

**CARACTERIZACIÓN PSICOLÓGICA DE LOS JUGADORES DE LOS EQUIPOS
PROFESIONALES DE MICROFÚTBOL REAL CAFETERO DE LA CIUDAD DE
ARMENIA Y PEREIRA PERLA DEL OTÚN FSC**

**FRANCISCO JAVIER ARIAS SUAREZ
PEDRO ABEL CABEZAS AGUIRRE
HERNANDO ALEJANDRO MARTÍNEZ GONZÁLEZ**

**UNIVERSIDAD LIBRE SECCIONAL PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESPECIALIZACIÓN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
PEREIRA
2017**

**CARACTERIZACIÓN PSICOLÓGICA DE LOS JUGADORES DE LOS EQUIPOS
PROFESIONALES DE MICROFÚTBOL REAL CAFETERO DE LA CIUDAD DE
ARMENIA Y PEREIRA PERLA DEL OTÚN FSC**

**FRANCISCO JAVIER ARIAS SUAREZ
PEDRO ABEL CABEZAS AGUIRRE
HERNANDO ALEJANDRO MARTÍNEZ GONZÁLEZ**

**Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de
especialistas en Entrenamiento Deportivo**

**Asesor Metodológico
WALTER IVAN GARCIA MORALES
Especialista en Pedagogía para la Docencia Universitaria**

**UNIVERSIDAD LIBRE SECCIONAL PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESPECIALIZACIÓN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
PEREIRA
2017**

Nota de aceptación

Presidente del jurado

Jurado

Jurado

Pereira, 23 de Febrero de 2017

AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer a la Universidad Libre y a todas las personas que intervinieron directa o indirectamente en este proceso, aportándonos elementos valiosos para nuestra construcción investigativa. En especial a nuestro colega y gran amigo WALTER DARÍO AGUDELO VASCO, Coordinador de la Especialización, quien vivió junto a nosotros esta experiencia; a WALTER IVÁN GARCÍA MORALES, diligente asesor metodológico del proyecto. También agradecemos a los Clubes profesionales de Fútbol de Salón REAL CAFETERO y PEREIRA PERLA DEL OTÚN, y a todos los directivos técnicos y jugadores involucrados en el estudio. Por último, agradecemos a nuestras familias y a Dios, quienes alientan, acompañan y guían el camino de nuestras vidas.

ARIAS SUAREZ FRANCISCO JAVIER

CABEZAS AGUIRRE PEDRO ABEL

MARTÍNEZ GONZÁLEZ HERNANDO ALEJANDRO

TABLA DE CONTENIDO

	pág.
LISTA DE TABLAS.....	7
LISTA DE GRAFICAS.....	8
LISTA DE ANEXOS.....	9
RESUMEN.....	10
INTRODUCCIÓN.....	12
1. VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS.....	50
1.1 LA EDAD	50
1.2 EL NIVEL SOCIOECONÓMICO (NSE).....	56
1.3 FORMACIÓN ACADÉMICA.....	60
2. ANÁLISIS DE VARIABLES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO.	64
2.1 ANÁLISIS DE LA MOTIVACIÓN.....	64
2.2 ANÁLISIS DE LA COHESIÓN DEL EQUIPO	70
2.3 ANÁLISIS DE LA INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO..	75
2.4 CONTROL DEL ESTRÉS.....	81
2.5 HABILIDAD MENTAL	86
3. RELACIONES DE ANÁLISIS DE VARIABLES PSICOLÓGICAS.....	91
3.1 RELACIONES DE LA MOTIVACIÓN.....	91
3.2 RELACIONES DE LA COHESIÓN DEL EQUIPO	92
3.3 RELACIONES DEL CONTROL DEL ESTRÉS.....	94
3.4 RELACIONES DE HABILIDAD MENTAL.....	96
3.5 RELACIONES DE INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO	97

4.CONCLUSIONES	99
5.RECOMENDACIONES.....	101
BIBLIOGRAFÍA.....	103
ANEXOS	109

LISTA DE TABLAS

	pág.
Tabla 1. Operacionalización de variables	39
Tabla 2. Promedio de edades Club Real Cafetero	50
Tabla 3. Promedio de edades Club del Otún	53
Tabla 4. Nivel socio económico Club Real Cafetero	56
Tabla 5. Nivel socio económico Club Perla del Otún.....	58
Tabla 6. Formación académica Club Real Cafetero.....	60
Tabla 7. Formación académica Club Perla del Otún	62
Tabla 8. Evaluación de la motivación Club Perla del Otún	64
Tabla 9. Motivación Club Real Cafetero.....	67
Tabla 10. Cohesión del equipo Real Cafetero.....	70
Tabla 11. Cohesión del equipo Perla del Otún.....	73
Tabla 12. Influencia evaluación del rendimiento Perla del Otún.....	76
Tabla 13. Influencia evaluación del rendimiento Real Cafetero.....	79
Tabla 14. Control del estrés Real Cafetero	81
Tabla 15. Control del estrés Perla del Otún	84
Tabla 16. Habilidad mental Perla del Otún.....	87
Tabla 17. Habilidad mental Real Cafetero	89
Tabla 18. Comparaciones estadísticas # 1	92
Tabla 19. Comparaciones estadísticas #2	94
Tabla 20. Comparaciones estadísticas # 3	95
Tabla 21. Comparaciones estadística # 4	97
Tabla 22. Comparaciones estadísticas # 5.....	98

LISTA DE GRÁFICAS

	pág.
Gráfica 1. Edades de jugadores Club Real Cafetero.....	52
Gráfica 2. Edades Perla del Otún	54
Gráfica 3. Edades Real Cafetero Vs Perla del Otún	55
Gráfica 4. Estratificación económica Club Real Cafetero	57
Gráfica 5. Estratificación económica Club Perla del Otún	59
Gráfica 6. Formación académica Real Cafetero	61
Gráfica 7. Formación académica Perla del Otún.....	63
Gráfica 8. Motivación Perla del Otún	67
Gráfica 9. Motivación Real Cafetero	69
Gráfica 10. Cohesión de equipo Club Real Cafetero.....	72
Gráfica 11. Cohesión de equipo Club Perla del Otún.....	75
Gráfica 12. Influencia de la evaluación del rendimiento Perla Del Otún	78
Gráfica 13. Influencia de la evaluación Real Cafetero.....	80
Gráfica 14. Control del estrés Real Cafetero.....	83
Gráfica 15. Control del estrés Perla Del Otún	86
Gráfica 16. Habilidad mental Perla Del Otún.....	88
Gráfica 17. Habilidad mental Real Cafetero	90

LISTA DE ANEXOS

	pág.
Anexo A. Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (c.p.r.d.).....	109
Anexo B. Baremos del Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (c.p.r.d.).....	118

RESUMEN

La investigación denominada Caracterización psicológica de los jugadores de los equipos profesionales de microfútbol Real Cafetero y Pereira Perla del Otún FS, propuso en su objetivo general, determinar las características psicológicas de los jugadores de los equipos profesionales de microfútbol Real Cafetero representante del departamento del Quindío y Pereira Perla del Otún FSC representante del departamento de Risaralda, a partir del cuestionario CPRD, desarrollado por Fernando Gimeno, José María Buceta y María Del Carmen Pérez Llanta, que evaluó las siguientes características psicológicas relacionadas con el rendimiento: (influencia de la evaluación del rendimiento, control del estrés, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo). Así mismo, se consideraron las variables sociodemográficas (edad, estrato socioeconómico y nivel académico) de estos deportistas para relacionar las variables.

Este proyecto construyó desde un enfoque cuantitativo, una investigación de tipo descriptivo de corte longitudinal, determinando así el alcance del estudio.

La población referida por el estudio fue de 36 microfutbolistas, de los cuales fueron evaluados en la muestra de la investigación 20 de ellos, tomando paralelamente para el análisis 10 deportistas del equipo profesional Real Cafetero del departamento del Quindío y 10 deportistas del equipo profesional Pereira Perla del Otún FSC del departamento de Risaralda.

Se consideraron diferentes variables socio demográficas tales como la edad, nivel académico y el estrato socio económico.

El análisis de los cuestionarios evidenció resultados más altos en la evaluación de las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento en el club Real Cafetero. En cuanto a las variables socio demográficas en relación con cada una

de las características psicológicas arrojó como resultado que los deportistas de estrato socio económico medio, alcanzaron altos porcentajes en la característica psicológica motivación, mientras que la cohesión de equipo fue la característica psicológica donde menor porcentaje se alcanzó.

INTRODUCCIÓN

El fenómeno deporte representa hoy día uno de los principales ejes de desarrollo y crecimiento en las economías emergentes del siglo XXI. Hablar de deporte connota una serie de posibles abordajes de acuerdo a su impacto, estructuración, beneficiarios, finalidad, entre otros. En Colombia la Ley 181 de 18 de Enero de 1995 en su artículo 15 define el deporte como la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

Cuando se habla de deporte profesional inicialmente se hace referencia a aquel que reconoce procesos organizados en una estructura planificada para el desarrollo distintos componentes. Los clubes deportivos profesionales son organismos de derecho privado que cumplen funciones de interés público y social, organizados como corporaciones o asociaciones deportivas sin ánimo de lucro o sociedades anónimas, constituidos por personas naturales o jurídicas, para el fomento, patrocinio y práctica de uno o más deportes, con deportistas bajo remuneración, de conformidad con las normas de la Ley 181 de 1995 y de la respectiva federación nacional y hacen parte del Sistema Nacional del Deporte.

Las prácticas deportivas profesionales tienen dentro de sus fines la búsqueda de resultados económicos, ya que venden espectáculos patrocinados como lo son los torneos profesionales haciendo que la figuración de empresas y marcas de respaldo jueguen un papel fundamental a la hora de hablar del patrocinio y posicionamiento de los clubes profesionales.

Pero el deporte profesional también hace referencia al alto rendimiento deportivo. Aspecto sin el cual el deportista difícilmente puede llegar a ser considerado como profesional. Este eje temático es ampliamente estudiado y analizado en todas las

disciplinas deportivas, quienes buscan mejorar, mantener por más tiempo u optimizar el desempeño deportivo. El tener buenas actuaciones, está íntimamente ligado al desarrollo de buenos procesos de entrenamiento, buena materia prima en lo que a la elección de atletas se refiere, buenos recursos en cuanto a dinero, escenarios, ayudas nutricionales, grupo de trabajo, entre otros, que programen, controlen y evalúen adecuadamente los distintos aspectos del rendimiento.

Dicho esto, contar con muchas ayudas y no saberlas usar es parecido a no contar con ellas. Por ello, el estudio de las prácticas deportivas del siglo XXI enseña que cada aspecto de la planificación deportiva debe estar cuidadosamente tratado y que el atleta profesional consume dosificadamente un sin número de recursos. Esta realidad evidenció la necesidad de tener personal altamente especializado para engranar metodológicamente el acto teórico práctico de entrenar, sistematizando el trabajo diario de las sesiones de acuerdo a la interacción de los diferentes componentes de entrenamiento y la singularidad del deporte específico.

La presente investigación tiene su génesis en el fútbol de salón (microfútbol), como deporte nuevo en el marco del deporte profesional de Colombia, donde se han realizado pocas investigaciones en la temática de los componentes del entrenamiento. Los citados trabajos refieren básicamente a los componentes físico y técnico táctico del entrenamiento, hallándose en un volumen importante. Pese a esto, otros componentes son poco estudiados o simplemente permanecen invisibles a los ojos investigadores. Desde esta consideración, se propone un estudio en el campo psicológico sobre la valoración de las características relacionadas con el rendimiento, con el fin de caracterizar psicológicamente a los microfutbolistas profesionales de la región.

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

En términos generales la industria del deporte profesional en los departamentos

de Quindío y Risaralda tiene un desarrollo limitado, determinado esencialmente por aportaciones de capitales insuficientes en proyectos que en su mayoría se planifican a corto plazo para alcanzar resultados rápidos y aislados de una estructura general departamental que en muchos casos esta fracturada porque los actores del deporte no comulgan por un bien común. Pese a que en el departamento de Risaralda los rubros destinados a la esfera del deporte son sustancialmente más altos, las diferencias en resultados en eventos del ciclo olímpico de los deportistas de estos departamentos no son sustancialmente visibles. Las aportaciones de deportistas de la región en selectivos nacionales, usualmente se limita a participaciones individuales. La revisión de los resultados de podios ocupados por nuestros atletas en participaciones de carácter profesional, Juegos Nacionales, Campeonatos Federados y finales nacionales de juegos universitarios, indican inconsistencias en la estructuración de los programas deportivos departamentales. Esta problemática se ve ligada a los distintos procesos de organización interna de los institutos deportivos, ligas departamentales, clubes, representaciones universitarias y representaciones del deporte profesional, que no escapan a debilidades estructurales establecidas en los proyectos de planificación, evidenciando falencias en los procesos, los rendimientos y los consecuentes logros deportivos esperados.

Técnicamente, para posibilitar mejores figuraciones de las selecciones profesionales de un departamento se deben identificar, conocer, controlar, planificar, potenciar e interrelacionar distintos componentes físicos, técnicos, tácticos, psicológicos, administrativos, económicos, entre otros, de la preparación de los deportistas.

Si bien es cierto que el trabajo por preparaciones se enfatiza prioritariamente a los componentes físico técnico y táctico, también lo es que una sólida concepción de un programa deportivo visibiliza el engranaje de estos componentes con otros de orden teórico, psicológico, financiero y otros de distintos órdenes, reconocidos en

la literatura especializada del deporte profesional y de rendimiento por autores como Matveev, Tshiene, Parlebas, Verkhosansky, Grosser, Zintl, Zimmermann, Bompa, Commetti, Navarro, García Manso, Ruiz, González Badillo, Forteza, Viru y Seirulo entre otros. En la actualidad es necesario contar con un sinnúmero de herramientas para compenetrar este abanico de aspectos vinculados al entrenamiento deportivo. Uno de los componentes de mayor relevancia al momento de concebir el proceso de entrenamiento es el psicológico. Este cada vez recibe más atención al interior de los programas y procesos de planificación deportiva de clubes y equipos profesionales reconocidos mundialmente, buscando como hacer más fuerte y estable el comportamiento conductual de los atletas, para lo cual se recurre a distintos mecanismos de evaluación, entre los que están la aplicación de situaciones controladas de juego bajo presión, pruebas de fatiga mental, anclajes mentales y otros que buscan realzar la motivación y la resistencia psicológica del ser.

Muchos de estos procesos se desarrollan a partir de evaluaciones diagnosticas de diversos componentes del actuar del atleta, donde se pueden establecer fortalezas y debilidades a nivel individual y en el trabajo colectivo. Las adecuadas evaluaciones periódicas de los componentes del entrenamiento deben ser un factor que contribuya de manera significativa al conocimiento de los deportistas y consecuentemente a ello, deberían aportar en el incremento del rendimiento deportivo general.

En Colombia, no todas las ligas departamentales trabajan con miras a alcanzar altos logros los deportes de conjunto. El gasto económico que representa la preparación de un grupo de deportistas de rendimiento generalmente es un obstáculo insalvable y por ello deportes como el microfútbol no tienen una huella histórica en muchos departamentos. Pese a ello, este es uno de los pocos deportes que goza hoy en día de figuración nacional. El joven torneo profesional de microfútbol cuenta con selecciones de representación departamental que

deben hacerse competitivamente fuertes desde todos los aspectos relacionados con el rendimiento para mantenerse en actividad, considerando los altos costos de mantenimiento anual de sus nóminas y equipos de trabajo. Por esto, es necesario poner en evidencia la necesidad de estudiar y analizar el comportamiento de los procesos deportivos, los componentes de los programas de entrenamiento y los aspectos que tienen influencia directa en el desarrollo de performances de los atletas. Es en este campo en especial donde esta investigación propone relacionar los parámetros psicológicos de microfutbolistas en función del rendimiento.

Revisando el estado del arte sobre la investigación de carácter psicológico en deportes de conjunto en Colombia se detecta una llamativa ausencia de proyectos investigativos sobre la caracterización psicológica en los deportes colectivos, no se hallan trabajos de investigación puntuales sobre el microfútbol profesional de la región, ni sobre características de juego y comportamientos psicológicos similares.

Considera Verkhoshansky (Entrenamiento deportivo. Planificación y programación) que la programación del entrenamiento es una forma más perfeccionada de planificación y estructuración y la define como la sistematización de los contenidos del proceso de entrenamiento según los objetivos de la preparación de un atleta y de los principios específicos que determinan la forma racional de organización de las cargas de entrenamiento en un período de tiempo definido. Considerando lo expuesto, de la misma forma como se entrena, la técnica, la táctica y la preparación física, igualmente deben entrenarse variables que hacen referencia a características psicológicas que cada vez más ocupan espacios de importancia dentro de las sesiones de entrenamiento, la competencia y la evaluación de desempeño deportivo.

En consecuencia, este trabajo de investigación propuso evaluar el componente psicológico, como el menos estudiado en nuestro país, reconociendo que la literatura colombiana evidencia un muy bajo número de estudios de este orden

aplicados específicamente al microfútbol.

La aparición del certamen profesional de microfútbol, fruto de las buenas representaciones que ha tenido el país a nivel internacional realzan la novedad investigativa de este estudio y permiten explorar un componente que tiene mucho que aportar a los desarrollos del rendimiento de los equipos en etapa de construcción de su identidad deportiva.

Así mismo, se ofrecen criterios de evaluación por test, particulares en microfútbol que pueden constituir referentes importantes para la selección de deportistas y el entrenamiento mental, lo que ayuda a la optimización de estos procesos.

En los departamentos de Risaralda y Quindío, el componente psicológico de los deportistas es un factor importante a analizar; pues, si bien es cierto que existen algunos intereses en introducir e implementar actividades teórico-prácticas para analizar los deportistas del medio que han participado en diferentes eventos donde el nivel de competencia y la exigencia física, técnica y mental son fundamentales para lograr las metas propuestas con antelación, no se considera significativo el trabajo de intervención desarrollado sobre el componente mental, necesitándose evidenciar análisis y reflexiones sobre las respuestas psicológicas de la población deportiva de estos departamentos, y puntualmente en la población del microfutbolista. Estas consideraciones reconocen que el factor psicológico es muy importante para mejorar la manifestación de la totalidad de las acciones de los atletas de conjunto en cada sesión de entrenamiento. La presencia de esta problemática es una de las posibles razones por la cual se presentan pocos resultados positivos en participaciones de índole regional y nacional.

El anterior comentario adquiere mayor peso al destacarse con mucha más frecuencia las actuaciones individuales positivas de los deportistas que representan estos departamentos en el plano nacional, es por esto que el equipo

investigador se pregunta sobre qué condiciones pueden llegar a mejorarse a nivel de rendimiento en los atletas que pertenecen a los equipos profesional de microfútbol Real Cafetero y Perla del Otún, a partir de un mejor manejo del componente psicológico. No obstante, esta investigación no se adelanta a suponer que los mejores resultados deportivos de los deportes individuales se deban al desconocimiento o manejo inadecuado del componente psicológico en los deportes colectivos, pero si hace énfasis en la necesidad de estudiar este componente y por ello, en adelantar un proceso de caracterización psicológica en el deporte colectivo, que para este caso será determinada desde el microfútbol.

En el mismo orden de ideas es necesario mencionar la importancia del papel que desarrollan entrenadores, dirigentes y demás intervinientes en el proceso deportivo de ligas deportivas, quienes deben ser personas idóneas para desplegar roles que garanticen un progreso integral de los deportistas y conozcan el manejo de los aspectos de orden psicológico de las poblaciones a quienes intervienen.

En los deportes colectivos, el desarrollo del juego muchas veces es condicionado por las diferentes personalidades de los jugadores, la capacidad que tienen de satisfacer o no sus necesidades y el control adecuado de sus características psicológicas más determinantes.

El presente estudio investigativo centró su interés en identificar las características psicológicas de los microfutbolistas de los equipos profesionales Real Cafetero del departamento del Quindío y Pereira Perla del Otún del departamento de Risaralda; para ello, se eligió utilizar como instrumento que cumpliera con los requisitos del trabajo, el cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo, con la intención evaluar la motivación, influencia de la evaluación del rendimiento, cohesión grupal, control del estrés y la habilidad mental, características psicológicas presentes en todo momento en los atletas que actúan en el microfútbol profesional, como deporte de conjunto.

Para desarrollar la investigación se abordaron como ejes temáticos cada una de las características psicológicas propuestas por Gimeno, Buceta y Perez (control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo); incluidas en el cuestionario CPRD.

Este estudio se desarrolló con la pretensión de relieves la inclusión, análisis y evaluación del componente psicológico para todas las prácticas deportivas que busquen resultados orientados a determinar mejoras en el rendimiento, principalmente para las realizadas por cualquier tipo de selección representativa y diversos equipos profesionales.

JUSTIFICACIÓN

En Colombia han sido reconocidos muchos procesos deportivos orientados por entrenadores sin los conocimientos básicos del entrenamiento deportivo y específicamente sin apropiaciones teóricas de componentes mentales, psicológicos o volitivos. La actividad deportiva profesional considera para su crecimiento los aportes económicos y estímulos comerciales que promovieron el interés por los estudios en las disciplinas del campo. Actualmente los avances científicos aplicados en cada uno de los componentes del entrenamiento deportivo evidencian la necesidad de comprender las distintas preparaciones a las que se someten los deportistas, sus regulaciones, fluctuaciones y consideraciones desde las ciencias biológicas y humanas.

Cada partido implica un gasto de energía para los sistemas del cuerpo, desde el muscular, hasta el nervioso. Estos esfuerzos de mantenimiento durante largos periodos de tiempo de la forma deportiva afectan aspectos de la resistencia mental del jugador ya que necesita mantenerse combativo y concentrado en todo momento. Dichos procesos de especialización deportiva, el control y evaluación de las preparaciones físicas, técnico-tácticas, teórico-psicológicas, y su adecuada

complementación, son determinantes para el alcance de rendimientos y resultados satisfactorios.

Se reconoce concretamente la importancia de la investigación al decir que la preparación psicológica juega un papel preponderante en el proceso de regulación del deportista frente a sus manifestaciones, estímulos e inhibiciones.

Visto esto, en la esfera particular del microfútbol profesional colombiano, los aportes de investigaciones relacionadas con el deporte desde el plano conductual y psicológico son desconocidos, quizá por ser un deporte con tres años en el profesionalismo. Este indicador establece que hay un territorio inexplorado por ser estudiado.

El microfútbol profesional como deporte emergente en Colombia carece de una caracterización que reconozca las condiciones típicas y únicas del mismo. En el plano psicológico queda por ende todo un camino por construir para el beneficio de la población del país. Así, la presente investigación impactará y beneficiará inicialmente al campo del deporte profesional colombiano, directamente a la comunidad que rodea al sociedad deportiva de los departamentos del Quindío y Risaralda, principalmente en las esferas de las universidades que desarrollan programas académicos relacionados con el campo del deporte, entes deportivos, directivos deportivos, entrenadores y deportistas en general.

Esta idea se vislumbra como un trabajo viable y factible partiendo de la disponibilidad de recursos para desarrollarla, el conocimiento de quienes se encargan de dirigir a los clubes profesionales de microfútbol en la región, el interés que despierta en la comunidad de microfutbolistas.

Desde otra perspectiva se reconoce la importancia de este trabajo y su repercusión directa sobre el fútbol de salón de las ciudades de Armenia y Pereira,

considerando que en la región del eje cafetero existen cuatro equipos pertenecientes al torneo profesional, y que de ellos, dos participarán en el proceso investigativo propuesto.

Por último, reconociendo que las referencias investigativas y las reflexiones teóricas específicas para el microfútbol son escasas en Colombia, este trabajo investigativo contribuirá como avance teórico sobre las temáticas aplicadas en función de las caracterizaciones deportivas y el rendimiento desde perspectivas referentes al conocimiento de conductas psicológicas, afirmándose como punto de partida científico de otras ideas, y de desarrollo de futuras investigaciones que podrían determinar hallazgos importantes en el campo deportivo en función del rendimiento y el deporte profesional.

Teniendo en cuenta lo expuesto se realizó una investigación con base en los siguientes objetivos:

GENERAL

Caracterizar psicológicamente los microfutbolistas profesionales de los clubes deportivos Real Cafetero de la ciudad de Armenia y Pereira Perla del Otún, por medio del cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir y comparar las variables sociodemográficas edad, estrato socioeconómico y nivel de formación académica de los microfutbolistas profesionales de los clubes deportivos Real Cafetero y Pereira Perla del Otún.
- Analizar las variables psicológicas motivación, cohesión grupal, control del

estrés, influencia de la evaluación del rendimiento y habilidad mental, en los microfutbolistas de los clubes profesionales Real Cafetero y Pereira Perla del Otún.

- Comparar los análisis de las variables psicológicas aplicadas en los microfutbolistas de los clubes profesionales Real Cafetero y Pereira Perla del Otún.

MARCO TEÓRICO

CARACTERIZACIÓN

La caracterización es una descripción u ordenamiento conceptual que se hace desde la perspectiva de la persona que la realiza. Esta actividad de caracterizar (que puede ser una primera fase en la sistematización de experiencias) parte de un trabajo de indagación documental del pasado y del presente de un fenómeno, y en lo posible está exenta de interpretaciones, pues su fin es esencialmente descriptivo.

Caracterizar para el diccionario de la Real Academia Española es determinar los atributos peculiares de alguien o de algo, de modo que se distinga de los demás.

Este es un aspecto especialmente relevante es el papel desempeñado por los entrenadores, quienes, de hecho, tienen información sobre los aspectos psicológicos de sus deportistas y lo hacen observando comportamientos deportivos (Chorkawy y Rushall, 1981).

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

En términos generales la conducta deportiva está determinada por factores de

naturaleza endógena y exógena. Estos últimos son aportados por el medio que rodea la competencia y por las características de la propia actividad, mientras los primeros están referidos a la motivación, la actitud hacia la competencia, las cogniciones y las emociones del deportista. Es reconocida la relación de ambos factores, pero su verdadera interdependencia queda fuera de la instrumentación metodológica de muchos especialistas. A nivel específico, la preparación psicológica requiere manipular diversas habilidades en entrenamiento y competencia para incentivar mejoras del concepto, disfrute y la capacidad de rendimiento del jugador.

LA MOTIVACIÓN

La palabra motivación proviene de una raíz latina que significa “mover”, “poner en movimiento”, en el sentido de algo que impulsa a la acción. Constituye pues un estado – permanente o transitorio y aun esporádico – caracterizado por una predisposición favorable para la acción. El término “motivación” indica sobretudo una actitud de la personalidad total del sujeto, con preponderancia de los factores activo – emocionales¹.

También ha sido conceptualizada como un constructo hipotético que describe las fuerzas internas y/o externas que producen la iniciación, dirección, intensidad y persistencia de la conducta en cualquier actividad humana como la educativa, laboral, social y deportiva.

Las variables motivacionales serán por tanto los factores de análisis del proceso evaluativo. Estas desde literatura científica se pueden clasificar en fisiológicas, que corresponden a los impulsos o activación del sistema nervioso; otras tienen que ver con la información sobre nuestros propios deseos y las posibilidades de

¹ PAGLILLA D y ALDANA S. La motivación del deporte. 2005. Recuperado de www.psicologia-online.com

satisfacerlos. “Éstas son las variables motivacionales cognitivas, entre las que se pueden señalar las expectativas y las metas u objetivos, analizadas teniendo en cuenta la *psicología de la motivación* como el estudio de las variables personales (internas) y situacionales (externas) que determinan y regulan la elección de conductas, el inicio de éstas, y el esfuerzo y la persistencia en su ejecución hasta que se alcanzan las metas que uno se ha propuesto”.

Se acepta la importancia del concepto motivación para el análisis del comportamiento humano; la mayoría de los autores han considerado “la motivación como un concepto explicativo de la conducta relacionando con la fuerza o energía que activa, dirige o mantiene el comportamiento”. Los estudios de motivación en el deporte, encabezados por Puní y Rudick, se concentraron en la "Intensidad" del motivo deportivo. Solo motivos verdaderamente fuertes son capaces de movilizar la enorme energía que necesita un deportista para entrenar en condiciones adversas y para superar determinadas marcas y resultados competitivos.

“La fortaleza de los motivos deportivos proviene de las necesidades que con él se relacionan. Son las necesidades las generatrices de la dinámica instituyente del aparato psíquico. A ellas se asocian las experiencias de satisfacción e insatisfacción, experiencias basales e instituyentes de los dinamismos psicológicos fundamentales, y consecuentemente de los procesos dinámicos de mantenimiento (repetición), desplazamiento (compensación, equilibrio), reelaboración (superación, creación), etcétera”.

El entrenador deportivo busca mantener la automotivación de sus atletas para participar positivamente en los entrenamientos y competencias para alcanzar resultados importantes y disfrutar de la actividad.

La motivación intrínseca: de manera simple se puede definir como la conducta que

se lleva a cabo de manera frecuente y sin ningún tipo de contingencia externa. El propio incentivo es la realización de la conducta en sí misma, los motivos que conducen a la activación de este patrón conductual son inherentes a nuestra persona. Por ejemplo: cuando se pone en práctica un hobby, cuando o se realiza una actividad por el hecho de superarnos a nosotros mismos.

Motivación extrínseca: Se refiere a aquellos procesos que activan la conducta por razones ambientales. La motivación es extrínseca cuando lo que atrae no es la acción que se realiza, sino lo que se recibe a cambio del trabajo realizado, es decir la motivación se realiza mediante recompensas o castigos producidos externamente. En conclusión, la motivación extrínseca se relaciona con el desarrollo de una actividad orientada a alcanzar algún logro separable de la realización de la conducta por sí misma, es decir, que la ME aparece en aquellas situaciones en las que la razón para actuar es una consecuencia separable de ella y que es administrada por otros o auto administrada.

Un estudio sobre universitarios recomienda orientar el trabajo del entrenador hacia este tipo de motivación; puesto que, los deportistas con motivación intrínseca al presentar dificultades con la tarea se proyectan más persistentes y resistentes, hallando ante todo el placer en la realización de la misma sin centrarse únicamente en los resultados; La utilización de recompensas externas es capaz de disminuir y también hacer desaparecer la motivación intrínseca.

En el deporte, la motivación es una variable psicológica que mueve al individuo hacia la realización, orientación, mantenimiento y/o abandono de las actividades físicas/deportivas, y suele estar determinada por la asociación cognitiva que el sujeto hace de las diferentes situaciones (si es positiva, mayor motivación; si es negativa, menor motivación; si es neutra dependerá de la construcción cognitiva que realice por la influencia del entorno y de sus propias convicciones), en función de una serie de factores individuales, ambientales y culturales.

La relación entre motivación y variables afectivas ha sido estudiada por Wicker, Turner, Reed, McCann y Do. En este estudio se analizó cómo las expectativas y los esfuerzos para conseguir la meta deseada se van ajustando a medida que transcurre el tiempo y está más cercana la ejecución de la tarea para conseguir el objetivo. De este modo, los procesos motivacionales se ven influenciados por el mayor o menor optimismo experimentado ante la proximidad de la ejecución concreta.

LA COHESIÓN DE EQUIPO

En este punto es importante hacer una clara diferenciación entre los términos equipo y grupo deportivo. El primero, hace referencia a un conjunto de personas interrelacionadas con identidad que se organizan para llevar a cabo una tarea determinada, en cada uno de sus miembros existe una necesidad del "otro", es decir, existe un sentido de interdependencia entre sus integrantes y como consecuencia de estas características cada uno de ellos posee y mantiene un rol que complementa al resto del equipo. Por otro lado, el grupo deportivo se refiere a ese conjunto de personas sin considerar la tarea para la que han formado un conjunto, considerándolo en su totalidad, es decir, no existe una tarea específica lo que impide que se realice una asignación concreta de los roles.

Ante esta diferenciación, la cohesión de equipo se define como "un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y a permanecer unido en la búsqueda de sus metas y objetivos" esta definición hace referencia a dos dimensiones: la cohesión de tarea que refleja el grado en que los miembros del grupo trabajan juntos para alcanzar objetivos comunes y la cohesión social que son los lazos de atracción interpersonal que unen a los miembros del grupo.

De acuerdo con lo anterior, la participación social y la centrada en la tarea

contribuyen a la cohesión en los equipos, aunque la participación en la tarea es la más visible en la etapa de formación del grupo, acordando tareas y objetivos; una vez establecidos, sus miembros pueden dedicar más tiempo a la interacción social familiarizándose unos con otros².

“En cuanto al aspecto multidimensional, la cohesión es una mezcla de dimensiones sociales y de tarea, esta última refleja el grado de trabajo en conjunto para alcanzar objetivos comunes; ya que, en el ámbito deportivo, un objetivo común sería conseguir un campeonato que en parte depende del esfuerzo coordinado del equipo, mientras que la cohesión social refleja el grado de aceptación entre los miembros de un equipo y de disfrute del compañerismo”.

La cohesión grupal por tanto abarcará tanto la cohesión social, como la cohesión por algún tipo de tareas específicas, fluctuando por distintos momentos y efectos de los acontecimientos que se suceden en la dinámica deportiva (como las victorias y las pérdidas de encuentros).

Por ello se determina esta característica como un proceso dinámico que se refleja en la tendencia grupal de permanecer unidos para la consecución de sus metas y objetivos.

Carrón, en asocio con otros autores propuso distinguir cuatro factores que afectan a la cohesión de equipo y su relación con el rendimiento deportivo.

■ Factores situacionales/a ambientales: hacen referencia a la proximidad física de los integrantes (cuanto más tiempo se pasa con otros compañeros hay más posibilidades de crear grupo) en un equipo y a la diferenciación de sus miembros (un gesto que distinga al equipo como por ejemplo juntar las manos y gritar algo

² PICAZO, C. ZORNOZA, A. y PEIRÓ, J. Los procesos de participación social y participación orientada a la tarea y el aprendizaje como antecedentes de la cohesión grupal: Una perspectiva longitudinal. *Psicothema*, 2009. 21, 274-279.

antes de salir al campo de juego).

- Factores personales: la similitud (en actitudes, aspiraciones, compromisos...) la satisfacción individual (por la actuación en la competición, por las relaciones con los compañeros) y el compromiso (con la tarea, con los objetivos, con los entrenamientos).

- Factores de liderazgo: el estilo de toma de decisiones (democrático o autoritario) la compatibilidad y las relaciones entre el líder y los demás miembros del grupo son fundamentales para crear cohesión.

- Factores de equipo: las posiciones del grupo reunirse en el mismo espacio aumenta la identidad de ese grupo, haciendo el lugar 'suyo' y aumentando la percepción de 'nosotros'.

Teóricamente existe un dilema en cuanto a la dirección de causalidad entre las dos variables mencionadas; para algunos autores es el rendimiento el que influye positivamente en la consecución o consolidación de la cohesión de equipo; así, el impacto del rendimiento sobre la cohesión llega a ser más importante encontrándose la cohesión más relacionada con la satisfacción, la conformidad y la estabilidad que con el rendimiento propiamente dicho. En la otra dirección es la cohesión la que influye positivamente en el rendimiento deportivo.

EL CONTROL DEL ESTRÉS

El estrés (del inglés *stress*, 'tensión') es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. Cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y

anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano.

El estrés considerado como mecanismo de activación instintiva de energía disponible en el ser humano para dar solución de un problema o a la consecución de una meta. Este proceso de redistribución se mantendrá durante un lapso de tiempo vinculado a la circunstancia suscitada, posterior a ello, se recompondrá el proceso de normalidad en el flujo energético entre los diferentes órganos para el funcionamiento integral y coordinado de la persona que ha pasado y que ha superado esa situación. “El estrés es una respuesta de emergencia que consiste la manifestación de un importante aumento de la activación fisiológica y cognitiva; esta sobre activación favorece que se produzca una notable mejora en la capacidad de percibir los estímulos de la situación. Además determina que el procesamiento de la información sea más rápido y potente, lo que hace posible ser más eficaz en la búsqueda de soluciones y llevar a cabo una mejor selección de las respuestas con las que afrontar la situación de emergencia que hizo que apareciera el estrés.

“El problema con el estrés surge principalmente cuando las respuestas que el organismo tiene preparadas ante la presencia de un estresor determinado son inadecuadas o no se utilizan quedando preparadas. La actividad de preparación para la respuesta exige demasiado al cuerpo y hay un desgaste que mientras más tiempo dure y/o más frecuentemente se presente, más daño hace al cuerpo y a la mente del individuo”.

“La necesidad de un deportista de adaptarse al grupo, la ausencia de intereses, de objetivos personales y colectivos, la no aceptación y la inadaptación al propio rol, la percepción subjetiva de fracaso, la falta de control por la situación, la percepción de ser evaluados por los demás, determinadas conductas y decisiones del entrenador, son situaciones a las cuales se ven sometidos los deportistas de un

equipo, por lo tanto, son fuentes potenciales de estrés que deben tenerse en cuenta, a nivel grupal e individual”³.

La competición en deportes de conjunto o equipo es el pico más alto del trabajo deportivo y por ende para la circunstancia de mayor estrés físico y psicológico, es importante planificar la recuperación posterior. De acuerdo a estas consideraciones, las situaciones de estrés son manifestaciones comunes a todos los atletas y deberán aceptarse y manejarse por ellos con una clara regulación, tanto en sus prácticas, como en competencias para no afectar especialmente los comportamientos y desempeños deportivos.

LA HABILIDAD MENTAL

El alto rendimiento deportivo está condicionado por correctos manejos y regulaciones de los componentes del entrenamiento. Cuando el atleta domina las habilidades físicas, estrategias y técnicas, el entendimiento de las habilidades mentales es complemento indispensable para establecer el éxito.

Un jugador debe encontrar su nivel óptimo de concentración con el objeto de enfocar, centrar y entrar al “Estado de Flujo”. La energía psíquica es la energía y vitalidad de la mente de un jugador durante su desempeño en el deporte. Los jugadores en el punto bajo de la “escala continua de energía psíquica” necesitan inflarse mentalmente para un rendimiento alto, y los jugadores con alta ansiedad necesitan enfocar y tranquilizarse antes del encuentro.

Buceta afirma que en esta característica se incluyen las habilidades psicológicas que pueden favorecer el rendimiento deportivo como son:

³ BUCETA, J.M. y BUENO, A.M. Psicología y salud: control del estrés y trastornos asociados. Madrid: Dykinson. 1995.

- establecimiento de objetivos.
- análisis objetivo del rendimiento.
- ensayo conductual en imaginación.
- funcionamiento y autorregulación cognitivos.

Los aspectos mentales involucrados en la performance, ya sean fortalezas o debilidades, quedan visiblemente expuestos en los ambientes deportivos, donde la presión por ganar es alta e importante. Desde el punto de vista de los investigadores hay una división notoria entre quienes afirman que hay una consistente vinculación entre el estado mental del deportista y su performance real, que generalmente determina si ganan o si pierden en situaciones competitivas y quienes argumentan que la habilidad mental es óptima sólo cuando se tiene buen rendimiento físico-técnico. Se acepta que este estado mental está directamente relacionado con el planteamiento, la visualización y la concreción de objetivos a cumplir durante el entrenamiento y la competencia misma.

La mentalidad ganadora no aparece repentinamente en el momento de competencia, tampoco es necesariamente consecuencia de un arduo y progresivo entrenamiento físico, técnico y táctico. Se debe desarrollar a partir de entrenamiento consistente y trabajo sobre objetivos que se vinculen con los restantes componentes, reconociendo que las variables psicológicas, al igual que el resto por ejemplo las físicas, se aprenden con entrenamiento continuo y sistematizado.

Esta perspectiva se cimienta a partir de las siguientes premisas:

- El componente mental no se aísla y trabaja separadamente de los otros elementos críticos que posibilitan el desarrollo de máximas performances.
- El aspecto mental de la performance debe considerarse una habilidad, que se

puede aprender y desarrollar como cualquier otra habilidad.

INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO

La influencia de la evaluación del rendimiento se propone como el punto de partida para la toma de decisiones en la intervención para el logro de objetivos y procedimientos deportivos. Contiene información útil para la valoración en cuanto la técnica y la táctica como estrategia de deporte. Permite mediante valoraciones y análisis, la comparación de los distintos elementos del programa con parámetros o puntos de referencia previamente determinados para la integración del acervo de información útil en cada momento a la toma de decisiones.; es así como en definitiva, la evaluación determina la importancia y/o valor de la información recolectada, es decir, clasifica a los testados, refleja el progreso del alumno, o del deportista, además indica si los objetivos están siendo alcanzados o si no se están logrando.

La Universidad Pablo de Olavide, propuso “el análisis de las variantes más relevantes que condicionan el rendimiento deportivo en una modalidad deportiva concreta desde diferentes vertientes condicionantes de las conductas motrices”.

Luego de su realización, se verificó y se ajustó la idoneidad de las variables elegidas como predictivas, es así como la información facilita la toma de decisiones a los técnicos deportivos sobre la idoneidad del efecto generado por el proceso de entrenamiento seguido, permitiendo ajustar individualmente en el posterior ciclo de entrenamiento tanto las cargas como los ejercicios propuestos para la mejora del rendimiento deportivo.

Las cargas de entrenamiento realizadas por atletas, originan una gradual acumulación de fatiga que activa procesos de adaptación que pretenden mejorar la capacidad de rendimiento del deportista.

El conocimiento de los efectos que la carga genera sobre el rendimiento en cada momento posibilita el ajuste del proceso de entrenamiento programado. Posibilitar la determinación de la menor carga posible que surta un mayor efecto sobre el rendimiento en cada situación se constituye en una meta definitiva del desarrollo específica de cada deporte; es por esto que los avances científicos buscan descubrir para cada modalidad deportiva parámetros óptimos de carga en cada situación específica.

Esta búsqueda implica reconocer los ejercicios fundamentales para incrementar el rendimiento, encontrar la intensidad óptima de trabajo y su variabilidad, la cantidad de veces que debe trabajar durante una sesión y su frecuencia. En definitiva, se requiere establecer un método óptimo de trabajo en función del deporte, el atleta y el momento.

“El proceso de evaluación tiene como objetivo tratar de identificar la conducta objeto de estudio en las diferentes variables de respuesta así como aquellas que las mantienen o las controlan. No se reduce, por tanto, a un simple análisis sino que ha de centrarse en las relaciones que las personas establecen con su medio físico, biológico y social. Por ello, la Psicología del Deporte debe evaluar el contexto deportivo que incluye a los deportistas, entrenadores, jueces, directivos, familiares, espectadores y medios de comunicación. Tanto en el ámbito profesional aplicado como en la investigación más rigurosa, la disponibilidad de herramientas fiables de recogida de información y análisis, se ha ido convirtiendo en una condición para el avance de esta disciplina”.

Un claro ejemplo de la dinámica relacional de esta variable se observó en la investigación “Estudio comparativo de los niveles medidos por el CPRD entre dos grupos etéreos de las divisiones menores de dos equipos de fútbol de primera división”. Tras el análisis de las variables, la relación de la influencia de la evaluación con el control del estrés, concluyó que jugadores que obtienen

puntuaciones más altas en control del estrés van a afrontar mejor la ansiedad generada al ser evaluado socialmente. También, se guardó relación con la motivación, aclarando que a mayores niveles de influencia de la evaluación, se propician también mayores niveles de motivación entre los futbolistas. El investigador referido apuesta por la importancia que tiene el impacto de situaciones estresantes propias de la competición deportiva y la evaluación del mismo por parte de otras personas o del propio deportista.

Concepto de deporte

El deporte es un juego o actividad reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que mejora la condición física y psíquica de quien lo practica y tiene propiedades recreativas que lo diferencian del simple entretenimiento.

Etimológicamente se considera que viene de deportare como infinitivo del verbo deporto, are, avi, atum (de, porto). En su acepción de derecho dice: der deporte, placer, entretenimiento. Este origen latino, posteriormente pasará a las lenguas romances formando: en castellano, depuerto del antiguo deportarse, divertirse haciendo algo, en francés, deport; en italiano deportare; en inglés, disport, juego, jugar.

Para el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, deporte es una actividad física ejercida como juego o competición cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas. Por otra parte, la Carta Europea del Deporte lo define como: Todas las formas de actividades físicas que mediante una participación organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición de todos los niveles.

Una última aproximación al concepto general de deporte lo define como “actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un

control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales y/o en cooperación con otro/s, de manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo”.

De acuerdo a estas posturas teóricas es preciso afirmar que el deporte como actividad física específica tiene elementos que se pueden estudiar y desarrollar especializadamente, y entre ellos el psicológico se plasma como componente con alto impacto personal y relacional.

Atendiendo a ello, desde la psicología deportiva se plantea que solo hay deporte cuando ocurren 3 factores: juego, movimiento y agnóstica o competencia.

En cuanto a su carácter de juego, citando a Huizinga se define como el que “en su aspecto esencial, es una acción libre, que se ejecuta y siente como situada fuera de la corriente pero que puede, sin embargo, absorber completamente al jugador, sin que obtenga provecho de ella; por otra parte, esa acción se ejecuta dentro de un espacio y tiempo determinado y se desarrolla según un orden y reglas en los que reina una propensión a rodearse de misterio y a disfrazarse, a fin de separarse del momento habitual⁴”.

En cuanto a la palabra competencia, su significado proviene del latín *competentia* tiene dos grandes vertientes: por un lado, hace referencia al enfrentamiento o a la contienda que llevan a cabo dos o más sujetos respecto a algo. En el mismo sentido, se refiere a la rivalidad entre aquellos que pretenden acceder a lo mismo. Una competencia es la capacidad para responder a las exigencias individuales o

⁴ SAENZ, L. Bañuelos. Vamos a jugar. El juego en Primaria. Publicaciones Universidad de Huelva. 2016.

sociales para realizar una actividad. Cada competencia reposa sobre una combinación de habilidades prácticas y cognitivas interrelacionadas, conocimientos, motivación, valores, actitudes, emociones y otros elementos sociales y comportamentales que pueden ser movilizados conjuntamente para actuar de manera eficaz⁵. Formación docente: hacia una definición del concepto de competencia profesional docente. El concepto de movimiento no se cita como referente en este proyecto.

Clasificación psicológica de los deportes

Riera para clasificar los deportes parte de un modelo interconductual que tiene en cuenta las interrelaciones dadas en la práctica deportiva a partir del nivel de cooperación y oposición con los cuales interactúa el deportista. Esta se divide así:

- Deportes sin oposición ni cooperación: El rendimiento depende principalmente de la relación deportista y los objetos con los que interactúa.

Lo característico de estos deportes es que las ejecuciones de contrincantes y compañeros, aunque presentes en el campo psicológico de deportista, no forman parte de la interacción entre el deportista y los objetos con los que interactúa: la interacción básica se establece entre deportista y los objetos.

- Deportes sin oposición y con cooperación: el rendimiento depende de las interacciones de los deportistas objetos y compañeros. La cooperación puede establecerse entre personas o animales, y para alcanzar un buen rendimiento es necesario una gran compenetración entre ellos, la competición se hace de forma solitaria, y el grupo o los grupos opositores, actúan en su debido momento, y por lo tanto no hay choque directo, ganando el de mejor desempeño.

⁵ PAVIÉ, A. Enfoque basado en competencias: orientaciones sobre sus procedimientos de evaluación. Revista Electrónica de Desarrollo de Competencias (REDEC). 2011. Nº 7 – Vol.1 Universidad de Talca.

- Deportes con oposición y sin cooperación: El deportista, los objetos y los contrincantes forman parte de la interacción. En este tipo de deportes las acciones del contrario tienen una influencia decisiva en el rendimiento.
- Deportes con oposición y con cooperación: la interacción se da entre los deportistas, objetos, compañeros y oponentes. El rendimiento depende del enfrentamiento entre dos cooperaciones. Son los deportes de grupo y de choque.

Cabe resaltar que institucionalmente para que una actividad sea considerada deporte, debe estar avalada por estructuras administrativas y de control reconocidas que se encargan de reglamentarlo como las organizaciones deportivas. El hecho de que alguna actividad no esté reconocida institucionalmente como deporte, no impide que pueda estarlo popularmente, como ocurre con el deporte rural o con los deportes alternativos.

Deportes de conjunto

Se consideran deportes de conjunto "Aquellos deportes en los que se participa o compete en equipo, entendiendo como equipo la unión de varios jugadores para conseguir un mismo objetivo, realizando una serie de acciones reglamentadas en colaboración, cooperación y participación de todos, tratando de vencer la oposición de los contrarios o adversarios que igualmente se organizan en equipo con el mismo fin".

El componente psicológico en los deportes de conjunto

Las prácticas deportivas colectivas expresan un considerable aumento de la tensión emocional, debido a que las características psicológicas de la actividad del deportista están determinadas particularmente por la confluencia de las acciones del juego y la lucha para alcanzar los objetivos de competencia. La relación entre personas, su afinidad o no, el nivel de desempeño, entre otros, ejercerán distintos niveles de influencia para unos y otros.

El entrenamiento de la relajación, las representaciones mentales, el control de la atención y el establecimiento de objetivos a corto plazo constituyen un importante camino para mantener, perder y restablecer los niveles normales de tensión, que el deportista necesita mantener.

El Microfútbol

El microfútbol o fútbol de salón tuvo sus orígenes en la ciudad de Montevideo, Uruguay entre los años 1930 y 1940 a partir de adaptaciones realizadas al fútbol, quien acababa de debutar con su primer campeonato mundial. Adoptado en Brasil gracias a un grupo de profesores de ese país que se encontraban realizando cursos de preparación en educación física en una de las universidades de la capital uruguaya. El microfútbol también denominado fútbol de salón, fue un rotundo éxito en Brasil, de tal manera que fue allí en el año de 1955 donde se organizó la comisión que posteriormente reglamentó el juego.

El fútbol de salón es un deporte de conjunto que se juega con dos equipos de cinco jugadores en cada lado de la cancha, donde cuatro son jugadores y uno es portero, el juego consiste en marcar una anotación por parte de alguno de los dos equipos, el quinteto que anote mayor número de goles gana el partido, pero si al finalizar hay igualdad en el marcador, queda empatado el partido, cada encuentro dura cuarenta minutos, dividido en dos períodos de veinte minutos, con un descanso de diez minutos.

El crecimiento del microfútbol en Colombia es reflejado a partir de los buenos resultados en eventos internacionales durante la última década. Avalando esta información la Asociación Mundial de Fútbol Sala a través de la Federación Colombiana respectiva logró la inclusión de este deporte como invitado en los Juegos Mundiales de 2013 celebrados en Cali Colombia y avalado por el Comité Olímpico Internacional, acercándose así a la participación olímpica.

Para el desarrollo de los objetivos anteriores se tuvo en cuenta la siguiente estrategia metodológica:

Tabla 1. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	INDICADOR	ESCALA	TIPO
Edad Biológica	Tiempo transcurrido desde el nacimiento de un individuo hasta la actualidad.	Años	Razón	Numérica
Formación Académica	Reconocimiento de la formación educativa o profesional que una persona posee tras realizar los estudios.	Título	Nominal	Categórica
Estrato Socio Económico	Utilizado en Colombia para clasificar los inmuebles por nivel de ingresos de una persona o núcleo familiar. Medida para la identificación geográfica de sectores con distintas características socioeconómicas.	1 bajo - bajo 2 bajo 3 medio bajo 4 medio 5 alto 6 alto - alto	Ordinal	Categórica
Control del estrés	Conjunto de técnicas que tienen la finalidad de equipar a la persona de mecanismos eficaces para afrontar el estrés de entrenar o competir.	Concentración, confianza y tensión.	Nominal	Categórica
Influencia de la evaluación del rendimiento	Variable de estrés específico que constituye un factor muy concreto relacionado con la evaluación y la ansiedad social.	No concentrarse tener ansiedad, dudar sobre hacerlo bien, o sentirse o no motivado.	Nominal	Categórica
Cohesión de grupo	Relación interpersonal con los miembros del equipo, representa el nivel de afiliación social por el grupo o por la tarea a realizar	Multidimensional, dinámica, instrumental, afectiva.	Nominal	Categórica
Motivación	Comprende los factores que ocasionan, canalizan y sustentan la conducta humana en un sentido particular y comprometido.	Motivación de logro, directa e indirecta, intrínseca y extrínseca	Nominal	Categórica
Habilidad mental	Capacidad para interpretar ideas comunicativas, de modo que queden en evidencia las jerarquías de las ideas y se hagan explícitas las relaciones entre ellas.	Establecimiento de objetivos, análisis del rendimiento, conducta de imaginación, autorregulación cognitiva.	Nominal	Categórica

Fuente: Los Autores.

Diseño de la Investigación

El presente estudio de investigación, se enmarcó dentro de un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo de corte transversal; que según Hernández, Fernández y Baptista plantean que “El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población. Por su parte “La investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier persona, comunidad, proceso o fenómeno que se someta a análisis”⁶. El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento.

De acuerdo a estas consideraciones, este estudio se apalancó en el análisis descriptivo de las características psicológicas de los jugadores de microfútbol profesional de los Clubes Real Cafetero del departamento del Quindío, y Pereira Perla del Otún del departamento de Risaralda, teniendo en cuenta su relación con las respectivas variables sociodemográficas que fueron objeto de estudio.

Este enfoque tiene además unas características puntuales, citadas como secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no permite eludir pasos, el orden es riguroso, aunque desde luego se puede redefinir alguna fase.

⁶ HERNÁNDEZ, FERNÁNDEZ Y BAPTISTA. Metodología de la Investigación 5 Edición McGraw Hill. 2011.

Esto posibilita la réplica del estudio y la comparación con otros que aborden el mismo fenómeno.

Tipo de investigación

Los estudios descriptivos miden de manera independiente los conceptos o variables a los que se refieren y se centran en medir con la mayor precisión posible. Para este caso, la recolección de datos de diferentes características psicológicas en función del rendimiento de los jugadores de microfútbol profesional, realizando una caracterización de los mismos. La información recolectada permitió el análisis estadístico de las variables del cuestionario, en relación con las variables socio demográficas empleadas para complementar el mismo.

Teniendo en cuenta el tiempo de medición y análisis de variables, la investigación fue de tipo transversal; puesto que aplicó el proceso de recolección y análisis de la información de las variables durante un momento en el tiempo, abarcando las 5 intervenciones en la temporada competitiva 2013 del torneo de microfútbol profesional. El cuestionario que evaluó las características psicológicas se administró a cada uno de los deportistas a lo largo del periodo de competencia, en fechas de partido y sesiones de entrenamientos regular según el calendario oficial de los clubes referidos por el estudio.

Ruta Metodológica

Para desarrollar el presente ejercicio investigativo de especialización en entrenamiento, se requirió transitar por distintas etapas de la investigación a partir de la concepción de la idea investigativa, pasando por la contextualización, la ejecución, el análisis y la relación, para así soportar la caracterización psicológica de los microfutbolistas de los equipos profesionales Real Cafetero y Pereira Perla del Otún. Se analizaron 5 momentos de cada uno de los equipos profesionales de las ciudades de Armenia y Pereira, al administrarse el cuestionario de

características psicológicas relacionadas con el rendimiento; dos veces en situación de entrenamiento, realizados en días previos a la competencia; correspondiendo estas a la primera y la quinta evaluación y tres veces en situación de competencia justo al iniciar los partidos, (justo antes de los mismos o al terminarlos, de acuerdo a la disponibilidad de los jugadores). El proceso de administración del instrumento, se realizó de manera idéntica con los equipos referidos durante la copa Postobón de Fútbol de Salón 2013, durante el periodo de competencia en los meses junio y julio.

- Para facilitar el análisis de la información se anexaron preguntas sobre datos socios demográficos tales como: Edad cronológica, estrato socioeconómico y formación académica, las cuales se anexaron a la aplicación del instrumento y se incluyen dentro del cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo.
- Se aplicó en la ciudad de Armenia una única prueba piloto del cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo, a los deportistas pertenecientes a la selección de microfútbol de la Universidad del Quindío. Esta con fines de verificación de la preparación de los investigadores para el manejo del instrumento, determinar la confiabilidad y manejo del mismo.
- La validación del cuestionario en Colombia ha sido dada en distintos proyectos investigativos adelantados por varias universidades del país, no obstante, se presentó a juicio de expertos en la universidad del Quindío.
- Previo a la recolección de la información se presentó y se aplicó el consentimiento informado dando cumplimiento de la normativa bioética.
- Se almacenó la información recolectada en Excel office 2010. Para su análisis posterior en el software SPSS 20

- Por último, se construyó el informe final con los resultados de este proceso de investigación.

Población del estudio

Para el desarrollo de la presente investigación la población universo fue conformada por 36 atletas de fútbol sala. 18 microfutbolistas pertenecientes al equipo profesional de futbol de salón Real Cafetero del Quindío y 18 microfutbolistas pertenecientes al equipo profesional de futbol de salón Pereira Perla del Otún de Risaralda.

Muestra del estudio

La muestra utilizada como objeto de estudio en la presente investigación fue dada por los 20 microfutbolistas que más participación alcanzaron a lo largo del campeonato profesional, representados en 10 jugadores (2 porteros y 8 jugadores de campo) de cada uno de los clubes profesionales participantes de esta investigación.

Esta depuración dada a la selección de los participantes se determinó de acuerdo al análisis previo de la participación efectiva de los jugadores en partidos oficiales y al juicio emitido por los técnicos de los respectivos clubes en cuanto a la asignación de nómina y posición de jugadores titulares y regulares.

Técnicas e instrumentos de recolección de la información.

La encuesta

En este proyecto de investigación se empleó la encuesta, definida como un estudio observacional en el que el investigador busca recaudar datos por medio de un cuestionario previamente diseñado, sin modificar el entorno ni controlar el proceso que está en observación (como sí lo hace en un experimento). “Los datos se obtienen realizando un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una

muestra representativa o al conjunto total de la población estadística en estudio, integrada a menudo por personas, empresas o entes institucionales, con el fin de conocer estados de opinión, características o hechos específicos”⁷.

Los instrumentos de la encuesta son: La entrevista y el cuestionario.

Inicialmente se trabajó la entrevista. Esta se basa en un dialogo, dirigido por el entrevistador, encaminado a obtener información sobre el tema investigado; el dialogo implica, en este caso, diversas interrogaciones planteadas al microfutbolista entrevistado.

Sus etapas de desarrollo son: preámbulo; en esta etapa, el entrevistador comienza por prepararse sobre el tema que va abordar, manejo; esta segunda etapa, apunta hacia la actitud y amabilidad del entrevistador, esto generara confianza en el entrevistado, conclusiones; una vez obtenida la información necesaria, se procede a concluir la entrevista, siempre con una actitud amable y de agradecimiento al entrevistado.

Acto seguido se aplicó la encuesta. Por medio de la encuesta se obtuvieron los datos de interés sociodemográfico (edad cronológica, estrato socioeconómico y formación académica). La ocupación laboral actual fue consultada en la entrevista, pero no fue tabulada en este estudio como variable sociodemográfica; se consultó para establecer intereses y necesidades de los deportistas en la actualidad, considerando sus prioridades económicas, profesionales y de responsabilidad con el núcleo familiar. La aplicación de esta técnica permitió mejorar la correlación de variables al recaudar información referente a aspectos subjetivos, permitiendo completar datos estandarizados para un análisis posterior, obteniéndose una importante cantidad de datos de manera rápida y económica.

⁷ Wikipedia. Encuesta. 2014. Recuperado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Encuesta>

El cuestionario

El cuestionario es un procedimiento considerado clásico en las ciencias sociales para la obtención y registro de datos. Su versatilidad permite utilizarlo como instrumento de investigación y como instrumento de evaluación de personas, procesos y programas de formación. Es una técnica de evaluación que puede abarcar aspectos cuantitativos y cualitativos. Su característica singular radica en que para registrar la información solicitada a los mismos sujetos, ésta tiene lugar de una forma menos profunda e impersonal, que el "cara a cara" de la entrevista.

La finalidad del cuestionario es obtener, de manera sistemática y ordenada, información acerca de la población con la que se trabaja, sobre las variables objeto de la investigación o evaluación. Se considera que al utilizar esta técnica, el evaluador y el investigador, tienen que considerar dos caminos metodológicos generales: estar plenamente convencido de que las preguntas se pueden formular con la claridad suficiente para que funcionen en la interacción personal que supone el cuestionario y dar todos los pasos posibles para maximizar la probabilidad de que el sujeto⁸.

Para la recolección de la información se utilizó el cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo C.P.R.D. (Fernando Gimeno, José María Buceta, María Del Carmen Pérez Llanta), el cual determina los niveles de motivación, cohesión grupal, influencias de la evaluación en el rendimiento, control de estrés y habilidad mental. Su evaluación está determinada por distintas escalas que establecieron de cero (0) a cuatro (4), cuáles fueron los comportamientos psicológicos de los deportistas, para de esta forma determinar sus manifestaciones frente a los comportamientos deportivos y sociales en cada uno de ellos. La validación de este cuestionario se realizó con anterioridad en investigaciones previas de las universidades de Caldas y Quindío resaltándolo así

⁸ FOX, D. J. El proceso de investigación en Educación. En D. J. Fox, El proceso de investigación en Educación. Pamplona: Eunsa. 1981.

como herramienta de aporte importante al campo de la psicología deportiva.

PRINCIPIOS ÉTICOS

A partir de lo establecido en el protocolo de Helsinki que plantea, que cuando se realiza una investigación en seres humanos, las consideraciones relacionadas al bienestar del ser humano deben anteponerse a los intereses de la ciencia y de la sociedad y siguiendo lo reglamentado en la Resolución 8430 de 1993 emanada del Ministerio de Salud, se consideraron los siguientes referentes:

Título II. De la investigación en seres humanos.

Capítulo 1. De los aspectos éticos de la investigación en seres humanos.

Artículo 5. En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar.

ARTICULO 6. La investigación que se realice en seres humanos se deberá desarrollar conforme a los siguientes criterios:

c. Se realizará solo cuando el conocimiento que se pretende producir no pueda obtenerse por otro medio idóneo.

d. Deberá prevalecer la seguridad de los beneficiarios y expresar claramente los riesgos (mínimos).

e. Contará con el Consentimiento Informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la presente resolución.

g. Se llevará a cabo cuando se obtenga la autorización: del representante legal de la institución investigadora y de la institución donde se realice la investigación; el Consentimiento Informado de los participantes; y la aprobación del proyecto por parte del Comité de Ética en Investigación de la institución.

ARTICULO 7. Cuando el diseño experimental de una investigación que se realice en seres humanos incluya varios grupos, se usarán métodos aleatorios de selección, para obtener una asignación imparcial de los participantes en cada grupo, y demás normas técnicas determinadas para este tipo de investigación, y se tomarán las medidas pertinentes para evitar cualquier riesgo o daño a los sujetos de investigación.

ARTICULO 8. En las investigaciones en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo, sujeto de investigación, identificándolo solo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice.

Reconociendo este articulado, por ser un estudio específico para población de deportistas, al tratarse de preguntas relacionadas con sus procesos de desempeño, se solicitó la firma del Consentimiento Informado.

Lo referido exclusivamente a la parte psicológica se encuentra reflejado en la ley 1090 de 2006, por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología. Dentro de su capítulo 1, se mencionan los principios generales del código deontológico y bioético para el ejercicio de la profesión de psicología.

Por lo tanto se reglamenta la conducta profesional, en el ejercicio de la psicología en cualquiera de sus modalidades, proporcionando principios generales que ayuden a tomar decisiones informadas en la mayor parte de las situaciones con las cuales se enfrenta el profesional de la psicología, fundamentado en los principios de beneficencia, no maleficencia, autonomía, justicia, veracidad,

solidaridad, lealtad y fidelidad, además de las contempladas en la presente ley.

El ejercicio de la profesión de psicología debe ser guiado por criterios, conceptos y elevados fines que propendan a enaltecer su profesión; por lo tanto, están obligados a ajustar sus actuaciones profesionales a las disposiciones de las siguientes normas que constituyen su código deontológico y de bioética.

Criterios de inclusión.

Para garantizar un adecuado proceso, ésta investigación consideró los siguientes criterios de inclusión:

- Que la participación de cada microfutbolista en este estudio fuera avalada por el club profesional Real Cafetero y Pereira Perla del Otún FSC según el caso.
- Que los entrenadores avalaran la selección de los microfutbolistas de acuerdo a su posición de juego y nivel de participación en el certamen oficial.
- Que los microfutbolistas no se encontraran suspendidos, ni con incapacidad médica.
- Que los jugadores pertenecieran a la categoría abierta de sus respectivos clubes profesionales, teniendo inscripción reglamentaria para avalar su participación en la copa profesional de microfútbol Postobón 2013.

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Las diferentes variables fueron tratadas y almacenadas en la base de datos Excel 2010; donde se asignaron valores de codificación a cada una, para posteriormente someterlas cuando fuera el caso a un procedimiento estadístico en el software

IBM SPSS versión 20.0.

Inicialmente se realizó un análisis univariado de las variables sociodemográficas determinando estadística descriptiva como frecuencias, medidas de tendencia central: promedio y medidas de dispersión como la desviación estándar en los clubes de fútbol sala profesional Real Cafetero y Pereira Perla del Otún FSC.

Posteriormente se analizaron descriptivamente las cinco variables características psicológicas del rendimiento de los dos clubes profesionales, seguidamente se desarrolló un análisis comparativo del comportamiento de las variables a partir de una correlación sencilla de sus resultados estadísticos en función de los resultados de la aplicación del cuestionario de características.

1. VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

1.1 LA EDAD

Definida para esta investigación como el tiempo transcurrido de años y meses que ha vivido cada uno de los jugadores.

Tomando el Club Real Cafetero como primer referente en éste estudio, se presenta la tabla 2 donde se muestra las edades de los jugadores y su promedio.

Tabla 2. Promedio de edades Club Real Cafetero

EDADES DE LOS JUGADORES CLUB REAL CAFETERO		
Jugador	Edad	% Representado
Jugador 1	21,6	10,00
Jugador 2	21,8	20,00
Jugador 3	22,2	30,00
Jugador 4	25,0	40,00
Jugador 5	25,6	50,00
Jugador 6	26,4	60,00
Jugador 7	26,4	70,00
Jugador 8	27,2	80,00
Jugador 9	29,4	90,00
Jugador 10	30,2	100,00
Edad Promedio	25,58	

Fuente: Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento.

La distribución de la edad en años de los jugadores que mayor regularidad tienen en su participación por parte del club profesional de microfútbol Real Cafetero se encuentra en el rango 20 a 30 años, representando al 100% de la población. Este rango de edad se considera ideal para los microfutbolistas, ya que después de la

década de los 30, el mantenimiento de la condición física y la forma deportiva se empieza a dificultar para un buen número de jugadores. La capacidad funcional podrá mantenerse elevada, pero se necesitará de más trabajo con el aumento progresivo de la edad biológica. Esta necesidad de trabajar fuerte implica un riesgo latente de lesiones deportivas.

A partir de la media para la edad, se determinó que la población se distribuye en dos rangos de edades. Un primer rango que representa el 50% para jugadores con edades comprendidas entre 20 y 25 años. Un segundo rango que representa el 50% restante para jugadores con edades comprendidas entre 26 y 30 años. El promedio de edad de los jugadores regulares es de 25.58 años.

De acuerdo a estas consideraciones psicobiológicas, la vida deportiva de los microfutbolistas en su etapa de rendimiento puede alcanzar los 35 años, considerándose joven un jugador de hasta 25 años, maduro un jugador de hasta 30 años, mayor un jugador de hasta 35 años y viejo un jugador de más de 35 años.

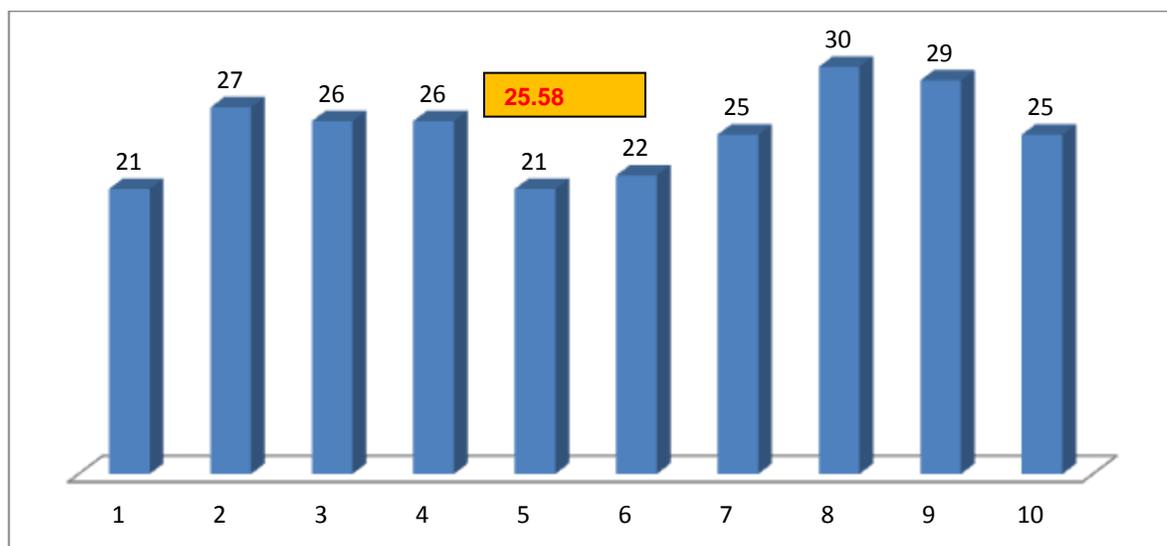
Esta apreciación indicó que del 100% de los jugadores, un 50% está sobre 25 años que representan la mediana, 30% tienen al menos tres años para alcanzar la escala de 30 años y 20% está alcanzando este rango, elevando el promedio de edad general. De acuerdo a ello, el club cafetero se halla exactamente en el límite divisorio entre un club joven y uno maduro, mostrando que es un equipo con una equilibrada distribución de esta variable.

Respecto a esta variable sociodemográfica, es importante destacar que la frecuencia de actividad física disminuye con la edad, y que está relacionada con la autoeficacia motriz (Hernández, 2008). Esta relación se establece debido a que las exigencias que requiere el deporte no se cumplen igual en deportistas jóvenes, al principio de la adultez o en una etapa avanzada de la misma, donde decrece el

rendimiento pese a los esfuerzos que se hagan para evitarlo. Como ejemplo claro Castellanos en 2011 afirmó que “encontramos la situación de los deportistas de élite, que se dedican al rendimiento del deporte que practican hasta la mitad de la adultez (35 años) y a partir de ahí se retiran y las actividades que practican son más de ocio”⁹. En este sentido la disciplina del entrenamiento del deportista y su cuidado desde las primeras etapas, junto a sus condiciones genéticas, representan aspectos preponderantes a la hora de mantener y prolongar tanto la forma deportiva, como la carrera deportiva hasta la mayor edad posible.

La siguiente gráfica muestra la distribución de la edad de los jugadores para el club anteriormente referido.

Gráfica 1. Edades de jugadores Club Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

Tomando el Club Perla del Otún como segundo referente en este estudio, se presenta la tabla 3. Donde se muestra las edades de los jugadores y su promedio.

⁹ PICABEO Mikel. La prescripción de la actividad físico-deportiva según la edad. Facultad de Ciencias de Actividad Física y el Deporte (FAFD). Universidad del País Vasco (UPV-EHU). 2012.

Tabla 3. Promedio de edades Club del Otún

CLUB PERLA DEL OTÚN EDADES DE LOS JUGADORES		
Jugador	Edad	% Representado
Jugador 1	22,6	10,00
Jugador 2	22,8	20,00
Jugador 3	23,2	30,00
Jugador 4	23,2	40,00
Jugador 5	23,6	50,00
Jugador 6	23,6	60,00
Jugador 7	26,8	70,00
Jugador 8	28,4	80,00
Jugador 9	32,6	90,00
Jugador 10	42,4	100,00
Edad Promedio	26,92	

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

La distribución de la edad biológica en jugadores regulares del club Pereira Perla del Otún, como club profesional de microfútbol, evidenció una distribución más amplia, con edades comprendidas entre 22 y 42 años, abarcándose 2 décadas.

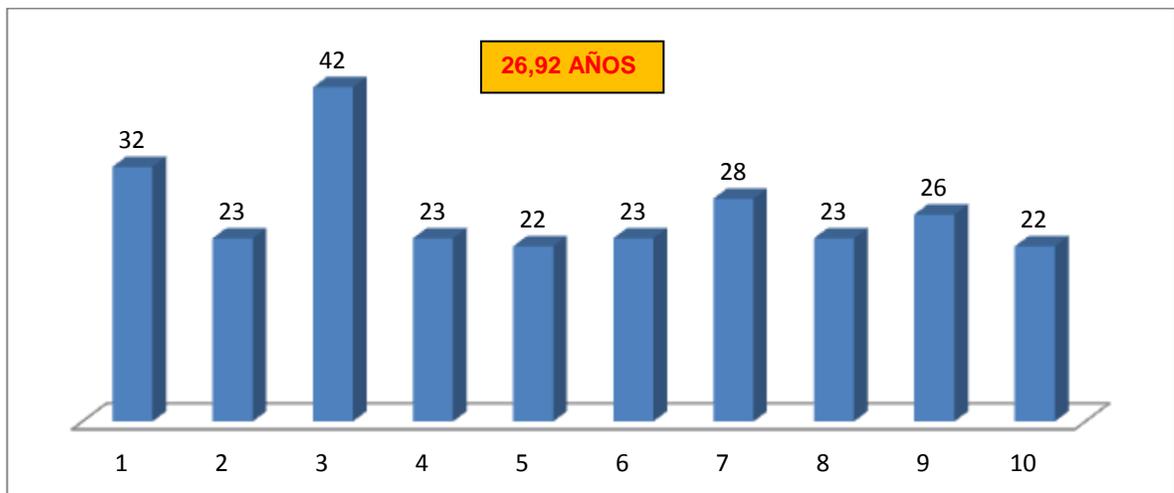
De acuerdo a ello, se establecieron cinco rangos de edades distribuidos por lustros (rangos de 5 años). Un primer rango que representa el 60% para jugadores con edades comprendidas entre 20 y 25 años. Un segundo rango que representa el 20% para deportistas con edades comprendidas entre 26 y 30 años. Un tercer rango que representa el 10% para jugadores con edades comprendidas entre 31 y 35 años, un cuarto rango que representa el 0% para jugadores con edades comprendidas entre 36 y 40 años y un quinto rango para jugadores con edades comprendidas entre 41 y 45 años. El promedio de edad encontrado fue de 26.9 años dejando al equipo fuera de la clasificación joven.

Es importante destacar que el jugador encontrado dentro del rango de edad 41 a 45 años se desempeña como portero, posición en la cual el promedio de edad es generalmente mayor al de las demás posiciones de juego, debido a tener menores niveles de esfuerzo cardiovascular. No obstante, su edad podría ser un condicionante para el correcto desempeño deportivo en acciones relacionadas con la velocidad de reacción.

Haber encontrado deportistas en este rango de edad se considera relevante para el análisis de datos, ya que aunque el promedio de edad del equipo fue de 26.9 años, se hallaron 2 jugadores con edades significativamente por encima del promedio. Inicialmente un jugador regular de campo 6 años sobre el promedio y seguidamente un portero, 15,3 años arriba del promedio. Estos 2 casos que representan sólo el 20% de las edades del seleccionado, significan un aumento drástico en la media, que en los restantes jugadores está conformada por jóvenes.

La gráfica 2 muestra la distribución de la edad de los jugadores para el club pereirano.

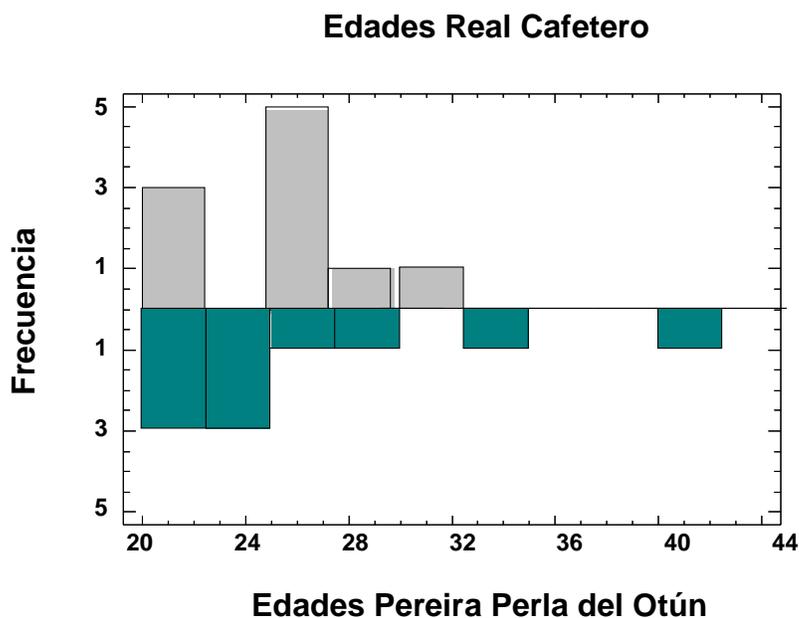
Gráfica 2. Edades Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

Al realizar un comparativo, se halló una diferencia de 1,34 años en los promedios de edad con valores de 25,58 y 26,92 respectivamente, aunque este dato no es significativo para la relación, si lo es para determinar si los clubes están en un rango de edad promedio normal al compararse con la media para este deporte profesional. En este caso, aunque Perla del Otún tiene un par de jugadores con muchos años por encima del promedio, el análisis de frecuencia establece que es un equipo joven. El promedio de edad para toda la población analizada se estableció en 26, 25 años. El siguiente ilustración (3) muestra esta relación.

Gráfica 3. Edades Real Cafetero Vs Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento aplicado a jugadores de los clubes Real Cafetero y Perla del Otún.

Un 45% de la población está concentrada en el rango de edad 21 - 23 años, suponiéndose como jugadores de proyección, ya que tendrían una proyección de al menos una década de vida deportiva.

Sólo el 10% están sobre los 30 años, reforzando así la idea de que el deporte

para esta región está caracterizado por deportistas jóvenes. Se establece que al igual que otros deportes, el fútbol sala puede presentar porteros con edades avanzadas.

1.2 EL NIVEL SOCIO ECONÓMICO (NSE)

Es un atributo del hogar que caracteriza su inserción social y económica. Está basado en el nivel de educación, el nivel de ocupación y el patrimonio. Este nivel está dividido en varios segmentos: alto, medio y bajo, pudiendo subdividirse cada uno de estos en alto, medio o bajo, según el caso.

Para los jugadores del club Real Cafetero este nivel está representado en tres estratos BAJO-BAJO, BAJO Y MEDIO, correspondientes a los estratos 1, 2 y 3.

Tabla 4. Nivel socio económico Club Real Cafetero

Jugador	Estrato		% Representado
Jugador 1	1	BAJO BAJO	10,00
Jugador 2	1	BAJO BAJO	20,00
Jugador 3	1	BAJO BAJO	30,00
Jugador 4	1	BAJO BAJO	40,00
Jugador 5	1	BAJO BAJO	50,00
Jugador 6	2	BAJO	60,00
Jugador 7	2	BAJO	70,00
Jugador 8	2	BAJO	80,00
Jugador 9	2	BAJO	90,00
Jugador 10	3	MEDIO	100,00

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento aplicado a jugadores

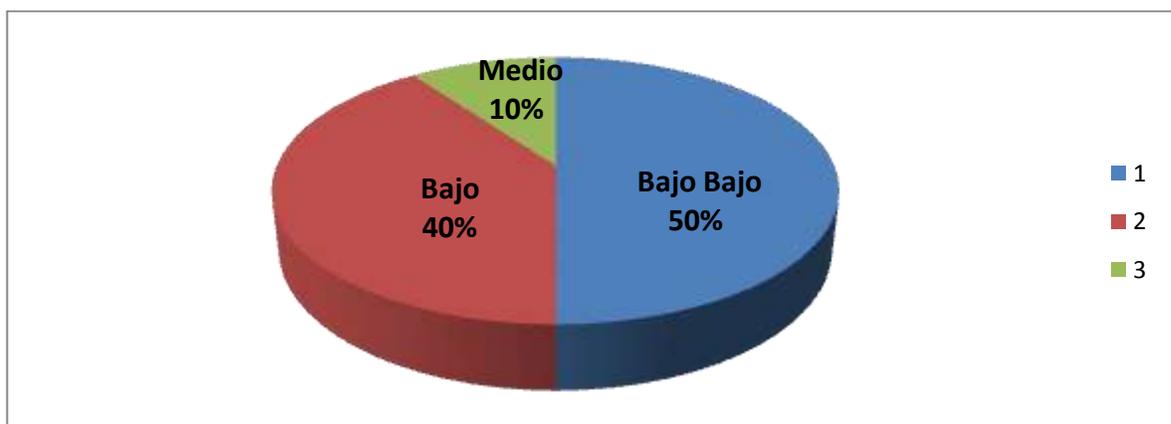
La anterior tabla presenta la distribución por nivel socioeconómico evidenciando que el 90% de la población se ubicó en nivel bajo o bajo bajo.

Sólo un jugador ubicado en el nivel medio representa el estrato 3 que indica una condición económica más favorable con un 10%. Un rango para jugadores de estratos 2 que representan la condición económica baja con el 40% y un rango para jugadores de estrato 1 que representan la condición económica muy baja (bajo-bajo) con 50%. Los estratos, 4, 5 y 6, no se encuentran representados en el gráfico, ya que el club no posee ningún deportista que haga parte de los mismos.

El análisis descriptivo evidenció que en general los deportistas son de estratificación muy baja (bajo- bajo) y baja, encontrándose cinco microfutbolistas de estrato uno (1), cuatro microfutbolistas de estrato dos (2) y sólo un microfutbolistas de estrato tres (3), lo que se supuso tiene influencia negativa sobre la calidad de sus condiciones básicas de vida como sujetos y deportistas, pudiéndose ver afectadas las condiciones de salud, nutrición e incluso de afectividad en su vida familiar o personal.

Así mismo, esta condición de vida supone una obligatoriedad en el cumplimiento de disciplina deportiva, ya que al ser profesionales, constituye parte fundamental de sus ingresos, de la que se depende para el mantenimiento personal y familiar.

Gráfica 4. Estratificación económica Club Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

En resumen el 50% de jugadores pertenecen a estratificación bajo bajo, el 40% a la baja y sólo el 10% a estratificación media, como se mostró en el anterior gráfico.

Por otra parte, para los diez jugadores participantes en este estudio por parte del club Pereira Perla del Otún, la variable sociodemográfica Estratificación económica, está representada en cuatro estratos a saber:

BAJO BAJO, correspondiente al nivel 1.

BAJO, correspondiente al nivel 2.

MEDIO correspondiente al nivel 3.

MEDIO ALTO, correspondiente al nivel 4 respectivamente.

Tabla 5. Nivel socio económico Club Perla del Otún

Jugador	Estrato		% Representado
Jugador 1	1	BAJO BAJO	10,00
Jugador 2	2	BAJO	20,00
Jugador 3	2	BAJO	30,00
Jugador 4	2	BAJO	40,00
Jugador 5	3	MEDIO	50,00
Jugador 6	3	MEDIO	60,00
Jugador 7	3	MEDIO	70,00
Jugador 8	3	MEDIO	80,00
Jugador 9	3	MEDIO	90,00
Jugador 10	4	MEDIO ALTO	100,00

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

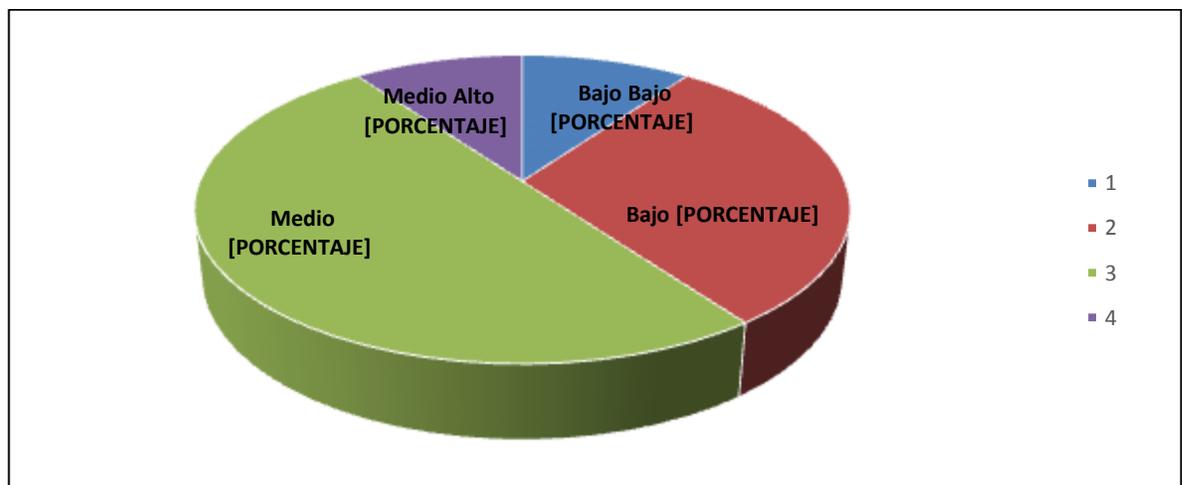
Un primer rango para jugadores de estrato uno (1) que indicaron una condición económica bajo bajo para un 10% de la población.

Un segundo rango para jugadores de estrato dos (2) que representaron la

condición económica baja del 30% de la población. Un tercer rango para jugadores de estrato tres (3), que representaron la condición económica media del 50% de la población. Un cuarto rango para jugadores del estrato cuatro (4) que representaron la condición económica media alto con el 10% de la población. Los estratos cinco (5) y seis (6) no se representaron en el gráfico, ya que el club no posee jugadores que respondan a esta estratificación considerada alta.

Se halló que la mayoría de los deportistas son de estratificación media, lo que en apariencia permitiría disponer de mejores recursos económicos para llevar las obligaciones personales, familiares y deportivas. Solo se halló un jugador de estrato cuatro (4) que representa el 10% de su grupo, hecho que le supone unas condiciones de vida más favorables que inciden en su alimentación, dedicación y condiciones contextuales para la práctica deportiva.

Gráfica 5. Estratificación económica Club Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

El comparativo evidencia una muy marcada presencia del estrato bajo para el club Real cafetero y del estrato medio para el club Risaraldense. En resumen, un 30% de los microfutbolistas profesionales de estos clubes se estratifica en bajo bajo, un

35% de los microfutbolistas de la población se estratifica en bajo, un 30% se estratifica en muy medio y sólo un 5% representado por 1 jugador se estratifica en medio alto. Este es el único caso hallado en toda la población y puede verse como un elemento atípico, ya que se determinó que el 65% de la población comprende el estrato bajo y un 30% el estrato medio.

1.3 FORMACIÓN ACADÉMICA

La formación académica remite a ese apartado del currículum profesional que describe la trayectoria formativa de una persona. Refleja una línea temporal a lo largo de la que la persona ha podido cursar estudios determinados, enmarcados en la formación técnica, profesional o tecnológica.

La tabla 6 muestra la distribución de la formación académica alcanzada por los jugadores del Club Real Cafetero.

Tabla 6. Formación académica Club Real Cafetero

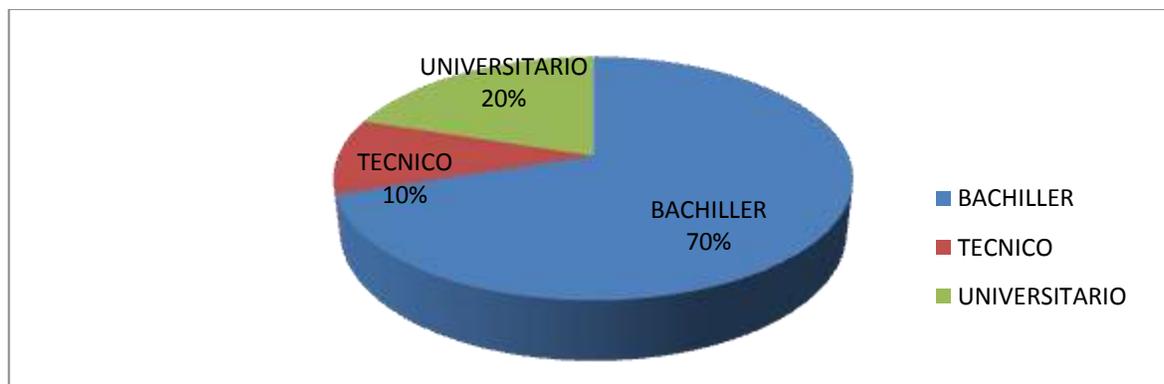
CLUB REAL CAFETERO FORMACIÓN ACADÉMICA		
Jugador	Nivel formativo	% Representado
Jugador 1	3-UNIVERSITARIO	10%
Jugador 2	3-UNIVERSITARIO	20%
Jugador 3	2-TECNICO	30%
Jugador 4	1-BACHILLER	40%
Jugador 5	1-BACHILLER	50%
Jugador 6	1-BACHILLER	60%
Jugador 7	1-BACHILLER	70%
Jugador 8	1-BACHILLER	80%
Jugador 9	1-BACHILLER	90%
Jugador 10	1-BACHILLER	100%

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

En cuanto a la formación académica en el club Real Cafetero se encontró solo un deportista con formación técnica, se hallaron dos microfutbolistas con formación universitaria. Se halló que el 70% de los jugadores regulares sólo han alcanzado el nivel de bachilleres. Al encuestar estos deportistas 2 de ellos (representando el 20%), manifestaron que adelantan estudios de Licenciatura en educación física porque es una de las pocas ofertas académicas de la región que les permite mantenerse vinculados a la academia y cumplir con sus obligaciones como jugadores profesionales. Los restantes deportistas no manifestaron interés para continuar estudios. Estos deportistas corresponden a la más baja estratificación, hecho que sumado a su deseo manifiesto de no estudiar da a suponer que ellos tienen la obligación de mantenerse vinculados al equipo profesional como fuente prioritaria de ocupación y remuneración salarial y así mismo como el escenario donde son reconocidos como profesionales.

El gráfico 6 detalla el alto porcentaje de deportistas con formación como bachiller, que sumados a la formación universitaria y técnica, evidenció un 100% de deportistas con algún tipo de formación académica. Cabe resaltar que quienes adelantan estudios han logrado combinar adecuadamente las responsabilidades deportivas con las académicas.

Gráfica 6. Formación académica Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

Por otra parte, la tabla 7 muestra la distribución de la variable formación académica, alcanzada por los jugadores del Club Perla del Otún. En esta se evidenció una formación diversificada entre los componentes técnicos, de bachiller y universitario.

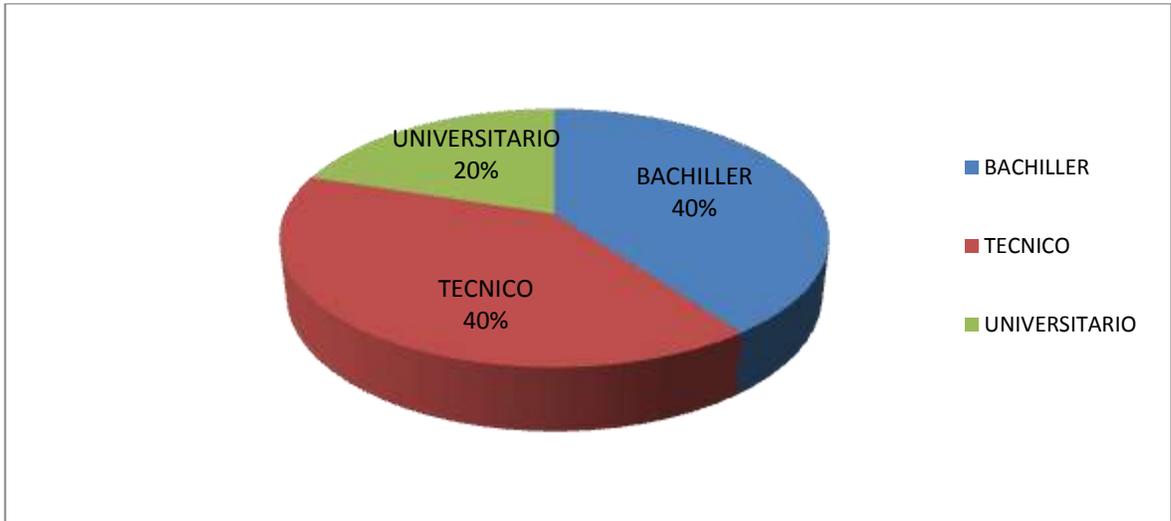
Tabla 7. Formación académica Club Perla del Otún

CLUB PERLA DEL OTUN FORMACIÓN ACADÉMICA		
Jugador	Nivel formativo	% Representado
Jugador 1	1-BACHILLER	10%
Jugador 2	3-UNIVERSITARIO	20%
Jugador 3	2-TECNICO	30%
Jugador 4	1-BACHILLER	40%
Jugador 5	2-TECNICO	50%
Jugador 6	1-BACHILLER	60%
Jugador 7	2-TECNICO	70%
Jugador 8	2-TECNICO	80%
Jugador 9	3-UNIVERSITARIO	90%
Jugador 10	1-BACHILLER	100%

Fuente: Autores

Puntualmente se encontraron dos deportistas con formación universitaria, cuatro con formación técnica y cuatro con formación bachiller. Esta descripción indica que de los jugadores regulares el 40% han alcanzado el bachillerato y el 60% han continuado otras instancias de formación, destacándose un 40% con formación técnica del SENA. Estos adelantaron programas vinculados al campo del deporte y la recreación y consideran (según resultados de la encuesta) que su futuro profesional y laboral está en este campo. En general, los encuestados consideraron que este tipo de formación técnica les permite vincular de forma eficiente su quehacer laboral en el área deportiva, con su compromiso como deportistas profesionales activos, constituyéndose en un elemento claramente beneficioso para la estabilidad personal y familiar de los jugadores.

Gráfica 7. Formación académica Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

Esta variable presenta una marcada diferencia en lo referente a la intención formativa en los dos clubes, ya que a nivel porcentual del 70% de bachilleres del club cafetero el 20% adelantan estudios de licenciatura en educación física, quedando un 50% restante que no adelantan estudios, mientras que en el club Perla del Otún solo el 20% no ha continuado estudios luego de ser bachilleres. Se destaca para este club un notorio interés por continuar estudios en el área del deporte.

En resumen para esta variable, se encontró que el 20% de los jugadores de los dos clubes posee formación universitaria, registrándose valores equiparados. El 25% cuentan con formación técnica encontrándose con más frecuencia en el club Risaraldense; y el 55% cuentan con formación bachiller, encontrándose mayoritariamente en el club quindiano. Según este análisis y las respuestas dadas a la encuesta de variables sociodemográficas los microfutbolistas profesionales de Armenia y Pereira, tienen poco interés por la formación universitaria distinta a la deportiva.

2. ANÁLISIS DE VARIABLES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO

Luego de administrar el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento en 5 momentos diferentes para cada uno de los equipos profesionales referidos en esta investigación, se obtuvieron los siguientes análisis.

2.1 ANÁLISIS DE LA MOTIVACIÓN

Este factor según el cuestionario CPRD implica los siguientes contenidos:

- La motivación-interés de los deportistas por entrenar y superarse día a día
- El establecimiento y consecución de metas u objetivos
- La importancia del deporte en relación con otras actividades y facetas de la vida del deportista
- La relación coste/beneficio que para el deportista tiene su actividad deportiva.

Considerando lo expuesto, para el club Perla del Otún se registró la siguiente tabla consignando grupos de 10 datos para cada evaluación y desarrollando 5 evaluaciones en total.

Tabla 8. Evaluación de la motivación Club Perla del Otún

PERLA DEL OTÚN	VALOR MOTIVACION	CENTILES	NIVEL
1	15	25	NORMAL
2	18	45	NORMAL
3	19	50	NORMAL
4	15	25	NORMAL
5	19	50	NORMAL
6	18	45	NORMAL
7	18	45	NORMAL
8	19	50	NORMAL
9	17	40	NORMAL
10	22	60	ALTO
11	24	80	ALTO
12	27	95	ALTO

Tabla 8. (Continuación)

PERLA DEL OTÚN	VALOR MOTIVACION	CENTILES	NIVEL
13	29	95	ALTO
14	31	99	ALTO
15	26	90	ALTO
16	29	95	ALTO
17	27	95	ALTO
18	31	99	ALTO
19	32	99	ALTO
20	24	80	ALTO
21	29	95	ALTO
22	26	90	ALTO
23	30	99	ALTO
24	31	99	ALTO
25	27	95	ALTO
26	29	95	ALTO
27	24	80	ALTO
28	26	90	ALTO
29	27	95	ALTO
30	26	90	ALTO
31	24	80	ALTO
32	29	95	ALTO
33	24	80	ALTO
34	24	80	ALTO
35	26	90	ALTO
36	27	95	ALTO
37	30	99	ALTO
38	26	90	ALTO
39	29	95	ALTO
40	27	95	ALTO
41	18	45	NORMAL
42	18	45	NORMAL
43	26	90	ALTO
44	24	80	ALTO
45	27	95	ALTO
46	18	45	NORMAL
47	19	50	NORMAL
48	29	95	ALTO
49	27	95	ALTO
50	24	80	ALTO

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

La evaluación inicial evidencia mayoritariamente resultados en el rango normal. Las siguientes evaluaciones presentan un aumento en la evaluación registrándose generalmente altas evaluaciones. De acuerdo a lo expuesto para el club Pereira

Perla del Otún FSC, la mayor cantidad de población se ubicó en el rango alto con un 74% mientras que en el rango correspondiente a normal se ubicó el 26% de la población restante. Se resalta que esta variable no tuvo indicadores de valoración baja en ningún momento durante las evaluaciones. Este resultado pudo haber alcanzado mejores indicadores en el porcentaje alto, pero se presume que fue afectado por los bajos resultados deportivos que presentó el club en los partidos regulares de la copa profesional. Lo anterior podría establecer que mantener la motivación por la tarea es un factor principal para cualquier atleta en el ámbito deportivo, ya que desde la teoría favorece positivamente el rendimiento.

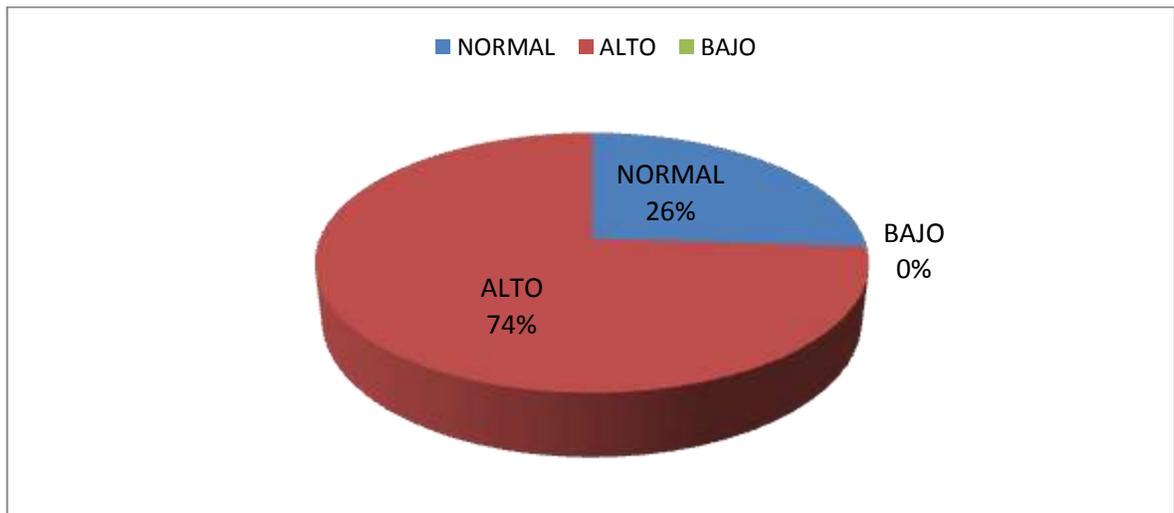
Al respecto “el clima motivacional que implica a la tarea (potencia el esfuerzo y destaca el dominio de la tarea y la mejora personal)” ayudando a las relaciones empáticas de los deportistas que buscan un bien común del grupo; además de fortalecer el comportamiento de las demás características psicológicas. “De esta manera, un clima motivacional a la tarea se asocia, generalmente, con resultados motivacionales positivos tales como la mejora, diversión, interés y superación personal”¹⁰.

Por el contrario, permitir que deportistas entre en desmotivación se traduce en la desestabilización del grupo y la segura aparición de fisuras sobre sus relaciones y como consecuencia vulnerabilidad en las restantes características psicológicas. Así, cuando se presentan dificultades en el juego y resultados adversos se percibe con facilidad un clima motivacional enfocado al ego, “Que enfatiza la comparación interpersonal, la demostración de habilidad normativa y la competición del grupo, pudiendo desencadenar todo ello en resultados motivacionales negativos tales como, sentimientos de ansiedad y/o reducción del esfuerzo, entre otros.

¹⁰ BALAGUER, DUDA, ATIENZA Y MAYO. Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport and Exercise*, 2002. 3, 293-308.

La siguiente gráfica muestra claramente la relación porcentual del comportamiento de la variable en las evaluaciones realizadas.

Gráfica 8. Motivación Perla del Otún



Fuente: Autores

Manteniendo la misma lógica de análisis, la tabla 9 presenta los siguientes datos para el club Real Cafetero.

Tabla 9. Motivación Club Real Cafetero

CLUB REAL CAFETERO	VALOR MOTIVACION	CENTILES	NIVEL
1	20	60	ALTO
2	29	95	ALTO
3	22	70	ALTO
4	28	99	ALTO
5	29	99	ALTO
6	25	85	ALTO
7	20	60	ALTO
8	22	70	ALTO
9	22	70	ALTO
10	19	50	NORMAL
11	19	50	NORMAL
12	26	90	ALTO
13	22	70	ALTO
14	25	85	ALTO
15	24	85	ALTO
16	26	90	ALTO

Tabla 9. (Continuación)

CLUB REAL CAFETERO	VALOR MOTIVACION	CENTILES	NIVEL
17	24	85	ALTO
18	22	70	ALTO
19	18	45	NORMAL
20	24	85	ALTO
21	20	60	ALTO
22	25	85	ALTO
23	24	85	ALTO
24	25	85	ALTO
25	28	99	ALTO
26	26	90	ALTO
27	23	80	ALTO
28	24	85	ALTO
29	21	65	ALTO
30	20	60	ALTO
31	17	40	NORMAL
32	28	99	ALTO
33	22	70	ALTO
34	25	85	ALTO
35	23	80	ALTO
36	28	99	ALTO
37	22	70	ALTO
38	23	80	ALTO
39	20	60	ALTO
40	24	85	ALTO
41	20	60	ALTO
42	28	99	ALTO
43	19	50	NORMAL
44	21	65	ALTO
45	28	99	ALTO
46	24	85	ALTO
47	21	65	ALTO
48	24	85	ALTO
49	16	30	NORMAL
50	21	65	ALTO

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

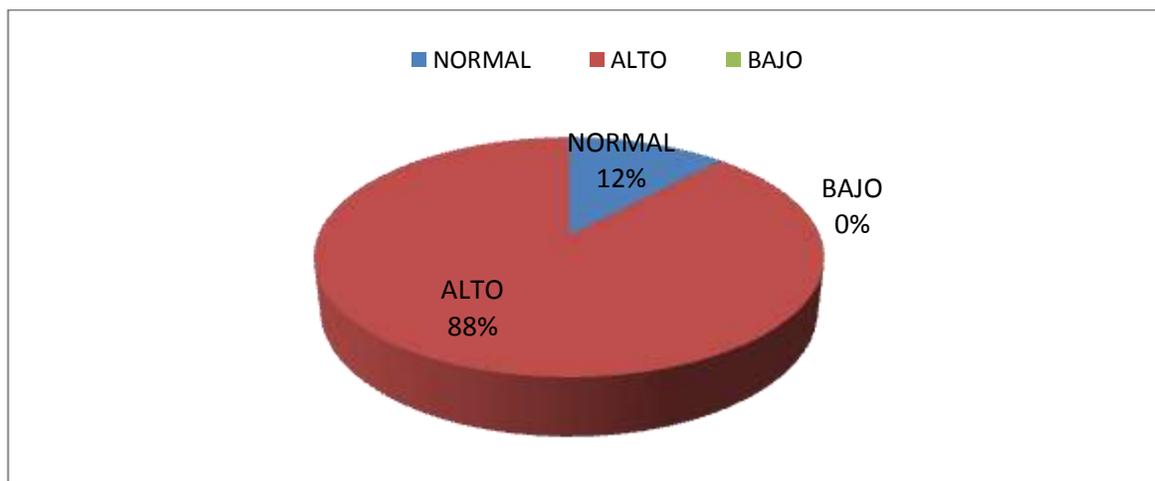
Se determinó que el 88% de los resultados se clasificaron en el rango alto. Esta tendencia positiva de la evaluación proviene posiblemente de una buena campaña en el torneo profesional, resultados positivos y un buen clima motivacional. “Un deportista que practica porque se divierte o porque considera el deporte importante para su vida (salud, relaciones sociales) mostrará más interés, emociones positivas, estados psicológicos óptimos (flow), concentración, esfuerzo,

rendimiento y, ante todo, intenciones de seguir practicando”¹¹ (Isorna M, 2011).

En el siguiente rango, definido como normal se posicionó el 12% de los datos restantes de la muestra. El análisis individual de estos datos, evidenció que la mayoría de los resultados ubicados en el rango normal provinieron de los deportistas con más edad. Evidencia que no pudo determinarse en el club Risaraldense. Sin embargo, al revisar este indicador con la teoría formal, se encontró que la motivación intrínseca tiende a disminuir al aumentarse la edad biológica¹².

La gráfica a continuación refleja la relación porcentual del comportamiento de la variable motivación para las evaluaciones realizadas.

Gráfica 9. Motivación Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

¹¹ ISORNA FOLGAR, Manuel; ALACID CÁRCELES, Fernando; MUYOR RODRÍGUEZ, José María; LÓPEZ-MIÑARRO, Pedro Ángel. Relación entre la motivación y el clima en entrenamiento con adherencia al deporte de alto nivel. Universidad de Vigo; Universidad de Murcia; Universidad de Almería. 2011. ISBN: 978-84-614-9945-8

¹² MACARRO MORENO, J., ROMERO CEREZO, C. y TORRES GUERRERO, J. Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. Revista de Educación, 353. 2010, pp. 495-519

2.2 ANÁLISIS DE LA COHESIÓN DE EQUIPO

Este factor hace referencia a la integración del deportista a su equipo, abarcando los siguientes contenidos:

- Relación interpersonal con los miembros del equipo
- Nivel de satisfacción trabajando con ellos
- Actitud más o menos individualista en relación con el grupo
- La importancia que se le concede al “espíritu de equipo”.

Tabla 10. Cohesión del equipo Real Cafetero

REAL CAFETERO	VALOR COHESION DE EQUIPO	CENTILES	NIVEL
1	20	50	NORMAL
2	18	25	NORMAL
3	17	15	BAJO
4	18	25	NORMAL
5	20	50	NORMAL
6	20	50	NORMAL
7	20	50	NORMAL
8	22	75	ALTO
9	17	15	BAJO
10	20	50	NORMAL
11	20	50	NORMAL
12	20	50	NORMAL
13	17	15	BAJO
14	17	15	BAJO
15	18	25	NORMAL
16	20	50	NORMAL
17	20	50	NORMAL
18	23	85	ALTO
19	20	50	NORMAL
20	24	99	ALTO
21	20	50	NORMAL
22	20	50	NORMAL
23	17	15	BAJO
24	17	15	BAJO
25	19	30	NORMAL
26	20	50	NORMAL
27	20	50	NORMAL
28	21	60	ALTO
29	20	50	NORMAL
30	20	50	NORMAL
31	22	75	ALTO

Tabla 10. (Continuación)

REAL CAFETERO	VALOR COHESION DE EQUIPO	CENTILES	NIVEL
32	20	50	NORMAL
33	18	25	NORMAL
34	17	15	BAJO
35	18	25	NORMAL
36	17	15	BAJO
37	20	50	NORMAL
38	19	30	NORMAL
39	17	15	BAJO
40	20	50	NORMAL
41	20	50	NORMAL
42	22	75	ALTO
43	18	25	NORMAL
44	18	25	NORMAL
45	16	10	BAJO
46	19	30	NORMAL
47	20	50	NORMAL
48	17	15	BAJO
49	18	25	NORMAL
50	17	15	BAJO

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

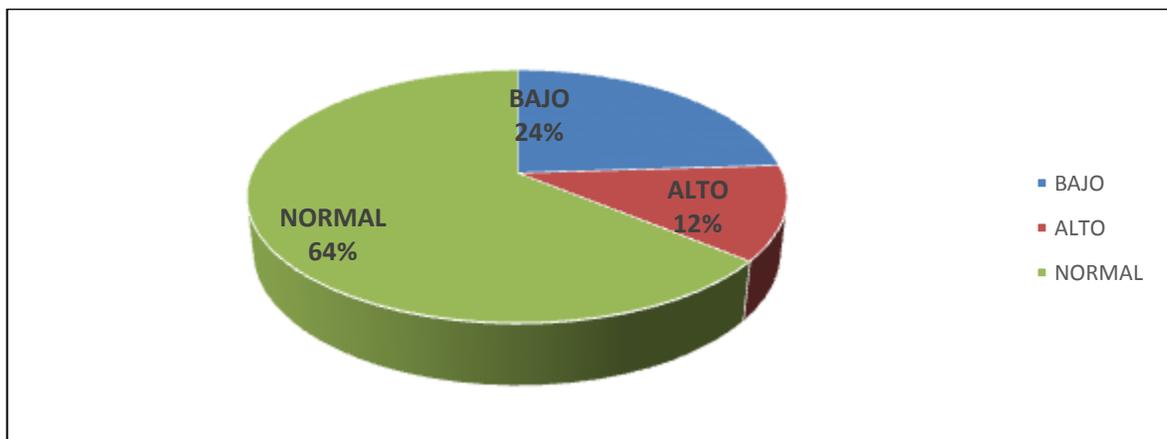
De acuerdo a la tabla anterior en el club quindiano un considerable número de la población tuvo resultados en rango normal representando un 64%. Sólo un 12% de la población representó el porcentaje alto. Complementariamente se halló que el 24% se ubicó en el porcentaje bajo, resaltándose mayoritariamente en los jugadores de funciones complementarias y con participación menos regular en el certamen. En términos generales se encontraron evaluaciones altas, medias y bajas en las 5 lecturas evaluativas realizadas, con visible preponderancia de la evaluación normal. Este resultado indica un aceptable clima relacional entre los jugadores y en menor escala, el reconocimiento del concepto de equipo, lo que se percibe tanto en los entrenamientos observados, como en los partidos, advirtiéndose que el grupo tiene una dinámica saludable en su comportamiento. Tal afirmación cobra sentido teórico desde el modelo de Carron Widmeyer y Brawley¹³, que considera que la cohesión de equipo tiene como fin favorecer la

¹³ CARRON, A. V., WIDMEYER, W. N. y BRAWLEY, L. R. The development of an instrumental to

unión del grupo para alcanzar metas y satisfacer sus necesidades afectivas. Por tanto es un indicador del nivel de unión del grupo sugiriendo que existe una relación directamente proporcional entre la cohesión de equipo y la motivación. Relación considerada a partir de la comparación de los comportamientos de estas variables y la evidencia de los buenos resultados deportivos que presentó el club en los partidos regulares a lo largo del año en la copa profesional Postobón.

El comparativo de tendencias en los resultados altos y bajos, muestra que las evaluaciones bajas doblan a las altas, sin indicar predominio de las bajas sobre la variable. Esto se refleja en la gráfica presentada, encontrándose una tendencia a la normalidad.

Gráfica 10. Cohesión de equipo Club Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

Otra cara para esta variable se encontró para el club pereirano, donde la mitad de la población se ubicó en el rango bajo con un porcentaje del 50%. El rango normal alcanzó un 24% y la valoración alta fue para el 26% de las muestras. Aunque este

assess Psicología del Deporte (Vol. I) – Fundamentos 1 Antonio Hernández Mendo (Coord.) 119 cohesion in sport teams: The group environment questionnaire. Journal of Social Psychology, 1985. 7, 244- 266.

resultado expresa que una cuarta parte de los resultados son altos denotándose como positivos, la lectura general de los mismos indica que se presenta debilidad más recurrentes en los canales comunicativos y relacionales entre los jugadores en cuanto a su función y complementariedad de desempeño y sugiere una fisura en la compenetración entre los jugadores, división que se hace notoria al marcarse enfáticamente una diferencia entre la formación inicial de equipo al momento de competencia (jugadores regulares) y quienes actúan como suplentes, hecho que dificulta que se mantenga un nivel de entendimiento y fluidez en las dinámicas del entrenamiento y de juego, lo que generalmente se reflejó en los bajos niveles de competencia y los pobres resultados alcanzados por el club, no sólo durante la etapa de recolección y análisis de la información de esta investigación longitudinal, sino también a lo largo de la temporada. Los bajos resultados deportivos que acompañaron al club Risaraldense repetidamente en el año 2013 podrían estar relacionados con el poco desarrollo de la cohesión de equipo y su consecuente falta de equilibrio entre líneas de juego.

Tabla 11. Cohesión del equipo Perla del Otún

PERLA DEL OTÚN	VALOR COHESION DE EQUIPO	CENTILES	NIVEL
1	16	30	NORMAL
2	22	85	ALTO
3	15	20	BAJO
4	23	90	ALTO
5	16	30	NORMAL
6	20	65	ALTO
7	11	5	BAJO
8	21	75	ALTO
9	16	30	NORMAL
10	20	65	ALTO
11	11	5	BAJO
12	19	55	ALTO
13	14	20	BAJO
14	24	99	ALTO
15	14	15	BAJO
16	13	10	BAJO
17	23	90	ALTO
18	23	90	ALTO
19	14	15	BAJO
20	13	10	BAJO
21	18	45	NORMAL

Tabla 11. (Continuación)

PERLA DEL OTÚN	VALOR COHESION DE EQUIPO	CENTILES	NIVEL
22	11	5	BAJO
23	14	15	BAJO
24	15	20	BAJO
25	11	5	BAJO
26	16	30	NORMAL
27	17	35	NORMAL
28	21	75	ALTO
29	14	15	BAJO
30	18	45	NORMAL
31	14	15	BAJO
32	19	55	ALTO
33	17	35	NORMAL
34	21	75	ALTO
35	22	85	ALTO
36	14	15	BAJO
37	14	15	BAJO
38	13	10	BAJO
39	14	15	BAJO
40	14	15	BAJO
41	13	10	BAJO
42	14	15	BAJO
43	13	10	BAJO
44	16	30	NORMAL
45	17	35	NORMAL
46	14	15	BAJO
47	17	35	NORMAL
48	14	15	BAJO
49	16	30	NORMAL
50	13	11	BAJO

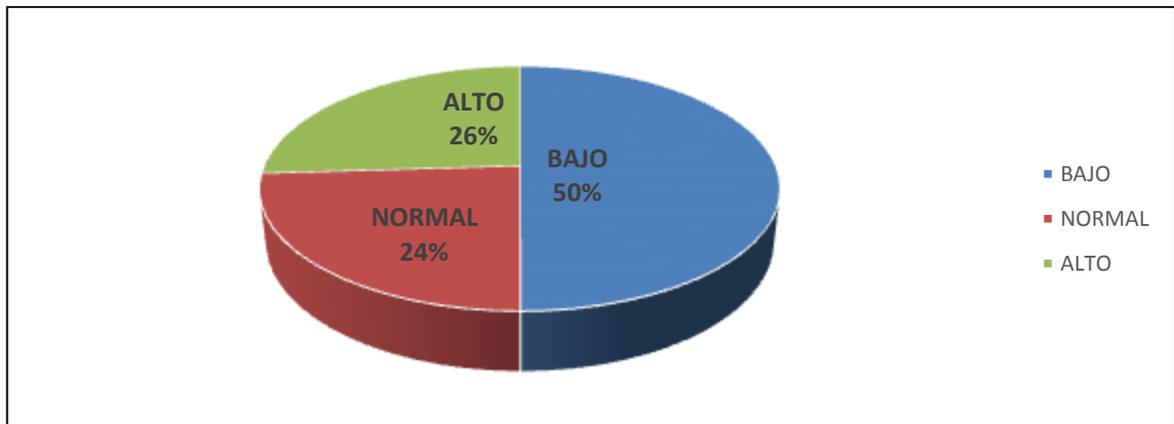
Fuente: Autores

Se puede expresar que aunque el 26% de los resultados de la variable cohesión de equipo sean altos, el 74% restante comprendido para las valoraciones media y baja es determinante, ya que se tipifican las conductas individuales excesivas, las acciones alejadas de los objetivos propuestos y se dificulta la toma de decisiones colectivas por la pérdida de comunicación de calidad. González afirma que “un equipo disgregado, que es prácticamente lo mismo que una ausencia de equipo. Aquí cada miembro actúa por su cuenta, va a lo suyo, sólo le interesa su interés particular y no el del equipo. En esta situación es prácticamente imposible funcionar eficazmente”¹⁴.

¹⁴ GONZÁLEZ, O. Cohesión de equipo. Revista Digital Efdportes, 2007. 12 (114).

Así pues, el gráfico expresa que hay una relación directa entre el bajo resultado evaluativo de la cohesión del club pereirano (50% en baja valoración) y los momentos de pérdida del trabajo grupal del mismo, reflejados en competencia.

Gráfica 11. Cohesión de equipo Club Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

2.3 ANÁLISIS DE LA INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO

Según Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada El contenido de este factor, abarca dos categorías de items:

a) las características de la respuesta del deportista (e.g. perder la concentración, ansiedad, dudas de hacerlo bien, sentirse motivado) ante situaciones en las que éste evalúa su propio rendimiento o se plantea que lo están evaluando personas significativas a él.

b) los antecedentes que pueden originar o llevan implícita una valoración del rendimiento deportivo del deportista¹⁵.

¹⁵ Gimeno F Buceta JM Pérez-Llanta MC. cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). 2001. Análise Psicológica 1 (XIX): 93-113

La influencia de la evaluación del rendimiento es una variable de estrés específica, pues constituye un factor muy concreto relacionado con la evaluación y la ansiedad social. Los indicadores de una posible afectación de la evaluación son: perder la concentración, manifestación de ansiedad, aparición de dudas de hacerlo bien, o sentirse o no motivado. Estos autores complementan señalando que las personas que pueden emitir juicios sobre las ejecuciones de los futbolistas y llegar a influenciar a éstos son: el entrenador, los compañeros, los rivales, la prensa.

Tabla 12. Influencia evaluación del rendimiento Perla del Otún

PERLA DEL OTÚN	INFLUENCIA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO	CENTILES	NIVEL
1	33	85	ALTO
2	35	90	ALTO
3	25	50	NORMAL
4	32	80	ALTO
5	43	99	ALTO
6	39	95	ALTO
7	27	65	ALTO
8	35	90	ALTO
9	25	50	NORMAL
10	32	80	ALTO
11	22	40	NORMAL
12	37	65	ALTO
13	16	15	BAJO
14	37	90	ALTO
15	32	80	ALTO
16	39	95	ALTO
17	33	85	ALTO
18	30	75	ALTO
19	37	90	ALTO
20	32	80	ALTO
21	22	40	NORMAL
22	37	90	ALTO
23	32	80	ALTO
24	27	65	ALTO
25	42	99	ALTO
26	43	99	ALTO
27	37	90	ALTO
28	35	90	ALTO
29	32	80	ALTO
30	33	85	ALTO
31	35	90	ALTO
32	37	90	ALTO
33	25	50	NORMAL

Tabla 12. (Continuación)

PERLA DEL OTÚN	INFLUENCIA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO	CENTILES	NIVEL
34	35	90	ALTO
35	32	80	ALTO
36	30	75	ALTO
37	33	85	ALTO
38	22	40	NORMAL
39	27	65	ALTO
40	33	85	ALTO
41	22	40	NORMAL
42	25	50	ALTO
43	17	15	BAJO
44	33	85	ALTO
45	30	75	ALTO
46	35	90	ALTO
47	25	50	NORMAL
48	32	80	ALTO
49	32	80	ALTO
50	22	40	NORMAL

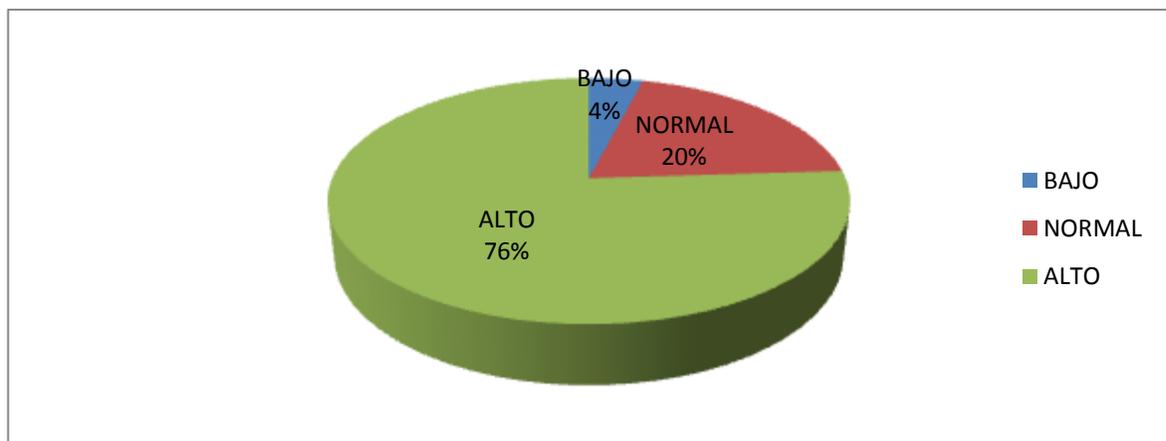
Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

De acuerdo a la tabla 12, para el club Pereira Perla del Otún FSC, el 78% población se ubicó en el rango alto, en rango de normalidad se ubicó el 20% de la población y sólo el 2% restante representó el rango bajo. Es de considerar que la lectura de esta variable debe hacerse de manera inversa, ya que los altos resultados obtenidos implican que los deportistas son altamente influenciados al ser valorados y esto se interpreta negativamente en la evaluación. Lo expresado por este nivel porcentual tan elevado podría reflejar que los jugadores aún no han asimilado las situaciones de stress que provoca el ser evaluado teniendo puntuaciones elevadas en los reactivos aplicados. Estos resultados se relacionan y refuerzan el bajo desempeño obtenido en la evaluación de variables anteriores, para las cuales la influencia de la evaluación expresa homogeneidad.

En el mismo sentido, el resultado de una alta influencia evaluativa se retrata en los bajos resultados deportivos de la temporada.

Esta relación inversamente proporcional fue corroborada en un estudio de Pacheco y Gómez, llevado a cabo en futbolistas profesionales bolivianos, se llega a la conclusión de que cuanto mayor sea el control que el jugador tiene de las evaluaciones negativas que se hacen de su rendimiento, tenderá a perder menos balones durante sus ejecuciones deportivas, es decir, cometerá menos errores. Otras de las conclusiones que aporta este estudio de Pacheco y Gómez (2005) es que los defensores del equipo, debido a sus tareas técnicas específicas, manifiestan que la variable más importante en ellos es la influencia de la evaluación del rendimiento, por encima de la motivación, del control del estrés, de la cohesión de equipo, y de habilidades mentales. Esto supone que cuanto más sea capaz el defensor de controlar objetivamente las evaluaciones que se hacen de su rendimiento (fundamentalmente las negativas), ejerciendo un control en términos de racionalidad sobre las evaluaciones hechas por su entrenador más que aquellas realizadas por la prensa o los hinchas, mejor rendimiento tendrá¹⁶.

Gráfica 12. Influencia de la evaluación del rendimiento Perla Del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

Relación contraria se halló en la tabla para el club quindiano.

¹⁶ GÓMEZ LÓPEZ, M. La actividad físico-deportiva en los centros almerienses de Educación. Universidad de Almería. 2005.

Tabla 13. Influencia evaluación del rendimiento Real Cafetero

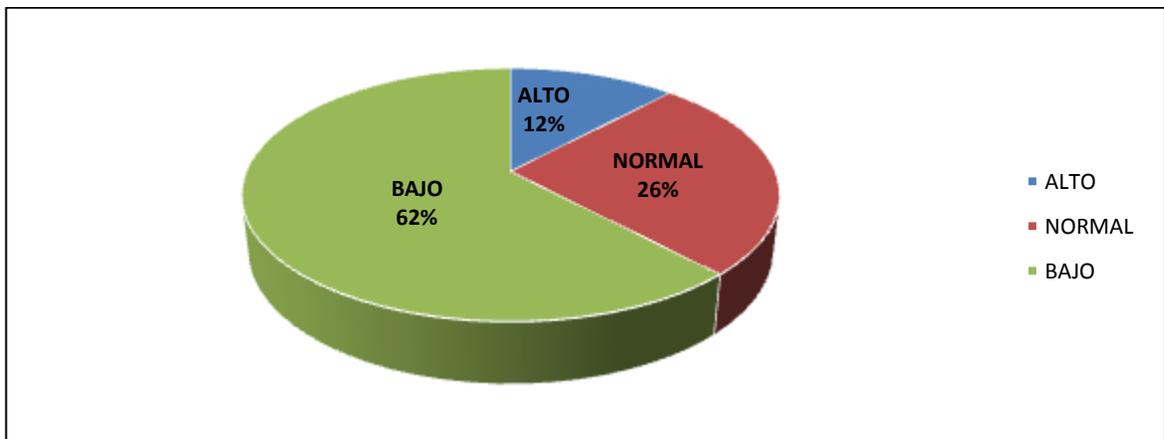
REAL CAFETERO	INFLUENCIA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO	CENTILES	NIVEL
1	18	20	BAJO
2	13	10	BAJO
3	15	10	BAJO
4	24	50	NORMAL
5	20	30	NORMAL
6	7	1	BAJO
7	11	5	BAJO
8	12	5	BAJO
9	13	10	BAJO
10	18	20	BAJO
11	24	50	NORMAL
12	14	10	BAJO
13	18	20	BAJO
14	27	65	ALTO
15	23	45	NORMAL
16	10	5	BAJO
17	11	5	BAJO
18	12	5	BAJO
19	12	5	BAJO
20	22	40	NORMAL
21	25	55	ALTO
22	12	5	BAJO
23	21	45	NORMAL
24	30	80	ALTO
25	27	65	ALTO
26	11	5	BAJO
27	9	5	BAJO
28	12	5	BAJO
29	11	5	BAJO
30	23	45	NORMAL
31	20	30	NORMAL
32	12	5	BAJO
33	16	15	BAJO
34	30	80	ALTO
35	25	55	ALTO
36	10	5	BAJO
37	14	10	BAJO
38	13	10	BAJO
39	21	35	NORMAL
40	13	10	BAJO
41	19	25	NORMAL
42	13	10	BAJO
43	18	20	BAJO
44	24	50	NORMAL
45	23	45	NORMAL
46	9	5	BAJO
47	9	5	BAJO
48	10	5	BAJO
49	12	5	BAJO
50	21	35	NORMAL

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

Para este club el porcentaje mayoritario representado en un 62% fue bajamente influenciado por la evaluación de su rendimiento, el 26% de la población representó el porcentaje normal y sólo el 12% fue altamente influenciado por esta variable. Este resultado sugiere que hay un buen clima relacional entre los jugadores y una relación positiva con el cuerpo técnico y público en general, ratificando para el equipo una saludable dinámica relacional.

De acuerdo a un estudio realizado por García-Mas et al. con 54 jóvenes futbolistas de competición, donde se da la posibilidad de comprobar la influencia de la evaluación de los entrenadores sobre las habilidades y el rendimiento deportivo de sus jugadores, se encontró que los jóvenes futbolistas perciben claramente el tipo de clima motivacional desarrollado por el entrenador, pudiendo aparecer ansiedad competitiva, aunque más de tipo cognitiva que somática¹⁷.

Gráfica 13. Influencia de la evaluación Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

La influencia del entrenador en el funcionamiento psicológico de sus deportistas,

¹⁷ GARCÍA-MAS, A., PALOU, P., SMITH, R.E., PONSETI, X., ALMEIDA, P., LAMEIRAS J... & LEIVA, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. Revista de Psicología del Deporte, 20(1), 197-207

según Lorenzo, Gómez, Pujals y Lorenzo puede ejercerse a través de distintas vías, como por ejemplo, la toma de decisiones que afecten a los deportistas, los mensajes que transmite en las charlas, sus expresiones, sus gestos, los tonos de voz, el tipo de ejercicios que emplea en los entrenamientos, los objetivos de rendimiento que plantea, el clima psicológico que establece, etc.

2.4 CONTROL DEL ESTRÉS

Este factor según el cuestionario abarca los siguientes contenidos:

Inicialmente, las características de la respuesta del deportista (e.g. concentración, confianza, tensión) en relación con las demandas del entrenamiento y de competición. Además las situaciones potencialmente estresantes que pueden provocar estrés y en cuya presencia es necesario el control (e.g. el día anterior a una competición, los momentos previos a la misma y durante la propia competición, cometer un error, un mal entrenamiento, una lesión).

La tabla 14 representa los resultados de las 5 evaluaciones realizadas a la variable psicológica.

Tabla 14. Control del estrés Real Cafetero

REAL CAFETERO	CONTROL ESTRÉS	CENTILES	NIVEL
1	40	15	BAJO
2	39	15	BAJO
3	32	10	BAJO
4	42	20	BAJO
5	45	25	NORMAL
6	33	10	BAJO
7	31	10	BAJO
8	36	10	BAJO
9	36	10	BAJO
10	30	5	BAJO
11	34	10	BAJO
12	56	75	ALTO
13	35	10	BAJO
14	45	25	NORMAL

Tabla 14. (Continuación)

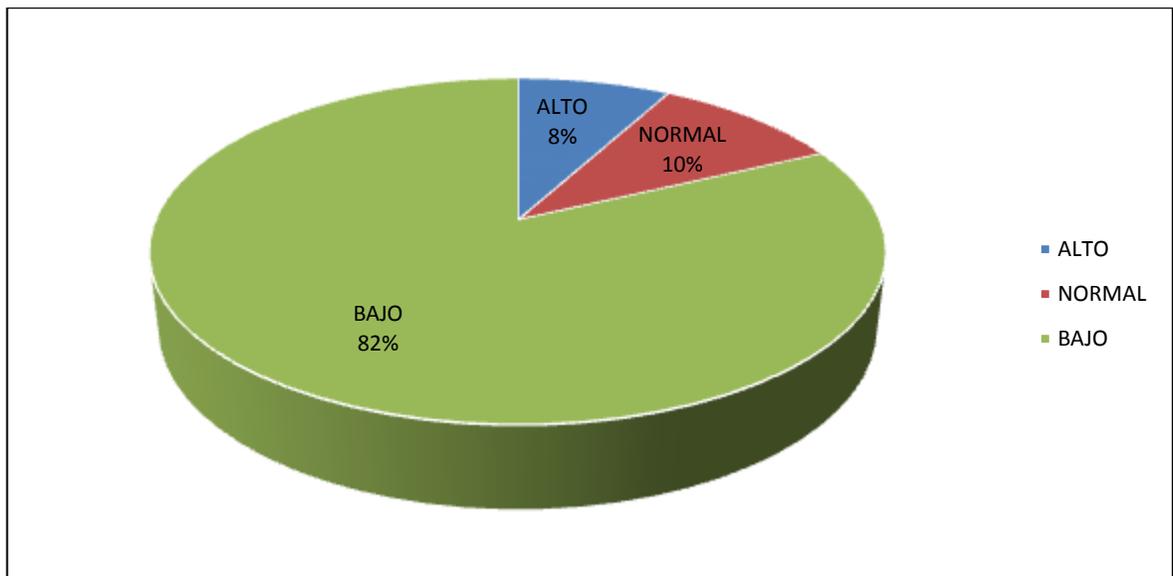
REAL CAFETERO	CONTROL ESTRÉS	CENTILES	NIVEL
15	37	10	BAJO
16	33	10	BAJO
17	34	10	BAJO
18	36	10	BAJO
19	39	15	BAJO
20	34	10	BAJO
21	40	15	BAJO
22	38	10	BAJO
23	60	80	ALTO
24	50	40	NORMAL
25	37	10	BAJO
26	38	10	BAJO
27	33	10	BAJO
28	42	20	BAJO
29	39	15	BAJO
30	45	25	NORMAL
31	40	15	BAJO
32	38	10	BAJO
33	32	10	BAJO
34	57	65	ALTO
35	40	15	BAJO
36	31	10	BAJO
37	42	20	BAJO
38	33	10	BAJO
39	57	75	ALTO
40	32	10	BAJO
41	42	20	BAJO
42	44	20	BAJO
43	30	5	BAJO
44	46	25	NORMAL
45	42	20	BAJO
46	34	10	BAJO
47	31	10	BAJO
48	39	15	BAJO
49	40	15	BAJO
50	27	5	BAJO

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

De acuerdo a la gráfica de resultados, para el club Real Cafetero la variable expuso diferencias importantes. Inicialmente el rango bajo se elevó hasta un 82% de la población, refiriendo que un muy alto número de deportistas mostraron poco control del estrés a lo largo de las evaluaciones realizadas. Por otra parte, un 10%

alcanzo una evaluación normal y sólo un 8% obtuvo una alta valoración de la variable, lo que indica que menos de una cuarta parte de los deportistas posee buen control sobre el estrés. Este resultado difiere totalmente de los obtenidos en las otras variables y sugiere una deficiencia en el manejo y tratamiento de la variable por parte de los jugadores y el equipo en general.

Gráfica 14. Control del estrés Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

De acuerdo a ello, los resultados reiteran que las aptitudes psicológicas son más importantes en la carrera deportiva conforme aumenta la exigencia competitiva. Diferentes autores como Cantón, Checa & Ortín en el 2009, Cruz en 1995, entre otros; han encontrado que la habilidad para manejar las variables psicológicas tiene habitualmente más peso en los resultados conforme el deportista aumenta de categoría y/o nivel competitivo en cualquier deporte.

La tabla 15 evidencia los resultados obtenidos por los deportistas del conjunto pereirano en las evaluaciones de la variable.

Tabla 15. Control del estrés Perla del Otún

PERLA DEL OTÚN	CONTROL ESTRÉS	CENTILES	NIVEL
1	27	10	BAJO
2	42	40	NORMAL
3	42	40	NORMAL
4	40	35	NORMAL
5	40	35	NORMAL
6	42	40	NORMAL
7	21	5	BAJO
8	34	20	BAJO
9	44	45	NORMAL
10	30	15	BAJO
11	47	50	NORMAL
12	30	15	BAJO
13	34	20	BAJO
14	34	20	BAJO
15	30	15	BAJO
16	27	10	BAJO
17	21	5	BAJO
18	59	80	ALTO
19	60	80	ALTO
20	65	90	ALTO
21	61	85	ALTO
22	54	70	ALTO
23	60	80	ALTO
24	57	75	ALTO
25	62	85	ALTO
26	67	90	ALTO
27	60	80	ALTO
28	61	85	ALTO
29	56	75	ALTO
30	65	90	ALTO
31	44	45	NORMAL
32	39	30	NORMAL
33	27	10	BAJO
34	42	40	NORMAL
35	30	15	BAJO
36	21	5	BAJO
37	30	15	BAJO
38	36	25	NORMAL
39	42	40	NORMAL
40	40	35	NORMAL
41	42	40	NORMAL
42	34	20	BAJO
43	30	15	BAJO
44	57	75	ALTO
45	44	45	NORMAL
46	39	30	NORMAL
47	36	25	NORMAL
48	54	70	ALTO
49	47	50	NORMAL
50	42	40	NORMAL

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

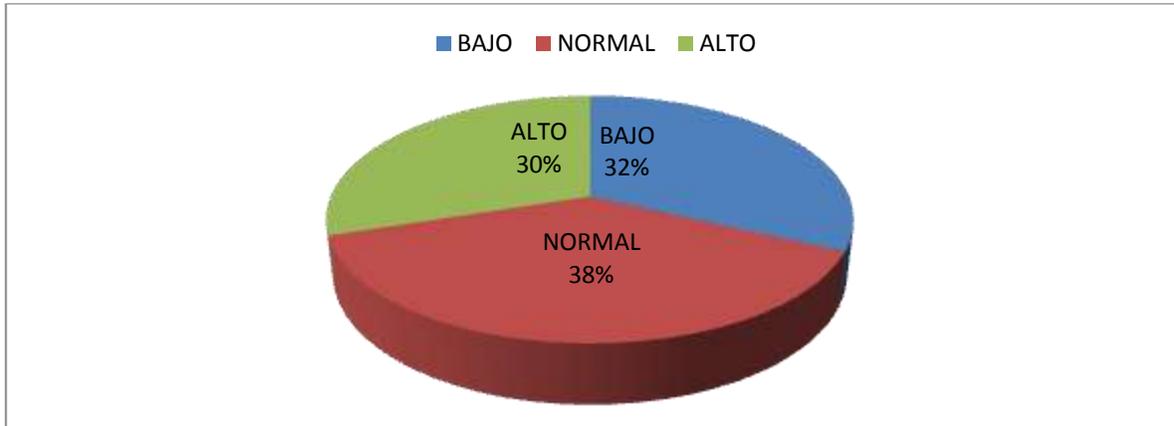
Para el club Pereira Perla del Otún FSC, un 30% de la población se ubica en un rango alto del control del estrés, un 38% en rango normal y un 32% en rango bajo mostrándose una relación equilibrada de la distribución. Esta pareja dispersión de los resultados en las evaluaciones, evidencia una ligera ventaja porcentual en la distribución normal. Pese a no hallarse una mayoritaria concentración de datos en ninguno de los rangos, se puede considerar que la sumatoria porcentual normal-alta equivalente al 68% de la población Gimeno y Buseta consideran que una puntuación alta en esta escala puede indicar que el deportista dispone de recursos psicológicos para controlar el estrés relacionado con su participación en competiciones deportivas.

En este sentido, considerar que en la evaluación el rango bajo sólo registró un 32% puede ser un indicador de que los jugadores que representan al departamento de Risaralda, controlan mayoritariamente el estrés al que son sometidos.

Cantón, E. & Checa, I. Encontraron que El CPRD es un cuestionario orientado a la competición y que está cargado de situaciones relacionadas con un nivel competitivo alto. De acuerdo a ello, se considera que un grupo de mayor nivel competitivo sabe gestionar mejor las variables relacionadas con el estrés, mientras que los deportistas de nivel competitivo menor, con menor experiencia, no dominan todavía las habilidades relacionadas con niveles tan altos de competición. Este hallazgo es ratificado en los resultados de los jugadores del club del Otún, quienes por su condición de profesionales novatos, con bajos resultados deportivos en el presente certamen anual, han soportado importantes niveles de estrés, pero no se han adaptado totalmente a mantener equilibrada la evaluación de esta variable a lo largo del calendario de competencias¹⁸.

¹⁸ CANTÓN, E. & CHECA, I. Medición de variables psicológicas en deportistas de baile deportivo. 2012.

Gráfica 15. Control del estrés Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

2.5 HABILIDAD MENTAL

Para el desarrollo de esta investigación se utilizó como instrumento “el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo” (cprd) desarrollado por Gimeno, F., Buceta, J.M. y Pérez-Llantada, M¹⁹. En este, no se presenta una definición específica de la escala habilidad mental. Sin embargo, se cita que esta variable de análisis incluye las siguientes habilidades psicológicas que pueden favorecer el rendimiento deportivo, así:

- Establecimiento de objetivos
- Análisis objetivo del rendimiento
- Ensayo conductual en imaginación
- Funcionamiento y autorregulación cognitivos

La tabla 16 refleja la evaluación de la variable para los deportistas del conjunto Pereirano.

¹⁹ GIMENO, F., BUCETA, J.M. y PÉREZ-LLANTADA, M. el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. 2001.

Tabla 16. Habilidad mental Perla del Otún

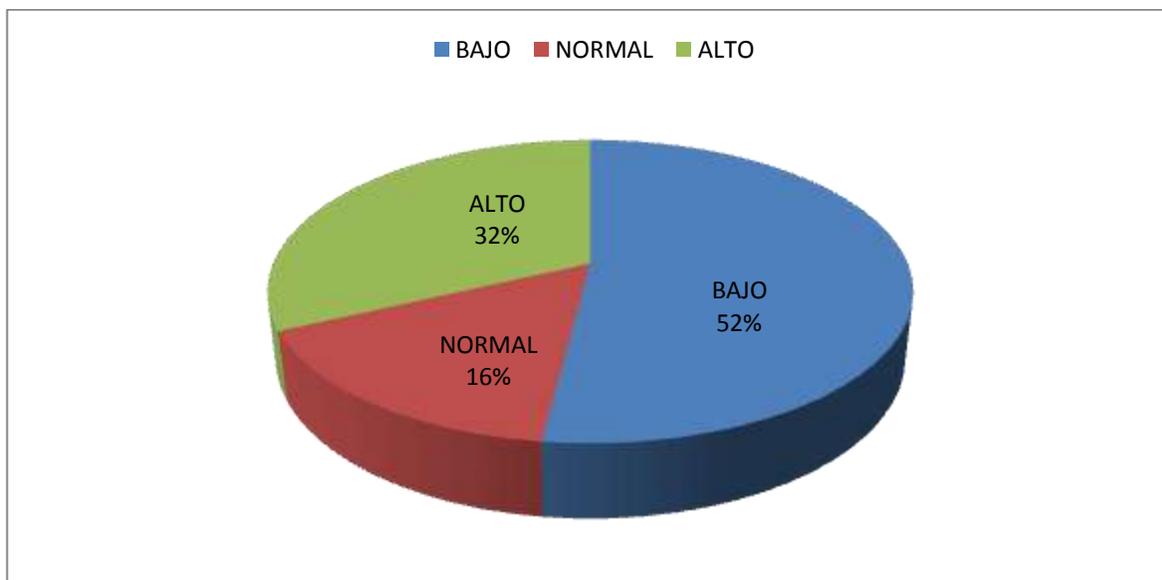
PERLA DEL OTÚN	HABILIDAD MENTAL	CENTILES	NIVEL
1	13	5	BAJO
2	31	99	ALTO
3	24	80	ALTO
4	11	1	BAJO
5	22	60	ALTO
6	31	99	ALTO
7	15	10	BAJO
8	16	20	BAJO
9	26	90	ALTO
10	13	5	BAJO
11	15	10	BAJO
12	15	10	BAJO
13	16	20	BAJO
14	23	75	ALTO
15	20	40	NORMAL
16	31	99	ALTO
17	22	60	ALTO
18	13	5	BAJO
19	24	80	ALTO
20	13	5	BAJO
21	11	1	BAJO
22	19	35	NORMAL
23	26	90	ALTO
24	11	1	BAJO
25	11	1	BAJO
26	16	20	BAJO
27	15	10	BAJO
28	18	30	NORMAL
29	24	80	ALTO
30	15	10	BAJO
31	15	10	BAJO
32	24	80	ALTO
33	11	1	BAJO
34	13	5	BAJO
35	13	5	BAJO
36	17	25	NORMAL
37	28	95	ALTO
38	15	10	BAJO
39	15	10	BAJO
40	31	99	ALTO
41	18	30	NORMAL
42	16	20	BAJO
43	16	20	BAJO
44	17	25	NORMAL
45	24	80	ALTO
46	22	60	ALTO
47	15	10	BAJO
48	16	20	BAJO
49	17	25	NORMAL
50	17	25	NORMAL

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

Dando soporte a esta contextualización, Arias y colaboradores describen que la habilidad mental es la manera como el deportista aplica habilidades para la autoevaluación y autorregulación de sus niveles de activación, destrezas psicológicas que pueden ser aplicadas por el propio deportista, que incluyen la visualización, el foco atencional, el control de cogniciones disfuncionales, el establecimiento de objetivos y la evaluación objetiva del propio rendimiento.

La gráfica 16 se representan los porcentajes promedio de 5 evaluaciones de la habilidad mental en el club pereirano en competencia y evidenció que el 52% de los evaluados poseen baja habilidad mental, el 16% de la población se ubicó en normal y una tercera parte del grupo manifestó una alta habilidad mental. Esta distribución muestra a la mitad de la población con un comportamiento promedio inferior y a la otra mitad con un comportamiento en la variable normal o superior.

Gráfica 16. Habilidad mental Perla del Otún



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Perla del Otún.

La tabla 17 representa el comportamiento de la variable

Tabla 17. Habilidad mental Real Cafetero

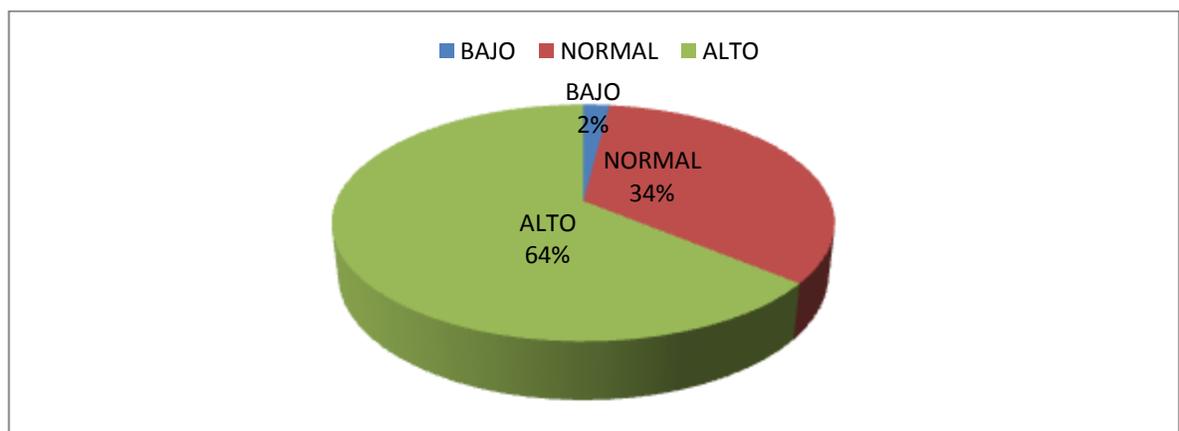
REAL CAFETERO	HABILIDAD MENTAL	CENTILES	NIVEL
1	26	90	ALTO
2	29	99	ALTO
3	25	90	ALTO
4	30	99	ALTO
5	26	90	ALTO
6	30	99	ALTO
7	22	65	ALTO
8	25	90	ALTO
9	17	25	NORMAL
10	19	40	NORMAL
11	26	90	ALTO
12	29	99	ALTO
13	25	90	ALTO
14	30	99	ALTO
15	26	90	ALTO
16	30	99	ALTO
17	22	65	ALTO
18	25	90	ALTO
19	17	25	NORMAL
20	19	40	NORMAL
21	26	90	ALTO
22	28	95	ALTO
23	29	99	ALTO
24	26	90	ALTO
25	20	45	NORMAL
26	30	99	ALTO
27	22	70	ALTO
28	24	85	ALTO
29	17	25	NORMAL
30	21	50	NORMAL
31	24	99	ALTO
32	31	99	ALTO
33	29	99	ALTO
34	23	85	ALTO
35	28	99	ALTO
36	32	99	ALTO
37	20	50	NORMAL
38	24	99	ALTO
39	17	15	BAJO
40	25	99	ALTO
41	28	95	ALTO
42	30	99	ALTO
43	30	99	ALTO
44	30	99	ALTO
45	36	99	ALTO
46	22	70	ALTO
47	21	60	ALTO
48	17	25	NORMAL
49	28	95	ALTO
50	28	95	ALTO

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

En los estudios realizados para determinar la validez psicométrica de la variable se encontró una baja consistencia interna que podría estar originada por el hecho de que el conjunto de ítems que la integran no represente un único y completo constructor. De hecho, al describir la estructura de contenido inicial de cada una de las escalas y la estructura factorial del cuestionario resultante, se pone de manifiesto que la variable tiene como denominador común el aglutinar ítems relacionados con técnicas y estrategias psicológicas sin que, necesariamente, ello implique un constructo psicológico como tal. Pese a ello, la agrupación de sus ítems en un factor con saturaciones sobre 0,30, justifican el uso de la variable y tener en cuenta la información que aporta.

Por otra parte, el análisis de la gráfica 17 para el club de Armenia evidenció que la mayoría de los deportistas presentan una alta habilidad mental, representando 2/3 partes de la población y una tercera parte de la misma presenta un comportamiento normal. Considerando que estos resultados representan el promedio de las evaluaciones realizadas, se afirma que hay un comportamiento positivo general en la variable. Ello se infiere al hallar que en el 2% de la valoración se encontraron bajos resultados.

Gráfica 17. Habilidad mental Club Real Cafetero



Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero.

3. RELACIONES DE ANÁLISIS DE VARIABLES PSICOLÓGICAS

La comparación de resultados fruto del análisis de las variables psicológicas de los clubes Pereira Perla del Otún y Real Cafetero de Armenia, permitió desarrollar las siguientes tablas estadísticas agrupadas de cada característica psicológica relacionada con el rendimiento. De acuerdo a ello, se presentan las siguientes inferencias.

3.1 RELACIONES DE LA MOTIVACIÓN

La primera administración del cuestionario para el club pereirano se realizó previa a competencia, obteniendo una media de 18,0 generando un resultado de valoración normal. La segunda muestra se corresponde con una victoria del club del Otún observándose un incremento de 10 puntos sobre la valoración de la media. Esta valoración considera una alta influencia de los resultados sobre la motivación del grupo. Pese a que en las siguientes administraciones del cuestionario su valoración disminuyó paulatinamente, los resultados sobrepasan los obtenidos en la evaluación en entrenamiento. En general los datos se presentaron concentrados con poca desviación, salvo la quinta toma donde la dispersión aumentó mostrando cierta heterogeneidad en los resultados. Este resultado de la última evaluación puede tener relación directa con el hecho de que no se evaluó en partido, sino días previos a competencia.

El promedio de medias fue 24,62 denotando una motivación de características normales y una débil influencia del instrumento frente a su comportamiento.

Las evaluaciones para el club quindiano presentaron una alta homogeneidad indicando posiblemente una mayor estabilidad motivacional para afrontar el certamen. Los datos promedios oscilaron menos de 2 puntos en todas las evaluaciones. El promedio de medias fue 23,12. El comportamiento estable de la

variable posiblemente se corresponda con los resultados positivos del club durante la temporada de competencia incluyendo las evaluaciones hechas en entrenamiento. Este promedio corresponde a un nivel alto en la escala de centiles de la variable e indica que el equipo mantuvo la motivación a lo largo del periodo evaluado. La comparación de promedios de medias de los dos clubes, indicó que el club de Pereira alcanzó un promedio superior en 1,5 reflejando valores muy altos en dos evaluaciones y bajos en otras, indicando una marcada oscilación de los datos.

Tabla 18. Comparaciones estadísticas # 1

			Estadísticos				
Equipo			Motivación P1	Motivación P2	Motivación P3	Motivación P4	Motivación P5
Perla del Otún	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
		Media	18,00	28,00	27,50	26,60	23,00
		Desviación estándar	2,055	2,867	2,173	2,221	4,346
		Asimetría	,192	-,106	,162	,176	-,112
		Error estándar de asimetría	,687	,687	,687	,687	,687
		Rango	7	8	7	6	11
		Mínimo	15	24	24	24	18
		Máximo	22	32	31	30	29
		Percentiles	25	16,50	25,50	26,00	24,00
		50	18,00	28,00	27,00	26,50	24,00
		75	19,00	31,00	29,25	29,00	27,00
Real Cafetero	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
		Media	23,60	22,90	23,60	23,12	22,32
		Desviación estándar	3,864	2,726	2,633	3,348	3,801
		Asimetría	,481	-,733	-,049	-,086	,177
		Error estándar de asimetría	,687	,687	,687	,687	,687
		Rango	10	8	8	11	12
		Mínimo	19	18	20	17	16
		Máximo	29	26	28	28	28
		Percentiles	25	20,00	21,25	20,75	21,50
		50	22,00	23,50	24,00	23,00	21,60
		75	28,25	25,25	25,25	25,75	25,00

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero. Software SPSS 20

3.2 RELACIONES DE LA COHESIÓN DE EQUIPO

En términos generales se evidenció una pérdida de cohesión de equipo para el club pereirano cayendo 3,30 puntos entre la primera evaluación y la quinta. En

esta evaluación se percibió desmotivación en el grupo para realizar el trabajo. Los resultados obtenidos como muy bajos en esta variable, podrían justificarse desde la evidente ruptura de los trabajos del grupo, sumada a la creciente desmotivación. La quinta observación evidenció preocupantes resultados en el límite inferior de la escala indicando que el trabajo sólo puede mejorarse en competencia. Se asume que esta variable sea un componente prioritario a trabajar para posibilitar su equilibrio a mediano plazo. Estas bajas valoraciones se manifestaron en todas las aplicaciones del instrumento dando lugar a inferir que este es uno de los principales aspectos psicológicos a mejorar del club. Los datos de las valoraciones uno, tres y cuatro presentaron una desviación superior a 3 que indicó una considerable dispersión de los mismos, aunque se mantuvieron dentro de los límites propuestos por el baremo. En la quinta toma donde la dispersión disminuyó notablemente se encontró que los jugadores concuerdan con los resultados frente a la baja cohesión de equipo. En la segunda aplicación del instrumento se encontró una desviación cercana a 5 que indica una dispersión de los datos fuera de la escala de desviación considerada en el baremo. El promedio de medias fue 16,24 ubicándose bajo la media del baremo.

Las evaluaciones para el club quindiano presentaron una muy ligera fluctuación indicando regularidad en la cohesión de equipo durante la competencia. Esta regularidad ya se había encontrado en la valoración de la motivación, sugiriéndose una relación directa entre estas variables. Los datos promedios oscilaron solo un punto en todas las evaluaciones. El comportamiento estable de la variable corrobora el trabajo en equipo, el equilibrio de los componentes evaluados y su posible relación con los resultados positivos del club en el certamen. El promedio de medias hallado fue de 18,94. La comparación de promedios de medias entre los clubes, indicó que el club de Armenia obtuvo un promedio superior en esta variable en 2,7 puntos. En general, esta variable mantuvo alta regularidad en las 5 evaluaciones realizadas al conjunto cafetero señalando buen control sobre la misma.

Tabla 19. Comparaciones estadísticas #2

			Estadísticos				
Equipo			Cohesión de Equipo P1	Cohesión de Equipo P2	Cohesión de Equipo P3	Cohesión de Equipo P4	Cohesión de Equipo P5
Perla del Otún	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
	Media		18,00	16,80	15,50	16,20	14,70
	Desviación estándar		3,771	4,940	3,171	3,327	1,636
	Asimetría		-,419	,564	,052	,914	,411
	Error estándar de asimetría		,687	,687	,687	,687	,687
	Rango		12	13	10	9	4
	Mínimo		11	11	11	13	13
	Máximo		23	24	21	22	17
	Percentiles						
		25	15,75	13,00	13,25	14,00	13,00
		50	18,00	14,00	15,50	14,00	14,00
		75	21,25	23,00	18,00	19,50	16,25
Real Cafetero	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
	Media		19,20	19,01	19,30	18,90	18,13
	Desviación estándar		1,874	1,415	1,160	1,370	1,854
	Asimetría		-1,120	-,910	-1,262	-,104	-,634
	Error estándar de asimetría		,687	,687	,687	,687	,687
	Rango		7	3	3	4	5
	Mínimo		15	17	17	17	15
	Máximo		22	20	20	21	20
	Percentiles						
		25	18,00	17,00	18,00	17,75	16,00
		50	20,00	20,00	20,00	19,00	18,65
		75	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00

Fuente: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento, aplicado a jugadores del club Real Cafetero. Software SPSS 20

3.3 RELACIONES DEL CONTROL DEL ESTRÉS

En el estadístico comparado para la variable control del estrés se infirieron las siguientes apreciaciones:

El club Perla del Otún un promedio de medias de 42,96. En la segunda evaluación se presentó una media de 40,7 que se ubicó bajo el promedio, no obstante a arrojar una desviación típica de 15,74 que rebasó los rangos de desviación propuestos por el cuestionario. Este resultado puede reafirmar lo expresado anteriormente al decir que estos deportistas aún son influenciados para controlar el estrés y asocian sus resultados evaluativos a las victorias y derrotas obtenidas

en competencia. Afirmación que se refuerza al encontrar valores superiores a 60 en la tercera evaluación realizada luego de obtener una victoria en competencia y hallar a los deportistas con muy buena disposición.

Desde esta lógica, el comparativo con el club de Armenia muestra que, aunque no se dieron resultados tan altos en la evaluación y pese a obtener indicadores bajos en torno a la variable, el promedio de medias permaneció dentro de los rangos aceptados, siendo 37,2 el promedio de medias, caracterizado por presentar un importante grado de oscilación como lo demuestra la desviación típica que vario en un intervalo de 4 puntos en las 5 evaluaciones realizadas a la variable. Esta inferencia indica que el equipo cafetero presenta dificultades en el control del estrés caracterizando una evaluación baja en la variable.

Tabla 20. Comparaciones estadísticas # 3

			Estadísticos				
Equipo			Control de estrés P1	Control de estrés P2	Control de estrés P3	Control de estrés P4	Control de estrés P5
Perla del Otún	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
		Media	36,20	40,70	60,30	35,10	42,50
		Desviación estándar	7,815	15,748	3,945	7,680	8,489
		Asimetría	-,981	,521	,101	-,632	,404
		Error estándar de asimetría	,687	,687	,687	,687	,687
		Rango	23	44	13	23	27
		Mínimo	21	21	54	21	30
		Máximo	44	65	67	44	57
		Percentiles	25	29,25	29,25	56,75	29,25
		50	40,00	34,00	60,50	37,50	42,00
		75	42,00	59,25	62,75	42,00	48,75
Real Cafetero	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
		Media	37,90	38,69	37,50	37,62	34,75
		Desviación estándar	5,466	3,468	3,504	4,524	5,160
		Asimetría	-1,034	1,524	-,426	-,130	-,348
		Error estándar de asimetría	,687	,687	,687	,687	,687
		Rango	19	13	11	13	17
		Mínimo	26	34	31	31	26
		Máximo	45	47	42	44	43
		Percentiles	25	34,75	36,75	35,50	34,75
		50	39,00	38,00	37,00	37,10	35,50
		75	41,50	39,50	41,00	42,25	38,25

Fuente: Autores

Esta inestabilidad en la evaluación contradice la relación directa en el comportamiento de las variables observado en análisis de las anteriores, de acuerdo a los resultados evaluativos del cuestionario. No obstante y considerando el nivel de fluctuación de los resultados, se tendrían que tener más datos para corroborarlo.

3.4 RELACIONES DE HABILIDAD MENTAL

El análisis comparado de la variable muestra que el club Real Cafetero presentó un promedio de medias de 25,23 con datos que oscilaron entre 24,3 y 26,9 en las 5 evaluaciones. Esta distribución indica estabilidad en el comportamiento de la variable al ser evaluada en diversas ocasiones. En el mismo sentido, el club Perla del Otún presentó un promedio de medias de 18,4 con evaluaciones que oscilaron entre 16,6 y 20,2 puntos, determinándose una diferencia de 3,6 puntos que indica menor estabilidad en el comportamiento de la variable.

Los promedios de medias hallados ubican al club de Armenia sobre el promedio encontrado por Gimeno en 2001 y al club de Pereira bajo el mismo. El comportamiento general de la variable presenta tendencia decreciente en el club Risaraldense con un pico de recuperación entre evaluaciones y tendencia creciente en el club quindiano.

De acuerdo con los resultados, las evaluaciones del club cuyabro rebasan en 6 puntos a las realizadas en el club pereirano, ratificando mejores comportamientos asociados al alcance de objetivos en competencias a largo plazo y al mantenimiento del rendimiento colectivo.

Tabla 21. Comparaciones estadística # 4

			Estadísticos				
Equipo			Habilidad Mental P1	Habilidad Mental P2	Habilidad Mental P3	Habilidad Mental P4	Habilidad Mental P5
Perla del Otún	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
	Media		20,20	19,20	16,60	18,20	17,80
	Desviación estándar		7,584	5,846	5,275	6,925	2,898
	Asimetría		,330	,816	,679	1,037	1,549
	Error estándar de asimetría		,687	,687	,687	,687	,687
	Rango		20	18	15	20	9
	Mínimo		11	13	11	11	15
	Máximo		31	31	26	31	24
	Percentiles						
	25		13,00	14,50	11,00	13,00	16,00
	50		19,00	18,00	15,50	15,00	17,00
	75		27,25	23,25	20,25	25,00	19,00
Real Cafetero	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
	Media		24,90	24,74	24,30	25,33	26,90
	Desviación estándar		4,433	3,121	4,244	4,761	5,486
	Asimetría		-,615	-,875	-,304	-,256	-,377
	Error estándar de asimetría		,687	,687	,687	,687	,687
	Rango		13	11	13	15	19
	Mínimo		17	18	17	17	17
	Máximo		30	29	30	32	36
	Percentiles						
	25		21,25	23,00	20,75	22,25	21,75
	50		25,50	24,70	25,00	24,65	28,00
	75		29,25	27,25	28,25	29,50	30,00

Fuente: Autores

3.5 RELACIONES DE INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO

El análisis comparado muestra que el club de microfútbol Cafetero de la ciudad de Armenia, presenta una media promedio de 15,89 siendo esta una baja marcación de la variable, con valores muy inferiores a los obtenidos por el club de contraste y claramente menores a los valores de referencia obtenidos por Gimeno, Buseta y Perez Llanta. El comportamiento general de la variable es estable evidenciándose una oscilación de 1 punto en las 5 evaluaciones realizadas. En oposición, el club del Otún presentó altos resultados a lo largo de todas las evaluaciones, alcanzando un pico máximo diferenciable por 2 puntos en la tercera evaluación, y cayendo visiblemente en las evaluaciones siguientes 3 y 5 puntos. En general, se presentan puntuaciones que duplican los resultados de las medias del club comparado, alcanzando un promedio de medias de 31,46 puntos. Pese a ello, las medias de las 2 últimas evaluaciones decrecen por debajo de esta cifra y podrían

indicar una posible adaptabilidad de los deportistas a ser evaluados. Al respecto González y colaboradores²⁰. En un estudio similar en futbolistas españoles revelaron que la influencia de la evaluación recae sobre diferentes variables psicológicas del deportista que según características personales, repercute positiva o negativamente sobre su rendimiento deportivo, explicando las amplias diferencias halladas en la evaluación de los deportistas de los clubes del eje cafetero.

Tabla 22. Comparaciones estadísticas # 5

			Estadísticos				
Equipo			Influencia Evaluación Rendimiento P1	Influencia Evaluación Rendimiento P2	Influencia Evaluación Rendimiento P3	Influencia Evaluación Rendimiento P4	Influencia Evaluación Rendimiento P5
Perla del Otún	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
		Media	32,60	31,50	34,00	30,90	28,30
		Desviación estándar	5,854	7,322	6,377	4,841	4,715
		Asimetría	,250	-1,295	-,424	-,717	-,084
		Error estándar de asimetría	,687	,687	,687	,687	,687
		Rango	18	23	21	15	13
		Mínimo	25	16	22	22	22
		Máximo	43	39	43	37	35
		Percentiles					
		25	26,50	28,00	30,75	26,50	24,25
	50	32,50	32,50	34,00	32,50	28,50	
	75	36,00	37,00	38,25	35,00	32,25	
Real Cafetero	N	Válido	10	10	10	10	10
		Perdidos	0	0	0	0	0
		Media	15,50	15,98	16,20	15,31	16,48
		Desviación estándar	3,749	5,396	4,662	5,812	6,153
		Asimetría	,174	,661	1,503	,222	,364
		Error estándar de asimetría	,687	,687	,687	,687	,687
		Rango	9	18	15	19	20
		Mínimo	11	9	12	6	8
		Máximo	20	27	27	25	28
		Percentiles					
		25	12,00	10,75	12,75	11,75	12,50
	50	15,00	16,40	15,00	13,55	15,90	
	75	20,00	19,25	18,50	19,75	20,75	

²⁰ GONZÁLEZ, G.; CAMPOS, M.; ROMERO, S. Análisis de la influencia de la evaluación del rendimiento en jugadores de un equipo de fútbol. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación 2014, n° 25, pp. 85-89

4. CONCLUSIONES

- El comparativo de relaciones entre variables evidenció que el club Quindiano presentó una mayoritaria relación de equilibrio entre sus variables psicológicas, hecho que posiblemente refleja una asociación directa con el estable desempeño en competencia de los deportistas.
- Las cinco evaluaciones realizadas en el club del Otún, presentan mejores resultados en los momentos de competencia que en los momentos de entrenamiento, esto es causado posiblemente a la mayor carga motivacional que causan los partidos oficiales.
- El comparativo de relaciones entre variables evidenció que el club Risaraldense presentó una relación poco equilibrada entre sus variables psicológicas, hecho que supone una asociación directa con los resultados en competencia.
- La variable control del estrés presentó resultados contrarios a las restantes variables en el club Real Cafetero, sugiriendo una debilidad en el tratamiento de esta variable psicológica.
- En sentido opuesto, la variable control del estrés presentó muy altas evaluaciones en el club Perla del Otún, tanto al evaluarse en competencia como en entrenamiento, evidenciando una importante adaptación a la evaluación de la misma.
- Los resultados respaldan diferencias psicológicas entre variables, y suponen que la preparación psicológica de los deportistas es proporcional a las exigencias propias de cada deporte y la intervención psicológica que este a su vez precisa.

- Los resultados generales del comportamiento de las variables para el club Real Cafetero muestran una mejor evaluación, hecho que posiblemente se origina por mejores resultados deportivos del club en el periodo evaluado.
- Los resultados generales del comportamiento de las variables para el club Perla del Otún, muestran que las evaluaciones más bajas se registraron durante entrenamiento, dejando abierto el interrogante sobre si la condición para ser evaluado sea igual o difiera según el momento de la aplicación del instrumento.
- Los valores de la influencia de la evaluación del rendimiento se duplican en el conjunto de Risaralda frente al conjunto de Armenia, hecho que sugiere que la estabilidad o inestabilidad de la variable tiene una relación directamente proporcional con el comportamiento de las restantes variables evaluadas por el CPRD.
- Existe un grado de oscilación en el resultado de las evaluaciones de ambos clubes, menor en el club Quindiano y mayor en el Risaraldense que puede tener relación con los resultados de competencia durante el periodo evaluado.

5. RECOMENDACIONES

- Evaluar periódicamente los procesos con el fin de intervenir para aplicar estrategias de mejoramiento del resultado de las variables considerando que el aspecto psicológico es parte integral de la preparación y la evaluación del deportista.
- Comparar los resultados evaluativos con los obtenidos en otras investigaciones, con el fin de establecer rangos de puntuación más precisos en el comportamiento de las variables para este deporte.
- Acostumbrar a los deportistas a este tipo de evaluaciones periódicas, ya que a medida que el deporte incrementa su rendimiento y se profesionaliza, los niveles de estrés y la influencia de las evaluaciones del rendimiento aumentan.
- Revisar el comportamiento de la variable influencia de la evaluación en el club Real Cafetero, con el fin de contrastar y explicar su resultado.
- Comparar estos resultados con otros resultados de valoración de variables psicológicas, para determinar distintos factores de influencia e intervención que puedan ser evaluados.
- Implementar trabajos para el mejoramiento de los resultados de la variable cohesión de equipo en el club de la ciudad de Pereira.
- Considerar estos resultados como indicadores de desempeño con el fin de que ambos clubes potencien el componente psicológico de sus deportistas.
- Aplicar este proceso evaluativo con periodicidad con el fin de comparar los desempeños en futuras temporadas y establecer patrones de desempeño a

potenciar en los deportistas y cuerpo técnico.

- Articular en los procesos de entrenamiento y en la planificación del mismo, pruebas y ejercicios que vinculen los componentes del entrenamiento (incluyendo el psicológico) como lo recomienda la literatura especializada.
- Tomar esta investigación como referente de estudio de las variables psicológicas de los clubes de microfútbol de la región y el país, ya que se evaluaron dos clubes profesionales repetidas veces en condiciones de entrenamiento y competencia.

BIBLIOGRAFÍA

ARIAS, I., CARDOSO, T., AGUIRRE, H. & ARENAS, J. Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto. *Psicogente*, 2016. 19(35), 25-36. <http://doi.org/10.17081/psico.19.35.1206>

BALAGUER, DUDA, ATIENZA Y MAYO. Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport and Exercise*, 2002. 3, 293-308.

BARBERA, E y MOLERO, C. Motivación social en I. Garrido. Ed. *Psicología de la motivación*: Madrid. 1996. p 163-192.

BRIERE, N. M., VALLERAND, R. J., BLAIS, M. R. Y PELLETIER, L. G. Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: L'échelle de Motivation dans les Sports (ÉMS). *International Journal of Sport Psychology*. 1995. 26, 645-489.

BUCETA, J.M. y BUENO, A.M. *Psicología y salud: control del estrés y trastornos asociados*. Madrid: Dykinson. 1995.

CALVIÑO, M. *Temas de Psicología y marxismo. Tramas y subtramas*. Editorial Félix Varela, La Habana, 2000. p. 50, 55.

CANTÓN, E. & CHECA, I. *Medición de variables psicológicas en deportistas de baile deportivo*. 2012.

CARRON, A. V., WIDMEYER, W. N. y BRAWLEY, L. R. *The development of an instrumental to assess Psicología del Deporte (Vol. I) – Fundamentos 1 Antonio*

Hernández Mendo (Coord.) 119 cohesion in sport teams: The group environment questionnaire. *Journal of Social Psychology*, 1985. 7, 244- 266.

CASTEJÓN, F. J. *Iniciación deportiva. Aprendizaje y enseñanza*. Madrid. Pila Teleña (edición electrónica). 2001.

CHORKAWY, A. L. y RUSHALL, B. S. Coaching language – constructs or specifics? *Sport Coach*, 1981. 5, 8-9.

CONGRESO DE LA REPÚBLICA. Ley 181. Bogotá. 1995.

CSIKSZENTMIHALYI, M. *Fluir (Flow): una psicología de la felicidad*, Barcelona: Editorial Kairós. 1996.

DÍEZ, A. y MÁRQUEZ, S. Utilización de sociogramas para la valoración de la cohesión interna de los jugadores de un club de fútbol. *European Journal of Human Movement*, 2005. 14, 37-52.

FOX, D. J. El proceso de investigación en Educación. En D. J. Fox, El proceso de investigación en Educación. Pamplona: Eunsa. 1981.

GARCÍA-MAS, A., PALOU, P., SMITH, R.E., PONSETI, X., ALMEIDA, P., LAMEIRAS J., & LEIVA, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 197-207

GIMENO, F., BUCETA, J.M., PÉREZ-LLANTA, M.C. Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). 2001. *Análise Psicológica* 1 (XIX): 93-113

GÓMEZ LÓPEZ, M. La actividad físico-deportiva en los centros almerienses de Educación. Universidad de Almería. 2005.

GONZÁLEZ CARBALLIDO, L. Condiciones internas y actividad deportiva. Variables de indispensable consideración en la preparación psicológica. Ef deportes. Revista Digital Buenos Aires, 2001. Vol. 7 número 43.

GONZÁLEZ, O. Cohesión de equipo. *Revista Digital Efdeportes*, 2007. 12 (114)

HERNÁNDEZ, FERNÁNDEZ Y BAPTISTA. Metodología de la Investigación 5 Edición McGraw Hill. 2011.

ISORNA FOLGAR, Manuel, ALACID CÁRCELES, Fernando, MUYOR RODRÍGUEZ, José María, LÓPEZ-MIÑARRO, Pedro Ángel. Relación entre la motivación y el clima en entrenamiento con adherencia al deporte de alto nivel. Universidad de Vigo; Universidad de Murcia; Universidad de Almería. 2011. ISBN: 978-84-614-9945-8

LAVARELLO, J. Estudio comparativo de los niveles medidos por el CPRD entre dos grupos etéreos de las divisiones menores de dos equipos de fútbol de primera división. 2005. Revista Digital, 84.

LEO, F., GARCÍA, T., SÁNCHEZ, P. y PAREJO, I. Importancia de la percepción de eficacia para la mejora de la cohesión en el fútbol. *Cuadernos de Psicología*. 2008.

LÓPEZ DE LA LLAVE, A.; PÉREZ LLANTADA. El estrés y la activación: su control en la competición deportiva. Manual del *Deporte*. 2010. 8 (1), 47-60.

LORENZO, J., GÓMEZ, M.A., PUJALS, C., & LORENZO, A. (2012). Análisis de los efectos de un programa de intervención psicológica en jóvenes jugadores de

baloncesto. Revista de Psicología del Deporte, 21(1), 43-48

LOZADA LÓPEZ, E. Relación entre cohesión y liderazgo en equipos deportivos del departamento de Boyacá CPD. 2012. Vol.12 no.1 Murcia jun.

MACARRO MORENO, J., ROMERO CEREZO, C. Y TORRES GUERRERO, J. Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. Revista de Educación, 353. 2010, pp. 495-519

MINISTERIO DE SALUD. Resolución 8430. Bogotá. 1993.

PAGLILLA D Y ALDANA S. *La motivación del deporte. 2005. Recuperado de* www.psicologia-online.com

PAPAIOANNOU, A. KOULI, O. The effects of task structure, perceived motivational climate, and goal orientation on students' task involvement and anxiety». Journal of Applied sport Psychology. 1999. Volume 11, Number 1, page 51-71,

PARLEBAS, P. Los universales de los juegos deportivos. Praxiología Motriz, 1996. 1, 15-30

PAVIÉ A. Enfoque basado en competencias: orientaciones sobre sus procedimientos de evaluación. Revista Electrónica de Desarrollo de Competencias (REDEC). 2011. Nº 7 – Vol.1 Universidad de Talca

PÉREZ JUSTE, R. Pedagogía Experimental. La Medida en Educación. Curso de Adaptación. 1991. Uned. 106.

PICABEO, Mikel. La prescripción de la actividad físico-deportiva según la edad. Facultad de Ciencias de Actividad Física y el Deporte (FAFD). Universidad del País Vasco (UPV-EHU). 2012.

PICAZO, C. ZORNOZA, A. Y PEIRÓ, J. Los procesos de participación social y participación orientada a la tarea y el aprendizaje como antecedentes de la cohesión grupal: Una perspectiva longitudinal. *Psicothema*, 2009. 21, 274-279.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. Concepto de deporte. 2016. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=CFEFwiY>

RENOM, J. (2005). Análisis, instrumentación y evaluación en Psicología del Deporte: las herramientas psicométricas. En J. A. Mora y F. Chapado (Eds.), *Visión actual de la Psicología del Deporte*. 2005. pp. 285.

RIERA, J. *Introducción a la psicología del deporte*. Barcelona: Martínez Roca. 1985.

RYAN, R. M. Y DECI, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 2000. 55(1), 68-78.

SAENZ, L. Bañuelos. *Vamos a jugar. El juego en Primaria*. Publicaciones Universidad de Huelva. 2016.

SÁNCHEZ UPEGÜI, A. *Introducción: ¿qué es caracterizar?* Medellín, Fundación Universitaria Católica del Norte. 2010.

VERJOSHANSKY, I. *Entrenamiento deportivo. Planificación y programación*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A. 1990.

WEINBERG GOULD. Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico. Ed. Panamericana. 2010.

WIKIPEDIA. Encuesta. 2014. Recuperado de <https://es.wikipedia.org/wiki/Encuesta>

WICKER, F.W.; TURNER, J. E.; REED, J.H.; MCCANN, E.J. y DO, S.L. Motivatio when optimism declines: Data on temporal dynamics. *Journal of Psychology: Interdisciplinary Applied*, 2004. vol. 138(5), pp. 421-432.

ANEXOS

Anexo A. Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento

1er APELLIDO: _____	NOMBRE: _____
2º APELLIDO: _____	SEXO (Masc. ó Fem.): _____
FECHA DE NACIMIENTO: ___/___/1.9__	
FECHA ACTUAL: ___/___/1.9__	
DEPORTE: _____	
CLUB: _____	
PUESTO DE JUEGO O PRUEBAS EN LAS QUE SUELE COMPETIR: _____	
CATEGORÍA EN LA QUE COMPITE ACTUALMENTE: _____	
MÁXIMA CATEGORÍA EN LA QUE HA COMPETIDO: _____	
NÚMERO DE AÑOS DURANTE LOS QUE HA PERMANECIDO EN LA MÁXIMA CATEGORÍA: _____	
NÚMERO DE AÑOS QUE, DE FORMA CONTINUADA, VIENE USTED PRACTICANDO SU DEPORTE: _____	
¿CUÁLES HAN SIDO LOS MAYORES ÉXITOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS QUE HA CONSEGUIDO?	
ACONTECIMIENTO Y ÉXITO (puesto, marca, ...)	AÑO
_____	1.9__
_____	1.9__
_____	1.9__
_____	1.9__
_____	1.9__

Anexo A. (Continuación)

* PREGUNTAS:	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
2. Mientras duermo, suelo «darle muchas vueltas» a la competición (o el partido) en la que voy a participar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
3. Tengo una gran confianza en mi técnica.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
4. Algunas veces no me encuentro motivado(a) por entrenar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
5. Me llevo muy bien con otros miembros del equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
6. Rara vez me encuentro tan tenso(a) como para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
7. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición (o de empezar a jugar en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
8. En la mayoría de las competiciones (o partidos) confío en que lo haré bien.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
9. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
10. No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
11. Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>

Anexo A. (Continuación)

* PREGUNTAS:	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
12. A menudo estoy «muerto(a) de miedo» en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Cualquier pequeña lesión o un mal entrenamiento puede debilitar mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba (o jugando un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Durante mi actuación en una competición (o en un partido) mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo(a) antes de que comience una competición (o un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Anexo A. (Continuación)

* PREGUNTAS:	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
42. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
43. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
44. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
45. Cuando finaliza una competición (o un partido) analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o el partido por separado).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
46. A menudo pierdo la concentración en la competición (o el partido) a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
47. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante una competición (o un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
48. No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situaciones que debo corregir o mejorar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
49. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
50. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada competición (o partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>

Anexo A. (Continuación)

* PREGUNTAS:	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
23. Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer, me «veo» haciéndolo como si estuviera viéndome desde mi persona en un monitor de televisión.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
24. Generalmente, puedo seguir participando (jugando) con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
25. Cuando me preparo para participar en una prueba (o para jugar un partido), intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
26. Mi confianza en mí mismo(a) es muy inestable.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
27. Cuando mi equipo pierde me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
28. Cuando cometo un error en una competición (o en un partido) me pongo muy ansioso.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
29. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
30. Soy eficaz controlando mi tensión.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
31. Mi deporte es toda mi vida.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
32. Tengo fé en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
33. Suelo encontrarme motivado(a) por superarme día a día.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>

Anexo A. (Continuación)

* PREGUNTAS:	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
34. A menudo pierdo la concentración durante la competición (o durante los partidos) como consecuencia de las decisiones de los árbitros o jueces que considero desacertadas y van en contra mía o de mi equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Cuando cometo un error durante una competición (o durante un partido) suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien que esté entre los espectadores.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. El día anterior a una competición (o un partido) me encuentro habitualmente demasiado nervioso(a) o preocupado(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mí al 100% en lugar de objetivos que no dependen sólo de mí.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39. No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40. En las competiciones (o en los partidos) suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41. A menudo pierdo la concentración durante una competición (o un partido) por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Anexo A. (Continuación)

* PREGUNTAS:	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
51. Mi confianza en la competición (o en el partido) depende en gran medida de los éxitos o fracasos en las competiciones (o partidos) anteriores.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
52. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
53. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante la competición (o el partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
54. Suelo confiar en mí mismo(a) aun en los momentos más difíciles de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
55. Estoy dispuesto(a) a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



POR FAVOR, COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS PREGUNTAS ANTERIORES CON UNA SOLA RESPUESTA.

Anexo A. (Continuación)

Hoja de respuestas del C.P.R.D.*

1er APELLIDO: _____ NOMBRE: _____

2º APELLIDO: _____ FECHA: ___/___/1.9___

DEPORTE: _____

CONTROL DE ESTRÉS

**INFLUENCIA DE LA
EVALUACIÓN DEL
RENDIMIENTO**

1

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

24

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

9

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

3

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

26

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

16

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

6

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

30

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

28

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

8

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

32

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

34

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

10

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

36

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

35

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

12

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

41

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

42

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

13

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

43

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

44

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

14

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

54

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

46

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

17

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

47

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

19

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

51

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

20

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

52

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

21

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

53

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

Puntuación Directa: _____

Puntuación Directa: _____

Anexo A. (Continuación)

MOTIVACIÓN

**HABILIDAD
MENTAL**

**COHESIÓN DE
EQUIPO**

4

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

2

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

5

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

15

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

7

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

11

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

29

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

23

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

18

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

31

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

25

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

22

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

33

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

37

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

27

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

39

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

40

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

38

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

49

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

45

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

55

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

48

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

50

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

Puntuación Directa: _____

Puntuación Directa: _____

Puntuación Directa: _____

Anexo B. Baremos del Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo

Cuestionario de CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS relacionadas con el RENDIMIENTO DEPORTIVO (C.P.R.D.) BAREMOS					
Centiles	Puntuaciones directas				
	Control del estrés	Influencia de la evaluación del rendimiento	Motivación	Habilidad mental	Cohesión de equipo
99	77-80	42-45	30-31	31-34	24
95	69	38	27	28	-
90	64	34	26	26	23
85	61	33	25	25	22
80	58	31	23	24	-
75	56	29	-	-	21
70	54	28	22	23	-
65	52	27	21	-	20
60	50	-	20	22	-
55	48	26	-	21	19
50	46	24	19	-	-
45	44	23	18	20	18
40	42	22	17	-	-
35	40	21	-	19	17
30	39	20	16	18	16
25	36	19	15	17	-
20	34	18	-	16	15
15	30	16	14	-	14
10	27	15	12	15	13
5	21	12	11	13	11
1	0-14	0-7	0-8	0-11	0-1
N	485	485	485	485	485
Media	46,16	25,11	19,59	21,16	18,48
Desviación típica	14,44	7,63	5,06	4,60	4,31