

SEMBLANZA

Edward. L. Deci: Un pionero en el estudio de la motivación humana

José Antonio Vera Lacárcel

Las causas que nos llevan a realizar una acción en vez de otra han sido estudio de la psicología de la motivación ¿Qué inicia, dirige, mantiene y detiene nuestra conducta? Son preguntas a las que numerosos investigadores han pretendido responder a lo largo de la historia. En este grupo de mordaces y agudos autores como Hall, McClelland, Atkinson, Bandura, Weiner, Maslow, Nuttin, Huertas, Ellis, Bruner, Dweck, etc., encontramos la figura de Edward. L. Deci, quien ha contribuido a explicar la conducta que promueve las aspiraciones humanas en diferentes campos del conocimiento. Su trabajo ha documentado que aprendemos más y mejor, recordamos durante más tiempo, estamos más interesados en lo que hacemos y más satisfechos cuando actuamos intrínsecamente, es decir, cuando nuestra conducta refleja algo que es propio de nosotros. La trascendencia de sus aportaciones reside en que pueden ser utilizadas cada día para ser más efectivo y estar más satisfecho con la vida y el trabajo.

Deci estudió en el Hamilton Collage de New York, continuó sus estudios en la universidad de Pennsylvania y Londres y realizó su fase postdoctoral en la universidad de Stanford. Actualmente, es profesor de psicología social en el departamento de psicología clínica y social de la universidad de Rochester, donde imparte docencia en motivación y emoción humana, psicología social y de la personalidad y preparación en terapia de la Gestalt. Becario del instituto de Ciencias de la Educación del departamento de Educación de los Estados Unidos, investiga sobre el alcance en la efectividad de la reforma educativa. Este polifacético psicólogo es director del programa de motivación humana en la universidad de Rochester y entre sus numerosas distinciones destaca ser presidente honorífico de la Asociación de Psicología Canadiense desde 2006 y distinguido con la concesión de investigador superior de la red de psicología positiva. Entre la variedad de asuntos relacionados con la motivación humana, la obra de Deci se caracteriza por la aplicación de los procesos psicológicos básicos a la educación, en el mantenimiento de la salud y el bienestar, el cuidado de los hijos, la salud mental, el deporte y el ejercicio y la organización del trabajo. Si bien hasta

los ochenta la teoría que dominó la motivación fue la expectativa del valor, la obra de Edward Deci ha contribuido a que los modelos explicativos de la motivación hayan evolucionado desde modelos mecanicistas hacia modelos sociales y cognitivos. Sus aportaciones en *Nebraska Symposium Motivation. Perspectives on motivation* (1991) colocan su pensamiento en uno de los tratados imprescindibles para la comprensión de la motivación humana, donde redefine el concepto de motivación y traza la línea argumental de su teoría junto a aquellas que hasta al momento se presentaban como las de mayor impacto en este campo de la psicología social.

Concretamente, el pensamiento de Deci profundiza en la idea de recompensa. Las teorías conductistas mantienen que las respuestas se fortalecen cuando van seguidas de una recompensa. Lo valioso viene después de la acción. Sin embargo, Deci señala que si bien las personas llevan a cabo conductas para obtener la recompensa de una meta, recompensa que puede ser intrínseca, extrínseca o afectiva, cuando la recompensa extrínseca se asocia a una tarea que tiene poco interés para la persona, no se produce el efecto deseado sobre la motivación, pero si la tarea es significativa, la recompensa extrínseca influye de manera positiva sobre la motivación intrínseca (Baard, Deci y Ryan, 2004). Su logro radica en haber planteado la relación entre ambos tipos de motivación.

En las últimas tres décadas Deci ha ido perfilando en el horizonte de la motivación una de las teorías que cuenta actualmente con uno de los constructos teóricos más coherentes y sólidos para explicar la motivación humana. A Deci junto a su inestimable colega Richard Ryan debemos agradecerle la construcción de la teoría de la Autodeterminación, una macroteoría de la motivación humana vinculada con el desarrollo y el funcionamiento de la personalidad dentro de los contextos sociales, es decir, el grado en que las

personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones de forma voluntaria (Deci y Ryan, 1985).

Deci explica la teoría de la autodeterminación desarrollando cinco mini-teorías que están dirigidas a distintas facetas del funcionamiento de la motivación de las personas. Si bien en libros como *"Intrinsic motivation"* (1975), *"The psychology of self-determination"* (1980) y *"The empirical exploration of intrinsic motivational processes. Advances in experimental social psychology"* (1980) profundiza en la explicación del concepto de motivación intrínseca muy relacionado con la idea de competencia y control, será en *"Intrinsic motivation and self-determination in human behavior"* (1985), donde muestra un modelo más unificado de la teoría de la autodeterminación motivacional, basado en la integración de la teoría de evaluación cognitiva, especificando los factores que explican la variabilidad de la motivación intrínseca. La teoría de la integración orgánica, donde explica los diferentes tipos de motivación que se presentan desde la conducta no autodeterminada hasta la autodeterminada. La teoría de las orientaciones de casualidad donde describe las diferencias individuales que regulan distintas formas de comportarse en función del control más interno o externo de la persona. En teoría de las necesidades psicológicas básicas reflexiona sobre el bienestar psicológico y la salud mental a partir de la satisfacción de tres aspectos naturales de los seres humanos sobre los que gira gran parte de sus posicionamientos como psicólogo social, la autonomía, la competencia y la relación con los demás.

En relación a lo que Deci denomina mediadores psicológicos cabe destacar magníficos artículos y textos como: *Why We Do What We Do. Understanding Self-Motivation* (1996), the "what" and "why" of goal pursuits: *Human needs and the self-determination of behaviour* (2000a) y *the darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept* (2000b). En la quinta mini-teoría, los contenidos de la metas, expone el impacto de las metas extrínsecas como el éxito y las intrínsecas, referidas al crecimiento personal, en el bienestar.

La teoría de la autodeterminación desarrollada por Deci y Ryan ha contribuido a que académicos de diferentes países incrementen la producción científica de sus líneas de investigación, discutan y refinen el marco conceptual de esta. Como el mismo Deci señala, la belleza de esta teoría radica en su utilidad en diferentes campos del conocimiento y el número de análisis culturales que ha producido para comprobar si las conclusiones obtenidas se sostenían en diversos contextos nacionales.

El valor de las aportaciones de Deci en la teoría de la Autodeterminación es fundamental para entender como las personas mejoran el compromiso y la adherencia a la práctica deportiva. Sus conclusiones nos permiten elaborar las estrategias necesarias hacia la crea-

ción de hábitos de práctica físico-deportiva, tarea compartida por profesionales de distintos ámbitos de la actividad física. Si bien, figuras del campo de la salud han destacado el impacto que tiene sobre la salud humana la práctica regular de actividad física, Deci ha contribuido a entender los motivos de práctica y como éstos se puedan mejorar a través de los programas de enseñanza deportiva. En *When trying to win: Competition and intrinsic motivation* (1981) y *A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation* (1999) aboga por la importancia de recibir feed-back positivo para incrementar la motivación intrínseca, el motivo principal de que las personas persistan en la práctica de actividad física a pesar de que no exista recompensa externa. En esta línea, *Competitively contingent rewards and intrinsic motivation. Can losers remain motivated?* (2003), expone como la presión de la competición afecta a la disminución de la motivación intrínseca cuando el feed-back se orienta al rendimiento de la competición. Sin embargo, cuando los practicantes intentan realizar la tarea lo mejor posible sin establecer comparaciones, los perdedores en una competición no disminuyen la motivación intrínseca. Sus investigaciones permiten humanizar la práctica deportiva y hacerla más cercana para un gran número de personas que veían en la competitividad y el culto al rendimiento uno de los motivos de alejamiento de la actividad física.

Aunque las aplicaciones de su obra se dejan entrever en distintas disciplinas, Deci nos ha enseñado a llevar particular cuidado en la forma de ofrecer recompensas en la enseñanza deportiva, desmitificando la idea de que las recompensas externas no decrecen la motivación intrínseca. Así, en *Extrinsic rewards and intrinsic motivation in education: Reconsidered once again* (2001), destaca que las recompensas en clase deben administrarse para informar, en un clima de apoyo, evitando el carácter sancionador y controlador que disminuyen la motivación intrínseca del alumnado.

Por último, destacar que estamos ante una de las figuras relevantes de la psicología actual como lo demuestra las casi cinco mil citas bibliográficas de su obra y los más de cincuenta y cinco investigadores con los que ha trabajado. Su opinión es valorada por corporaciones privadas, sistemas de educación pública, agencias de salud mental, universidades y gobiernos de distintos países.

De entre el sin fin de frases que pueblan la extensa obra de este filántropo, cabría destacar "sentirse autor mejora el rendimiento" donde pone de manifiesto el interés por el estudio del ser humano, del camino que permite encontrar la satisfacción y el esfuerzo personal. La obra de este psicólogo social sigue viva y en permanente revisión, lo que hace de ella, el centro de interés de una teoría en crecimiento constante.

Referencias

- Baard, P. P.; Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 2045-2068.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. En L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 39-80). New York: Academic Press.
- Deci, E. L. (1980). *The psychology of self-determination*. Lexington, MA: D. C. Heath.
- Deci, E. L.; Betley, G.; Kahle, J.; Abrams, L., & Porac, J. (1981). When trying to win: Competition and intrinsic motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 79, 83.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. En R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Deci, E. L. (1996). *Why We Do What We Do. Understanding Self-Motivation*. New York: Penguin Books.
- Deci, E. L.; Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125, 627-668.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000a). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour, *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L.; Koestner, R., & Ryan, R. M. (2001). Extrinsic rewards and intrinsic motivation in education: Reconsidered once again. *Review of Educational of Research*, 71(1), 1-27.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000b). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11, 319-338.
- Vansteenkiste, M. & Deci, E. L. (2003). Competitively contingent rewards and intrinsic motivation. Can losers remain motivated? *Motivation and Emotion*, 27(1), 273-279.