de Carrera	1	5	4.41	.72	-1.51	3.37
12. Identificación profunda	1	5	4.07	.92	-.99	.35
13. Ethos único	1.33	5	4.26	.8	-1.01	.58
14. Medida de Seriedad	3.11	5	4.39	.42	-.62	-.16
15. Beneficios Personales	2.54	5	4.22	.48	-.63	.34
16. Beneficios Sociales	1.89	5	4.26	.73	-1.15	1.02
17. Enriquecimiento personal	1	5	4.8	.51	-4.39	25.51
18. Autoactualización	2.67	5	4.41	0.58	-.71	-.25
19. Autoexpresión de habilidades	2	5	4.3	.64	-1.06	1.43
20. Autoexpresión individual	1	5	4.05	.85	-.69	.23
21. Autoimagen	1	5	4.14	.94	-1.34	2.01
22. Autosatisfacción	3	5	4.63	.54	-1.38	.9
23. Autodisfrute	3	5	4.88	.3	-3.44	13.87
24. Recreación	2	5	4.55	.63	-1.48	1.86
25. Retorno financiero	1	5	2.38	1.53	.65	-1.16
26. Atracción de grupo	2.33	5	4.43	.62	-1.03	.32
27. Logro de grupo	1	5	4.08	1.01	-1.1	-.54
28. Mantenimiento de grupo	1	5	4.27	.91	-1.5	2.22

Anexo II: *Correlaciones entre las variables del Estudio*

	Autoeficacia en la Escalada	M. intrínseca	M. Integrada	M. identificada	M. externa	Desmotivación
Esfuerzo	.24**	.25**	.32**	.36**	-.24**	-.25**
Perseverancia	.36**	.22*	.14	.18*	-.14	-.18*
Identificación profunda	.28**	.20*	.57**	.22*	-.1	-.33**
Ethos único	.18*	.17	.46**	.25**	-.01	-.08
Progresos de carrera	.26**	.20*	.11	.2*	-.22*	-.21*
Contingencia de carrera	.22*	.1	.27**	.25**	-.12	-.08
Medida de Seriedad	.35**	.29**	.56**	.38**	-.15	-.28**
Beneficios Personales	.31**	.21*	.59**	.29**	-.03	-.01
Beneficios Sociales	.11	.29**	.49**	.38**	.05	-.09
Auto Actualización	.34**	.29**	.44**	.3**	-.14	-.15
Autoexpresión de habilidades	.34**	.28**	.53**	.38**	-.07	-.19*
Autoexpresión individual	.18*	.24**	.65**	.34**	-.05	-.13
Auto imagen	.04	.21*	.49**	.3**	.01	-.09
Auto satisfacción	.14	.38**	.46**	.34**	-.13	-.1
Auto Disfrute	.14	.42**	.25**	.33**	-.108	-.132
Retorno financiero	.27**	-.15	.15	-.07	.06	.006
Atracción de grupo	.16	.35**	.46**	.29**	-.1	-.13
Logro de grupo	.008	.16	.42**	.36**	.17	-.04
Mantenimiento de grupo	.18*	.26**	.38**	.22*	.06	-.11

Correlaciones entre las Variables del estudio y las variables sociodemográficas

	1	2	3	4	5
Perseverancia	.16	.13	.1	.12	.15
Esfuerzo	.06	.08	-.20*	.19*	.27**
Identificación profunda	.31**	.21*	.35**	.05	.09
Ethos único	-.1	-.1	.05	.03	-.008
Progresos de carrera	.05	.18*	-.04	.22*	.19*
Contingencia de carrera	.17	.07	.16	.01	.12
Medida SLIM	.21*	.16	.17	.12	.19*
Beneficios Personales	.32**	.23**	.3**	.05	.11
Enriquecimiento Personal	.17	.06	.35**	.07	.08
Autoactualización	.11	.1	.04	.13	.13
Autoexpresión de Habilidades	.207*	.16	.16	.06	.06
Autoexpresión Individual	.205*	.17	.13	.002	.1
Auto Imagen	.15	.11	.01	.04	.09
Autosatisfacción	.1	.05	.03	-.03	.03
Autodisfrute	-.01	.04	-.04	-.02	.01
Retorno financiero	.41**	.27**	.48**	.04	.09
Beneficios Sociales	.03	.03	.03	.02	.03
Atracción de Grupo	.1	.06	.04	.01	.07
Logro de Grupo	-.03	-.02	.008	-.007	-.01
Mantenimiento de grupo	0.01	-.01	.1	-.006	-.004

1. Grado de dificultad máximo escalado 2. Grado de dificultad actual 3. Tiempo escalado en años 4. Cantidad de días escalados en el último mes 5. Cantidad de días escalados a la semana. *p < 0.05 ** p < 0.01