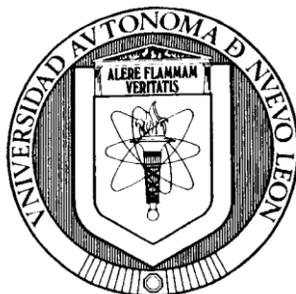


UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

POSGRADO CONJUNTO FOD - FAPSI



Producto Integrador

COHESIÓN Y LIDERAZGO DENTRO DE LA PLANIFICACIÓN  
DE FÚTBOL INFANTIL EN SEVILLA, ESPAÑA.

Por:

JUAN OSVALDO JUÁREZ PATIÑO

REPORTE DE PRÁCTICAS PROFESIONALES/INTERCAMBIO  
ACADÉMICO

Como requisito parcial para obtener el grado de  
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Nuevo León, Julio 2016

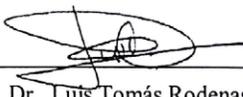
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
POSGRADO CONJUNTO  
FOD-FAPSI

Los miembros del Comité de Titulación de la Maestría en Psicología del Deporte integrado por la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología, recomendamos que el Producto Integrador en modalidad de Reporte de Prácticas/Intercambio Académico titulado "Cohesión y liderazgo Dentro de la Planificación" realizado por el Lic. Juan Osvaldo Juárez Patiño, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

COMITÉ DE TITULACIÓN

I  Z  
Dr. José Carlos Jaenes Sánchez  
Psicología del Deporte  
y del Deporte  
Universidad Pablo de Olavide  
IJCASOR

  
Dr. Jorge Isabel Zamarripa  
Rivera  
Co-asesor

  
Dr. Luis Tomás Rodenas C.  
Co-asesor

  
Dra. Blanca Rocio Rangel Colmenero  
Subdirección de Posgrado de la FOD

## **UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**

Dedicatoria

Especialmente a mi familia, mi madre María Guadalupe Patiño Esmeralda, mi Padre Margarito Juárez Lara, así como a mis hermanos Jorge, y Edgar Juárez, quienes a lo largo de mi trayectoria académica han realizado un esfuerzo en conjunto para apoyarme en todos los sentidos. A todos los maestros que aportaron a mi formación especialmente a Jeanette López Walle y José Carlos Jaenes Sánchez.

FICHA DESCRIPTIVA  
Universidad Autónoma de Nuevo León  
Posgrado conjunto FOD-FAPSI

Fecha de Graduación: Julio 2016

**NOMBRE DEL ALUMNO: JUAN OSVALDO JUÁREZ PATIÑO**

**Título del Producto Integrador: COHESIÓN Y LIDERAZGO DENTRO DE LA PLANIFICACIÓN DE FÚTBOL INFANTIL EN SEVILLA, ESPAÑA.**

**Número de Páginas:29**

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte  
En este reporte de prácticas profesionales/intercambio académico se abordan todas las actividades realizadas por un período cercano a los 2 meses desde una entrevista inicial en el Centro Andaluz de Medicina del Deporte (CAMD) de Sevilla, España, así como un resumen de las actividades realizadas en los diferentes departamentos del mismo. Después un resumen de los temas teóricos dentro de las clases en la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad Pablo de Olavide, así como en la Universidad de Sevilla, La asistencia al XIV Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte en Valencia (España) y primer encuentro Internacional de Entrenamiento Mental en el Deporte en Sevilla , al IX Seminario Internacional UPO de Psicología del Deporte, igualmente en Sevilla y un resumen de las distintas conferencias que se impartieron en cada uno.

Dentro de las actividades a describir se encuentra la intervención práctica con un equipo de fútbol juvenil en donde se trabajó el tema de la cohesión de equipo y liderazgo a través de diversas técnicas y herramientas descritas en este reporte de prácticas/intercambio académ

FIRMA DEL ASESOR PRINCIPAL \_\_\_\_\_

  
Dr. José Carlos Jaenes Sánchez  
Psicología de la Actividad Física y del Deporte  
Universidad Pablo de Olavide  
jcaenes@upo.es

## TABLA DE CONTENIDO

Título del Proyecto	1
Marco Teórico	8
Nivel de aplicación	11
Propósitos	11
Método	11
Participantes	11
Variables	11
Recursos materiales, humanos y económicos	12
Planificación de la intervención (cronograma)	13
Desarrollo de las Estrategias y Técnicas empleadas durante la intervención	17
Resultados de la Intervención	17
Conclusiones	18
Experiencia personal de las prácticas	19
Referencias	20
Evaluación de la práctica (Formato en el SIASE)	29
Anexos..	
Resumen autobiográfico.	

---

## MARCO TEÓRICO

La psicología del deporte aún tiene mucho campo que explorar, sobre todo en el ámbito del deporte, Buceta (1998) afirma “El conocimiento especializado del comportamiento humano que la psicología aporta y su metodología específica para evaluarlo, estudiarlo, comprenderlo cada vez mejor y poder modificarlo, pueden ser de enorme utilidad en éste ámbito, como señalan habitualmente, numerosos entrenadores y deportistas; aunque en muchos casos, aún no se conocen las amplias posibilidades de mejora que puede ofrecer la psicología y, por tanto, no se obtiene ni siquiera se está cerca, el máximo beneficio que esta ciencia oferta con respecto al deporte”(p 17).

Durante los últimos 30 años, observamos por un lado a investigadores encerrados en sus laboratorios produciendo investigación básica, y del otro, los clínicos próximos a los atletas y técnicos en el contexto de entrenamiento y competición. El resultado de este distanciamiento fue que cada cual produjo a su modo conocimientos específicos que, conducidos de manera diferente podrían estar más próximos. Desafortunadamente el paralelismo venció a la cooperación (Rubio, 2001).

Actualmente en el mundo del deporte la preparación multidisciplinar es muy completa y día a día se van buscando nuevas áreas que aporten algo más en la preparación y desarrollo integral del atleta, tal es el caso de la psicología del deporte, esta ciencia que tiene ya la cosecha de sus primeros trabajos alrededor del mundo, y que cada vez toma más fuerza en México. Las investigaciones en este campo llevan años mostrando que la aplicación de programas psicológicos para el entrenamiento de habilidades como el control de estrés, la programación de objetivos o el control de la atención, mejoran el rendimiento de los deportistas (Gucciardi, 2012; Sousa, Cruz, Torregrosa, Vilches,yViladrich 2006)

Es así que el trabajo del Psicólogo del Deporte no es diferente al de cualquier integrante del cuerpo multidisciplinar, dicho esto podemos mencionar que al igual que la preparación física es específica de acuerdo a la edad del atleta

(fases sensibles), la preparación psicológica se debe trabajar de la misma forma desde edades tempranas. “El funcionamiento psicológico puede influir, positiva o negativamente, en el funcionamiento físico, técnico y táctico/estratégico de los deportistas; y que, por tanto, es muy importante controlarlo en la dirección adecuada (en lugar de dejarlo al azar, como sucede en numerosos casos), con el propósito de optimizar (en vez de perjudicar) el rendimiento deportivo” (García, 2014).

Particularmente en el fútbol, desde sus orígenes la palabra *soccer* es un anglicismo, se deriva de manera arbitraria o informal del acortamiento del vocablo inglés Association (de *assoc*) y la influencia alteradora del sufijo *-er*. Sus orígenes nos indican que es un deporte de asociación, un deporte de equipo, y esto se ha confirmado a lo largo del tiempo.

En el fútbol, el entrenamiento psicológico favorece, elimina o fortalece relaciones propias de la competición con la intención de mantener el rendimiento deportivo. Una buena especialización en el deporte obliga a establecer qué variables hay que considerar para el logro del éxito deportivo, y parece ser que hoy en día, las habilidades psicológicas son las que predominan para ser analizadas como intervinientes en el rendimiento deportivo (González, Valdivia, Zagalaz, y Romero, 2014).

La necesidad de potenciar los recursos psicológicos individuales y del grupo (cohesión de equipo), es de suma importancia, sobre todo en los deportes en los que el resultado final depende de una interacción eficaz entre sus miembros. El fútbol es una modalidad que pertenece a la familia de los deportes de colaboración-oposición, en los que el individuo es el equipo, siendo cada jugador una parte cualitativa e integrada en el mismo. Cada comportamiento depende de otros y las contribuciones individuales son muy importantes, pero el atleta no está sujeto a una evaluación oficial. Lo que cuenta es el resultado final del equipo. Son muchos los eventos deportivos colectivos en los que el resultado final no es favorable para determinado equipo, pero la percepción de

sus miembros, en relación a su desempeño es bastante positiva, es este el estudio de Carla Chicau Borrego (Chicau, Silva, y Palmi, 2012).

Los futuros entrenadores de fútbol consideran relevante la Psicología del Deporte tanto como disciplina como la figura del especialista dentro del cuerpo técnico (Marcos, Tabanera, Barquín, y Hernández, 2014).

Considerando que el objetivo primordial del proceso de preparación deportiva es el de ampliar y optimizar los recursos físicos, técnicos y táctico-estratégicos de los deportistas, resulta evidente la necesidad de incluir dentro de dichos recursos el conocimiento y manejo de las variables psicosociales que influyen en ellos, con el fin de optimizar la metodología de trabajo de los entrenadores y el funcionamiento de los deportistas (Urra, 2015).

Hoy en día, existen diferentes conceptos y herramientas que a través de la psicología del deporte nos permiten desarrollar ese trabajo en equipo que se requiere en el fútbol. La psicovariante cohesión de equipo es una de ellas, definida por Carron, Brawley y Widmeyer (1998) como un “proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido con la finalidad de conseguir sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros” (p.213). Si bien es cierto que el hecho de que un equipo de fútbol tenga desarrollada la cohesión de grupo, no quiere decir que el éxito esté garantizado, sino que simplemente se dejarán menos situaciones al azar y las probabilidades de obtener un resultado deseado serán mayores. De este concepto se desprende que la cohesión es multidimensional, tanto a nivel social como de tarea, definidos estos como la cohesión tarea, grado de trabajo en conjunto para objetivos comunes; y cohesión social, grado de aceptación entre los miembros de un equipo y disfrute del compañerismo.

Para Widmeyer et al. (1992) la escasa investigación al respecto sugiere relación positiva entre la cohesión de equipo y el éxito deportivo en los deportes que requieren cooperación (citado por González, 2007).

Dentro de la cohesión debemos definir dos conceptos grupo y equipo. Un grupo es un conjunto de personas o cosas que tienen una característica en común. Un equipo deportivo es, un conjunto de individuos (jugadores, deportistas, atletas) que trabajan conjuntamente para completar alguna tarea, que comparten responsabilidades en cuanto a los resultados colectivos, y que son vistos tanto por sí mismos como por los demás como entidades sociales (Cohen y Bailey, 1997; Colquit, 2004; García-Mas, 2006:207).

García-Mas (2006) determina 10 características que definen la idiosincrasia de un equipo: proximidad física de los jugadores o miembros del equipo (la auto-organización como propiedad emergente de un equipo deportivo); identidad y diferenciación del equipo; similitud entre los jugadores de un equipo; especialización; objetivo común del equipo; interacción e interdependencia; inestabilidad de la situación deportiva y la adaptación del equipo; productividad y rendimiento de un equipo; memoria transactiva de los equipos; y aprendizaje de los equipos deportivos.

El modelo conceptual de cohesión de Carron, (1982), propone cuatro antecedentes principales que afectan al desarrollo de la cohesión en el ámbito del deporte y el ejercicio físico: factores ambientales, factores personales, factores de liderazgo, y factores de equipo. García Calvo (2006) ha relacionado los factores del liderazgo con factores motivacionales y de liderazgo como el clima motivacional, las orientaciones o el tipo de motivación.

Otra psicovisible es el Liderazgo, varios trabajos como el de Benito Urra (2015), quien tiene a partir de la visión de técnico y jugadores el proceso de liderazgo, así como el registro de conductas del líder. Al entenderlo como un proceso multidimensional de influencia entre deportistas y formadores, y considerando que cada persona percibe y construye la realidad a partir de sus propias interpretaciones, resulta evidente la importancia de un acuerdo entre lo que se espera del técnico, lo que éste espera de los deportistas y los requerimientos de la situación. Sin embargo, entender las percepciones propias (liderazgo percibido) y ajenas acerca del liderazgo (liderazgo preferido)

no bastan para comprender fielmente este proceso, ya que la principal vía de ejercer (y recibir) el liderazgo pasa por la interacción comunicativa entre los participantes. Es decir, el liderazgo no sólo se ejerce y se codifica sino que también se expresa a través de un proceso comunicativo específico, verbal y no verbal, que da cuenta de una tercera dimensión: el liderazgo transmitido u observado.

El liderazgo podría definirse, a rasgos generales como “el proceso conductual de influenciar a los individuos y grupos hacia metas establecidas” (Barrow, 1977, p 232).

En términos concretos, la dimensión central que explica el liderazgo es la existencia de un proceso de influencia entre el líder y sus dirigidos, influencia que no abarca solamente la dimensión cognitiva sino que, especialmente en el caso deportivo, la dimensión conductual. Es decir, no basta con el que el jugador entienda y acepte las orientaciones del líder sino que se requiere necesariamente su manifestación en la práctica (Urrea, 2015).

Al entender el liderazgo como un proceso multidimensional de influencia entre deportistas y formadores, y considerando que cada persona percibe y construye la realidad a partir de sus propias interpretaciones, resulta evidente la importancia de un acuerdo entre lo que se espera del técnico, lo que éste espera de los deportistas y los requerimientos de la situación. Sin embargo, entender las percepciones propias (liderazgo percibido) y ajenas acerca del liderazgo (liderazgo preferido) no bastan para comprender fielmente este proceso, ya que la principal vía de ejercer (y recibir) el liderazgo pasa por la interacción comunicativa entre los participantes. Es decir, el liderazgo no sólo se ejerce y se codifica sino que también se expresa a través de un proceso comunicativo específico, verbal y no verbal, que da cuenta de una tercera dimensión: el liderazgo transmitido u observado (Urrea, 2014).

Uno de los marcos teóricos más relevantes para el estudio del liderazgo en el deporte es el Modelo Multidimensional de Liderazgo (MML) de Chelladurai (1993). Ese modelo está compuesto por cuatro componentes básicos: el

comportamiento del entrenador (conductas reales, requeridas y preferidas), sus antecedentes (características de los jugadores, características del líder y características situacionales), la influencia del liderazgo transaccional, y los resultados de su comportamiento (rendimiento y satisfacción). La hipótesis central del modelo sugiere que el rendimiento de un equipo y el nivel de satisfacción de los jugadores va a depender del grado de coherencia que manifieste el tipo de liderazgo del entrenador con la conducta de liderazgo preferida por los jugadores y la conducta de liderazgo requerida ante una situación concreta, y que a su vez, van a estar influenciados por las características de los jugadores, las características del entrenador y las características situacionales (citado en Marcos, 2013).

Las relaciones existentes con los diferentes factores de la cohesión y la insatisfacción con el rol, donde los diferentes tipos de liderazgo con connotaciones positivas mantienen una correlación positiva y significativa con cada uno de ellos, con puntuaciones más elevadas en la integración grupal y atracción individual a la tarea, y una relación negativa con la insatisfacción con el rol. Además señala que el liderazgo autocrático no presenta ningún tipo de relación significativa con los factores sociales y tarea de la cohesión de equipo, pero si establece una relación positiva y significativa con la insatisfacción con el rol (Marcos, 2013). El liderazgo percibido del entrenador en un deporte colectivo como el fútbol puede afectar al clima motivacional percibido (Marcos, Sánchez, Sánchez, Alonso y García-Calvo, 2013).

La eficacia percibida y la cohesión pueden ser consideradas características psicológicas fundamentales para el desarrollo del juego en los deportes colectivos, de ahí su relevancia respecto a diferentes consecuencias para la práctica deportiva esto en la investigación de Marcos (García Calvo, Sánchez, Leo y Martín, 2008).

Por otro lado Losada, Rocha y Castillo (2012), estudiaron la relación entre cohesión y liderazgo en equipos deportivos del departamento de Boyacá – Colombia. Donde reflejan la importancia de estudiar diferentes dinámicas grupales, que ayuden a comprender tanto el comportamiento individual como

social de los grupos deportivos, ya que esto permitirá realizar posteriores intervenciones que procuren incentivar el trabajo en el fortalecimiento y mantenimiento de los diferentes componentes de un equipo, para así reforzar el rendimiento deportivo (Losada, et. al., 2012). Con relación al liderazgo deportivo, estos resultados muestran la importancia de mantener en los equipos, líderes orientados a las relaciones sociales dado que sus características de disfrute de las relaciones sociales, la generosidad en la valoración y relación con los demás, entusiasmo, creatividad, organización, compromiso. El desarrollo de la cohesión y el liderazgo deportivo en las ligas de baloncesto, fútbol, fútbol sala, y voleibol de Indeportes Boyacá, logran mantener una proporción adecuada, debido a que al estar la cohesión dirigida a la tarea y el liderazgo a las relaciones sociales, los integrantes de estas ligas posiblemente pueden encontrar en sus equipos una serie de satisfactores tanto a nivel personal como social (Losada, et. al., 2012).

Un estudio más de Balaguer, Castillo, Ródenas, Fabra, y Duda (2015) sobre los entrenadores como promotores de la cohesión de grupo ya que fomentan la creación de climas que impactan en la calidad de la motivación de sus jugadores, desarrollando cohesión en sus equipos.

También sobre cohesión podemos encontrar que el estilo de comunicación que emplea el entrenador en la interacción con sus jugadores es una variable importante en el desarrollo de la cohesión grupal, la cohesión tiene capacidad predictiva sobre el desarrollo de la eficacia colectiva percibida por los jugadores respecto a su equipo. La satisfacción de los jugadores respecto a los resultados puede ser explicada, en parte, por los niveles de cohesión y de eficacia colectiva desarrollados en el grupo estudio realizado por Alzate, Lázaro, Ramírez y Valencia (1997).

Para varios autores (Senécal, Loughéah, y Bloom, 2008; Voight y Callaghan, 2001; Yukelson, 1997) los programas de intervención para mejorar la cohesión grupal a través de tarea de entrenamiento ofrecen una visión optimista, frente a los anteriores programas que trataban de desarrollar el trabajo en equipo pero

centrados en actividades fuera del ámbito del entrenamiento y centradas en aspectos sociales y dinámicas de grupo. Otros autores (Beal, Cohen, Burke y McLendon, 2003; Carron, Colman, Wheeler y Stevens, 2002; Heuzé, Raimbaulty Fontayne, 2006; Kozub y McDonnell, 2000; Paskevich, Brawley, Dorsh y Widmeyer, 1999; spink, 1990) mencionan que el planteamiento de programas de intervención de cohesión dentro de la planificación de entrenamientos de los equipo incluyendo al entrenador como figura fundamental del proceso, puede llevar a mejoras importantes en la cohesión y la eficacia, que se antojan como las principales variables que afectan al rendimiento de un grupo deportivo (citados por Marcos,2009).

Se necesitan investigaciones futuras que empleen métodos observacionales o programas de intervención para constatar los resultados anteriormente descritos de forma subjetiva (Leo, et. al., 2015).

La mayoría de los entrenadores y personas vinculadas al deporte coinciden en afirmar la importancia que tiene la existencia de un buen ambiente y un clima adecuado entre los miembros de un equipo para conseguir optimizar el rendimiento. Otro de los antecedentes que puede conllevar a mejorar la unión entre los miembros del grupo, es el desarrollo por parte del entrenador de un liderazgo apropiado sobre sus jugadores. Es decir, el tipo de liderazgo llevado a cabo por el entrenador puede provocar en los jugadores una serie de comportamientos o de reacciones que puede influir en las relaciones que se establecen en el grupo (Leo, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, Amado, García, 2013).

## **NIVEL DE APLICACIÓN**

Para contextualizaresteste trabajo, todas las actividades de las prácticas profesionales se realizaron en Sevilla, España. Sevillaes una ciudadespañolasi situada al suroeste de laPenínsula Ibérica, es capital de la Comunidad Autónoma de Andalucía y de laprovincia homónima. Se encuentra a tan sólo 20 metros sobre el nivel del mar, en plenaVegayCampiñadelrío Guadalquivir, y a orillas de éste.

Con 692.773 habitantes (2011), Sevilla es la cuarta ciudad de España por población. Además, su área metropolitana es la cuarta del país, con 1.343.900 habitantes (INE, 2006) del total de 1.835.077 en la provincia. Es uno de los grandes centros comerciales y artísticos del sur de España y una de las ciudades con una personalidad más acusada de todo el país.

Las actividades realizadas fueron:

Asistencia regular a las clases de la asignatura de Psicología de la Actividad Física y Deporte tanto a las sesiones teóricas como prácticas dentro de la carrera de Ciencias del Deporte que se imparte en dicha facultad. Tiempo de clases: 60 horas presenciales. Dentro de la parte aplicada y externa a la Universidad, se ha trabajado en el aprendizaje de herramientas psicológicas de evaluación utilizadas en el estudio de variables psico-deportivas, lo que le han familiarizado con varios instrumentos (SCAT, CSAI-II, POMS, STD).

Colaboración con el entrenador de fútbol y graduado en CC. del Deporte en la orientación Deportiva de un equipo de fútbol de categoría juvenil en la ciudad de Sevilla, donde se ha colaborado en planes para el desarrollo de práctica como entrenadores, involucrados en los aspectos técnicos, tácticos y diversas variables psicológicas, principalmente de cohesión y liderazgo, todas las variables desarrolladas en el entrenamiento.

Asistencia a una conferencia on-line sobre Entrenamiento psicológico en fútbol en la II edición del Congreso Internacional de Psicología Aplicada al Fútbol on-line dirigido por el Dr. Santiago Rivera, donde se vieron diferentes técnicas y herramientas sobre el paro de pensamiento, atención y focalización.

Asistencia a la presentación ante los medios de comunicación del IX Congreso Mundial ISSP de Psicología del Deporte que se llevará a cabo en la ciudad de Sevilla en el mes de Julio de 2017 y con la presencia de los comités directivos de la ISSP y organizador del evento.

Ayuda en la organización y asistencia al IX Seminario Internacional UPO de Psicología del Deporte con duración de 10 horas donde se abordaron temáticas muy interesantes como: El Trabajo Multidisciplinar en Ciencias del Deporte y Salud por el Dr. Juan de Dios Beas Jiménez; La teoría de la Rueda, Competir en Valores por la Dra. Dña. Rocío Bohórquez Gómez; Hockey Subacuático ejemplo de Transmisión de Valores de Igualdad por Blanca García Márquez y Zaida Zurbano Sánchez; así como la distinguida presencia del Presidente de la ISSP Gangyan Si impartiendo su conferencia “Mindfulness, Culture, Performance en Hong Kong Institute of Education. Asistencia al taller sobre Prescripción del ejercicio donde se abordaron los temas: Cirugía Bariátrica, Esclerosis Múltiple, Paradigma psicobiológico, Programa de musculación y cardio (PMC), ¿Qué es el PMC?, Entrenamiento individual, personal cualificado, instalaciones exclusivas, sistema avanzado seguimiento y control (ver Anexo 1).

Asistencia al “XIV Congreso Nacional Psicología de la Actividad Física y el Deporte y I Encuentro Internacional de Entrenamiento Mental en el Deporte”. Organizado por la Federación Española de Psicología del Deporte (FEPD). Universidad Politécnica de Valencia realizado del 30 de Marzo a 2 de Abril de 2016. Donde se impartieron las siguientes conferencias y talleres: Taller Precongreso: Aporte de la Psicología del Deporte Cubana a la Preparación psicológica de Deportistas Olímpicos, por el Dr. Francisco García Ucha; Simposio Intervención psicológica en fútbol regional por David Peris Del Campo; Panel de Expertos Intervención Psicológica en Iniciación Deportiva; Conferencia La Psicología del Deporte en el Proceso de la Resiliencia; Comunicaciones orales Deporte y Ejercicio de Ocio y Tiempo Libre; Psicología de las Organizaciones Deportivas; Sports practice: healthy or Risky? Relationships Between Leisure Time Physical Activity And Non-Drug-Related Self-Control Problems impartido por Katja Cardol; Dos Nuevos Deportes Inclusivos: Colpbol y A-Ball; Fútbol para todos, Conferencia sobre Deporte y Fortaleza Mental por Dr. José María Buceta, Intervención psicológica en Deportes de Equipo por Aurelio Olmedilla, Los Casos de otros: Experiencia de

Supervisión de Psicólogos del Deporte por Pedro Almeida, Intervención Psicológica en el Deporte: Más allá del Entrenamiento Mental por Dra. Milagros Ezquerro, Procesos de Conocimiento en Psicología del Deporte por Dr. Joan Riera (ver Anexo 2).

## **PROPÓSITOS**

El presente reporte de prácticas/ Intercambio Académico se realiza con el propósito:

1. De trabajar y ayudar en el desarrollo de diversas variables psicodeportivas como la cohesión de grupo y liderazgo en atletas jóvenes de fútbol soccer, así como evidenciar las actividades que complementan la formación durante el intercambio académico.

## **METÓDO**

### **PARTICIPANTES**

Equipo de fútbol juvenil en la ciudad de Sevilla, España, 16 jugadores. De entre 12 y 14 años de edad. Pertenecientes a la escuela de fútbol Real Betis.

### **VARIABLES**

Cohesión y Liderazgo.

### **RECURSOS MATERIALES, HUMANOS, MATERIALES.**

Materiales: Cancha de fútbol 7, conos, silbato, 12 balones de fútbol, aros, casacas de 2 colores, escalera de agilidad, boyas de colores, instrumentos de medida.

Humanos: Entrenador en jefe, 2do Entrenador, Preparador físico.

## PLANIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

Actividad	Marzo					Abril				
	1-5	7-12	14-19	21-26	28-31	1-2	4-9	11-16	18-23	25-30
Entrevista en CAMD										
Sesiones en CAMD										
Clases en UPO										
Clases en Universidad de Sevilla										
XIV Congreso Nacional Psicología de la Actividad Física y el Deporte y 1 Encuentro Internacional de Entrenamiento Mental en el Deporte										
IX Seminario Internacional UPO de Psicología del Deporte.										
Sesiones Entrenamiento de conductas en fútbol soccer										

Congreso de fútbol on-line										
-------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## **Desarrollo de las Estrategias y Técnicas empleadas durante la intervención.**

Reporte diario en el CAMD

- 1) Deportista y estudiante al mismo tiempo, varón 24 años de edad, Balonmano, etapa de entrenamiento pretemporada, fichó en Montecarlo y en octubre sufrió lesión de hombro, duró mucho tiempo lesionado. Su estilo de juego es de contacto físico. A raíz de la lesión cayó la motivación y autoconfianza. No sabe si merece la convocatoria de la selección. Hoy siente dolor en el hombro. Tiene en mente que podría quedar fuera de nuevo. De último momento entra a la convocatoria, 1 temporada buena de balónmano playa después en balónmano pizza vuelve la molestia del hombro “el fantasma de la lesión”. Piensa en el hombro todo el tiempo, es “el señor hombro”, desordenado, cuadro obsesivo, Plan de trabajo de 3 semanas: 1. No eres un hombro eres una persona, 2. No darle de comer a un pensamiento obsesivo, 3. Distinguir entre dolor real e hipotético, 4. De 0 a 10 ¿Cuánto te duele?, 5. Disociar (olvidarse del hombro), 6. Parada de pensamiento, 7. Pensamiento disociativo.
- 2) Atleta de Piragüismo. Atleta de primera vez que manifiesta ansiedad cognitiva sudoración de las manos (simpático), se le recomienda la técnica de paro de pensamiento, acompañada de aplicación de la técnica de Jacobson de relajación. Posterior visita en 3 semanas.

**Clases en la Universidad Pablo de Olavide.**

Estudio de caso de una jugadora de voleibol, debemos tener en cuenta el principio de la privacidad, capitán de su equipo le gustaba serlo, falta de apoyo en el hogar, tristeza, indefensión aprendida, ¿Qué es lo que ocurre? Falta de confianza, duda, destrucción de autoconfianza, destrucción por parte del entrenador. Si se pone en contra tiene actitud neurótica. Narcisismo, está en el 80% de los conflictos de los humanos. Los síntomas son la expresión del problema, dolor de cabeza, resfriada por mencionar algunos. La risa es antídoto de la ansiedad.

Boca seca en el entrenamiento a pesar de haber bebido agua antes. Estomago revuelto. Lenguaje de autorreferencia en tono negativo. Incremento de la tensión muscular. Dolor de cabeza que no tenía que ver con síntomas premenstruales o de otro tipo conocido. Falta de autoconfianza, Somático = fisiológico, Cognitivo = dudas. Se describía con dudas, dudas de su propia capacidad de rendir adecuadamente cuando empieza a competir, se le va la cabeza en el entrenamiento y le hace falta concentrarse, a la vez comete muchos errores, en ocasiones se siente mareada, se siente lista para dejar de practicar el voleibol.

Pensamientos negativos del tipo: mis compañeras son mejores que yo, no voy a volver a ser la misma, tengo que dejar de jugar, no puedo soportar esta sensación, ya no disfruto el voleibol, lo mejor sería dejarlo, no me interesa lo que le ocurre a mis compañeras, se siente alejada de sus compañeras y del equipo. Diagnostico con psicovariables hace falta mejorar:

Motivación, Autoestima, Autoconfianza, Liderazgo, Cohesión, Autoeficacia, Identidad, Atención, Establecimiento de Metas.

Trabajo con el instrumento CSAI-2 Evaluación cognitiva.

a) Actividad Cognitiva: Entrevistas, cuestionarios, instrumentos que consiguen información de los deportistas.

b) Evaluación conductual: Actividad del deportista, lo que hace, su información motora y su observación directa.

c) Valoración fisiológica y bioquímica.

Evaluación Cognitiva, Ansiedad Cognitiva 23, Somática 19, Ansiedad Estado 19. La ansiedad es mayor en las mujeres que en hombres de la clase de psicología en la UPO.

### **Clase de inglés técnico en la UPO.**

Los tópicos cursados en las clases fueron:

Burnout: síndrome emocional es un término psicológico que se refiere al agotamiento a largo plazo y el interés disminuido en el trabajo (el deporte) . Se ha supuesto que el resultado de estrés crónico (sobrecarga). Burnout fue el primero. Identificado en 1970 (Maslach y Jackson). Puede ser llamado como un desequilibrio del estrés de entrenamiento y recuperación. Miedo al Fracaso, decepción, no duerme, no tiene ganas de entrenar. Sobre Entrenamiento. Desequilibrio Entre el estrés y La Recuperación un exceso de entrenamiento. Fatiga oculta. Cerebro es el órgano Que gasta Más Energía. Por la escasez de recuperación que dará lugar a una disminución del estado de adaptación. Es frecuente en atletas. Los atletas suelen ejercer más y más entrenamiento para mejorar, Jaenes 2014. La fatiga, la recuperación, la adaptación, la adaptación óptima , la adaptación de la carga. carga física, fuentes de estrés personal. Bioquímica. El cortisol, la testosterona, creatina. Psicológico, POMS.

Rendimiento.

Control psicobiológico del entrenamiento. Entrenamiento Deportivo. Proceso de adaptación progresivo. Otros estresores.

Carga externa. Carga interna impacto. Fatiga oculta.

Asma inducida al esfuerzo. Fractura por estrés. Shock estrés postraumático. Conducta de evitación motora. Indicadores, sensibles específicos, adaptación agotamiento. Creatina reactiva. Taping. SSE-Transadaptado.

**Sesiones Diarias en Escuela de Fútbol Real Betis. Frecuencias: Lunes y Miércoles.**

14 de Marzo de 2016, Trabajo de cohesión de grupo y liderazgo.

Registro observacional de conductas.

(Ver anexo 3, 4 y 5)

En el anexo 3 se muestran las conductas observadas y relacionadas con la variable de cohesión de grupo.

En el anexo 4 se muestran las conductas observadas y relacionadas con la variable de Liderazgo

En el anexo 5 y 6 el registro observacional de acuerdo a la manifestación de las conductas explicadas al inicio, desarrollo y final de la práctica deportiva de forma general.

## **RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN**

Amplitud de panorama y satisfacción en el sentido de las clases abordadas en las dos Universidades, tanto en la Universidad de Sevilla, así como en la Pablo de Olavide. Ya dentro de lo que fue la intervención en el entrenamiento con jóvenes futbolistas hubo un cambio conductual en ciertos aspectos muy específicos como la cohesión de grupo y el liderazgo ejercido por los grupos de poder como lo son el entrenador, el líder (capitán) y el líder informal. Desarrollo parcial de habilidades y herramientas para seguir trabajando esas psicovARIABLES deportivas.

### **CONCLUSIONES**

Las experiencias y desafíos a los que se enfrentan futbolistas de alto nivel cuando realizan el proceso de adaptación a la élite, la orientación que le da sobre los obstáculos que se pueden encontrar los futbolistas cuando se dispongan a dar el salto a la élite y, anticipar dichos obstáculos y tener la opción de preparar mejor la transición (Chamorro, Torregrosa, Oliva y Amado, 2016). Y dentro de esta preparación que cada vez y año con año debe ser más, involucra el aspecto de la psicología y el trabajo en cancha de las variables que pueden verse involucradas en la preparación y desarrollo integral del futbolista. Para que etapas como la de transición a la élite sean menos costosas.

Las principales conclusiones del presente trabajo, que el desarrollo de la cohesión y el liderazgo a través de trabajos cooperativos en cancha beneficiará el rendimiento deportivo, Otro de los antecedentes que puede conllevar a mejorar la unión entre los miembros del grupo, es el desarrollo por parte del entrenador de un liderazgo apropiado sobre sus jugadores. Es decir, el tipo de liderazgo llevado a cabo por el entrenador puede provocar en los jugadores una serie de comportamientos o de reacciones que puede influir en las relaciones que se establecen en el grupo.

Estudios como el de resultan relevantes para una cabal comprensión del proceso pedagógico subyacente al entrenamiento, al poner el acento en la interacción técnico-alumno más allá de las cualidades técnicas de uno y otros. Una

intervención de este tipo no sólo implican un incremento del rendimiento competitivo, sino una importante fuente de desarrollo personal por cuanto un liderazgo adaptado al grupo. De tal manera se podrían generar intervenciones que, por una parte, promuevan el bienestar de las personas, y por otra, los intereses de las disciplinas, técnicos y deportistas en el sentido de lograr el máximo rendimiento posible (Urta, 2015).

### **EXPERIENCIA PERSONAL DE LAS PRÁCTICAS**

Verdaderamente fue una experiencia enriquecedora en toda la extensión de la palabra, fue de mucho provecho el aprendizaje académico obtenido a lo largo de mi estancia, pero en el ámbito personal creo que me quedaría corto en la descripción, desde el hecho de vivir sólo hasta el saberse lejos de casa. La experiencia cultural es algo que me cambió la vida, te amplía el panorama y proyecta hacia nuevas metas futuras, enriquece a tu ser al máximo y te permite un desarrollo integral como persona. Es increíble saber que algunas cosas son lo máximo para ti, pero a la vez para otras personas en distintas partes del mundo no lo es. Más bien representan todo lo contrario que para ti. Y la capacidad que se requiere para comprender dicha situación, poner en práctica los valores que te han forjado a través de los años, en un contexto así no es sencillo, pero sí, muy enriquecedor.

Sevilla es una ciudad que alberga muchos estudiantes de diversas partes de España, y del mundo, por ello la experiencia cultural fue muy amplia conocer personas de diferentes nacionalidades fue una apertura de mente sensacional, saber que un holandés ve muy normal a sus 25 años hablar 4 idiomas distintos, lo mismo que un alemán fue muy motivante para desarrollar esas áreas de oportunidad en mi persona.

En la parte académica es muy reconfortante llegar a una clase de un “Máster” (Maestría), y darte cuenta que en tu universidad también ya viste esa clase y los temas son los mismos sólo en diferente contexto, es de saber que en tu “casa” se están haciendo las cosas bien, digo si al otro lado del mundo están estudiando y aprendiendo de lo mismo por algo será.

Aprendes a valorar más tu Universidad y sabes que tiene el potencial de ser de las mejores del mundo, con sus grandes áreas de oportunidad, pero la capacidad ahí está.

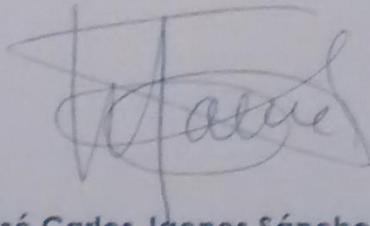
Estar en un partido de fútbol profesional de la primera división de España es algo increíble potencializo mis habilidades como entrenador de fútbol, darse cuenta de la preparación física, nivel técnico, y todo un cuerpo multidisciplinar que está detrás de lo que ellos mostraron en cancha, es diferente a la de la liga mexicana de fútbol.

Anexo 1 Certificado Seminario en Sevilla

Dr. D. José Carlos Jaenes Sánchez en condición de Director Organizador del **IX SEMINARIO INTERNACIONAL UPO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**, y Vicepresidente de la Federación Española de Psicología del Deporte (FEPD) hace constar que:

**D. Juan Osvaldo Juárez Patiño**

ha asistido con aprovechamiento como **ASISTENTE** a éste Seminario Internacional de 10 horas de duración organizado en la Universidad Universidad Pablo de Olavide. Para que así conste, se firma en Sevilla a 18 de marzo de 2016.



José Carlos Jaenes Sánchez

Director IX Seminario UPO

## Anexo 2



# CERTIFICADO DE ASISTENCIA

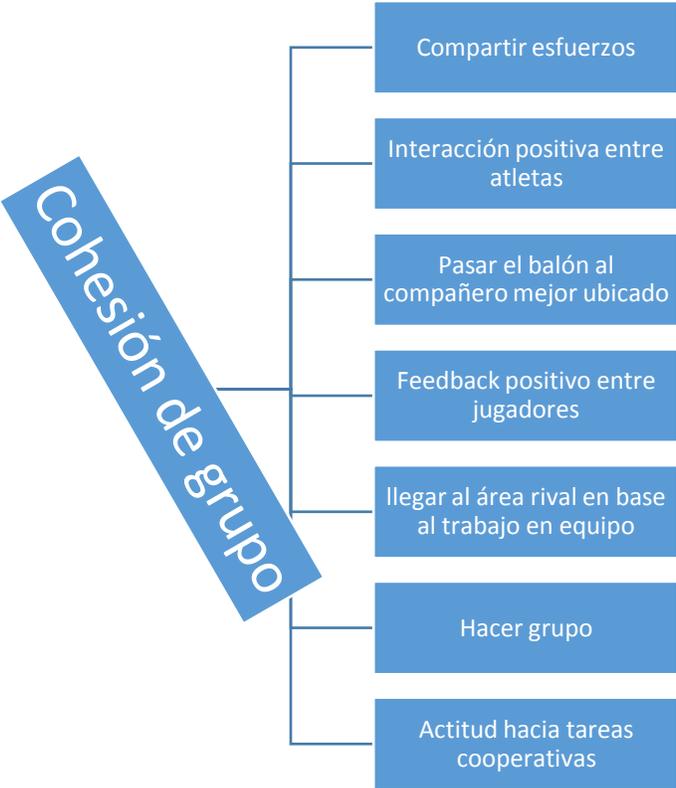
**JUAN OSVALDO JUÁREZ PATIÑO**

Este certificado reconoce la asistencia como congresista en el XV Congreso Nacional de la Psicología de la Actividad Física y del Deporte y I Encuentro Internacional de Entrenamiento Mental en el Deporte con el lema "Hacia una gestión mental óptima en el deporte moderno" con una duración de 29 horas y 15 minutos, celebrado en Valencia, del 30 de marzo al 2 de abril de 2016.

Valencia, 2 de abril de 2016.



Anexo 3



Anexo 4



Anexo 5 Registro de conductas General.

	REGISTRO DE CONDUCTAS	Disciplina:	FÚTBOL	Edad: 12 - 14	Etapa:	COMPETITIVA	
	GENERAL						
	FECHA	#####	16/03/2016	21/03/2016	23/03/2016	04/04/2016 04/06/2016	
	ENTRENAMIENTO	X	X	X	X	X	
	Competencia						
<b>INICIO</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES2</b>	<b>MIÉRCOLES2</b>
A	Interacción positiva entre atletas	3	4	3	4	4	4
A	hacer grupo	4	3	4	4	3	3
B	Es seguido por los demás	4	4	5	4	3	3
B	Integra al equipo	3	5	2	3	4	4
<b>DESARROLLO</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES2</b>	<b>MIÉRCOLES2</b>
A	pasar el balón al compañero mejor ubicado	3	4	3	4	4	4
A	Compartir esfuerzos	4	3	4	4	3	3
B	Feedback positivo hacia sus compañeros	4	4	5	4	3	3
B	Coopera en función del equipo	3	5	2	3	4	4
<b>FINAL</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES2</b>	<b>MIÉRCOLES2</b>
A	Llegar al área rival en base al trabajo en equipo	3	4	3	4	4	4
A	Actitud hacia tareas cooperativas	4	3	4	4	3	3
B	Expresa sus ideales	4	4	5	4	3	3
B	Habla frente a grupo	3	5	2	3	4	4

Anexo 6 Registro de conductas

REGISTRO DE CONDUCTAS		Disciplina:	FÚBOL	Edad: 12 - 14	Etapa:	COMPETITIVA	
GENERAL							
FECHA		#####	13/04/2016	#####	20/04/2016		
ENTRENAMIENTO		X	X	X	X		
Competencia							
<b>INICIO</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>LUNES2</b>	<b>MIERCOLES2</b>
A	Interacción positiva entre atletas	3	4	3	4	4	4
A	hacer grupo	4	3	4	4	3	3
B	Es seguido por los demás	4	4	5	4	3	3
B	Integra al equipo	3	5	2	3	4	4
<b>DESARROLLO</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>LUNES2</b>	<b>MIERCOLES2</b>
A	Pasar el balón al compañero mejor ubicado	3	4	3	4	4	4
A	Compartir esfuerzos	4	3	4	4	3	3
B	Feedback positivo hacia sus compañeros	4	4	5	4	3	3
B	Coopera en función del equipo	3	5	2	3	4	4
<b>FINAL</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>LUNES2</b>	<b>MIERCOLES2</b>
A	Llegar al área rival en base al trabajo en equipo	3	4	3	4	4	4
A	Actitud hacia tareas cooperativas	4	3	4	4	3	3
B	Expresa sus ideales	4	4	5	4	3	3
B	habla frente a grupo	3	5	2	3	4	4

## REFERENCIAS

- Figueiras, Oscar, González. (2007). Efdeportes. Buenos Aires: Revista Digital, Año 12 – No. 114 Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd114/cohesion-de-equipo.htm>
- Rubio, Katia (2001). De la psicología general a la psicología del deporte, marcos teóricos, relaciones y dependencias. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(2), 255-265.
- García, Marcos, Sánchez, Jiménez, y Cervelló, (2008). Importancia de los Aspectos Motivacionales Sobre el Grado de Cohesión en Equipos de Fútbol. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 3(1), 67-80
- Urra Tobar, (2015). Análisis del Liderazgo Preferido, Percibido, y Observado por Técnicos y Deportistas en Fútbol Formativo: Un Estudio de Caso. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(1), 197-210.
- Leo Marcos, Sánchez Miguel, Sánchez Oliva, Amado Alonso, y García Calvo, (2011). Análisis del clima motivacional como antecedente de la eficacia colectiva en futbolistas semiprofesionales. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 159-162.
- Alzate, Inmaculada, Ramírez, y Valencia, (1997). Análisis del Impacto del Estilo de Comunicación del Entrenador en el Desarrollo de la Cohesión Grupal, la Eficacia Colectiva y la Satisfacción. *Revista de Psicología del Deporte*, 1, 457-907.
- Leo Marcos, García Calvo, Parejo González, Sánchez Miguel, García-Mas, (2009). Aplicación de un Programa de Intervención para la Mejora de la Cohesión y la Eficacia en Jugadores de Baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1) 73-84.
- Balaguer, Castillo, Ródenas, Fabra, y Duda, (2014). Los Entrenadores Como Promotores de la Cohesión del Equipo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(1), 233-242.

- Losada López, Erika, Rocha, diana y Castillo, Liliana (2012). Relación entre cohesión y Liderazgo en Equipos Deportivos del Departamento de Boyacá-Colombia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1) 33-44.
- Leo, González Ponce, y Sánchez Miguel,(2015). El Conflicto de Rol y el Conflicto de Equipo Como Debilitadores de la Eficacia Colectiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1) 171-176.
- Chamorro, Torregrosa, Sánches Oliva, y Amado, (2016). El fútbol Dentro del Campo y Fuera de él: Desafíos en la Transición a la Élite. *Revista de Psicología del Deporte*,25(1), 81-89.
- Leo Marcos, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva,Amado Alonso, y García Calvo, (2013). El Liderazgo y el Clima Motivacional del Entrenador Como Antecedentes de la Cohesión y el Rol Percibido en Futbolistas Semiprofesionales.*Revista de Psicología del Deporte*, 22(2) 361-370.
- Chicau Borrego, Carla, Silva, y Palmi Guerrero, (2012). Programade Intervención Psicológica para la Optimización del Concepto de Equipo (teamBuilding) en Jóvenes Futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1)49-58.
- González, Valdivia, Zagalaz, Romero, (2014). Estudio Sobre las Habilidades Psicológicas en el futbolista. *Revista Trances*, 6(4):227-248.
- Buceta, J. M. (1998) Psicología del entrenamiento deportivo. Madrid: Dykinson

## Dirección de Servicio Social y Prácticas Profesionales

### Evaluación de Desempeño de Prácticas Profesionales

Matrícula:	1410076
Nombre del Alumno:	Juan Osvaldo Juárez Patiño
Facultad:	Facultad de Organización Deportiva
Carrera:	Maestría en Psicología del Deporte

Datos de la Empresa:

Empresa:	Universidad Pablo de Olavide
Departamento:	Antropología Social, Psicología Básica y la Salud

### Evaluación

	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia	X			
Conducta	X			
Puntualidad	X			
Iniciativa	X			
Colaboración	X			
Comunicación	X			
Habilidad	X			
Resultados	X			
Conocimiento	x			



**RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO**

**JUAN OSVALDO JUÁREZ PATIÑO**

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Reporte de Prácticas/intercambio académico: **COHESIÓN Y**

**LIDERAZGO DENTRO DE LA PLANIFICACIÓN DE**

ancho  
Física  
ide

