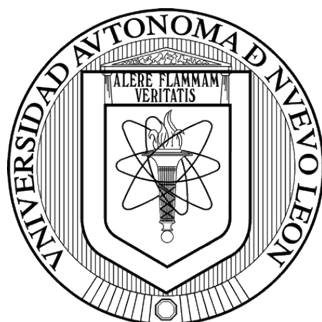

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI



**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA EL
DESARROLLO DE COHESIÓN E IDENTIDAD DEPORTIVA EN
JÓVENES DEPORTISTAS**

POR

JESÚS ÁNGEL MÉNDEZ DELGADO

PRODUCTO INTEGRADOR:

REPORTE DE PRÁCTICAS PROFESIONALES

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

Nuevo León, julio 2018.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
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 Profesionales titulado “Programa de Intervención Psicológica para el Desarrollo de Cohesión e Identidad Deportiva en Jóvenes Deportistas” realizado por el Lic. Jesús Ángel Méndez Delgado, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

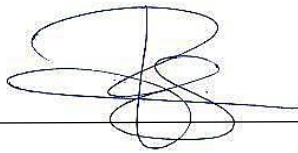
COMITÉ DE TITULACIÓN



Dr. Luis Tomás Ródenas Cuenca

Facultad de Organización Deportiva, UANL.

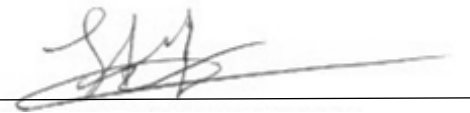
México



Facultad de Psicología, Universidad
Católica de Murcia.

España

Co-asesor



M.P.D. Luis Felipe Reynoso Sánchez

Facultad de Organización Deportiva, UANL.
México

Co-asesor

Dra. Blanca R. Rangel Colmenero

Subdirección de Estudios de Posgrado e Investigación de la FOD

Nuevo León, julio 2018.

AGRADECIMIENTOS Y/O RECONOCIMIENTOS

Le agradezco a Dios y a la Virgen María, por bendecirme en este maravilloso trayecto, por no soltarme en los momentos más difíciles, por alimentar mi Fé, ser mi apoyo, mi luz y mi camino. La paciencia todo lo alcanza, quien tiene a Dios nada le falta.

A mi madre Cecilia Delgado por ser ejemplo de vida, de esfuerzo y dedicación, a mi padre Gilberto Méndez por brindarme su cariño y ofrecerme todos los recursos para tener esta educación, a ellos que día a día siempre se levantan y construyen una mejor vida para mí y mis hermanas; a mis hermanas Nuria, Fátima y Angie, que me han demostrado lo grandiosas que lograrán ser. A ellos gracias por siempre apoyarme y animarme aun estando lejos haciendo mis estancias de la maestría. Dedico de manera muy especial el presente trabajo a mis abuelos Consuelo, Agapito, Ana María y Gilberto, a mi familia, primos que han sido parte importante en mi vida.

Quiero agradecer principalmente al Dr. Rosendo Berengüi Gil, por abrirme las puertas de su universidad en Murcia, España. Y compartir sus conocimientos más profundos en la Psicología del Deporte, por confiar en mí e impulsarme a nunca dejar de creer en mis capacidades. También agradecer a la familia Berengüi por adoptarme como un miembro más de su familia, por su tiempo y amistad que se logró formar.

A mis amigos y hermanos de psicología Fabiola, Lorena y Rafael, que estuvieron presentes y me apoyaban de diversas maneras para tomar las mejores decisiones; a mis maestros y compañeros de la maestría y doctorado, Luis Ródenas, Mari Marentes, Felipe Reynoso, Lesly Castellanos, Dahiana Salazar, por impulsar cada proyecto y la pasión por emprender la psicología del deporte; a los MPD de Atlas F. C. Jonathan Yáñez y Karla Ruiz, que han sido un enlace importante para mí desarrollo profesional y personal.

A las instituciones como CONACYT, Facultad de Organización Deportiva, Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Nuevo León y mis estancias en la Universidad Católica de Murcia y en Atlas Fútbol Club por facilitarme los recursos, materiales y profesores para culminar mi preparación de posgrado.

“Fé, que todo llega”

FICHA DESCRIPTIVA

Universidad Autónoma de Nuevo León

Facultad de Organización Deportiva

Facultad de Psicología

Posgrado Conjunto FOD – FaPsi

Fecha de Graduación: Julio 2018

JESÚS ÁNGEL MÉNDEZ DELGADO

Título del Producto Integrador: Programa de Intervención Psicológica para el Desarrollo de Cohesión e Identidad Deportiva en Jóvenes Deportistas.

Número de Páginas: 53

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Resumen del reporte de prácticas profesionales:

El presente trabajo es un programa de intervención realizado a la categoría Sub 17 de Atlas Fútbol Club en Fuerzas Básicas ubicado en Centro de Capacitación de Fútbol (CECAF) de la Ciudad de Guadalajara, Jalisco, México. El plan de intervención está diseñado por la primera necesidad que tiene el Departamento de Desarrollo Humano conjunto al Área de Psicología del Deporte de Atlas F. C., identificando el cambio de entorno de grupo como objetivo de principal abordaje, involucrando la disposición y actitud del jugador hacia la cohesión tarea e identidad deportiva con el club como elementos que se requieren para la mejora. El propósito fue contribuir a favorecer la cohesión mediante el desarrollo de un esquema cognitivo, afectivo y conductual, atribuirlo a tareas de estándares internos de ejecución y proceso. Las estrategias utilizadas fueron registros observacionales, cuestionarios, sesiones psicológicas y dinámicas de tipo grupal. Los recursos que se necesitaron fueron materiales y humanos.



Dr. Luis Tomás Ródenas Cuenca

Asesor Principal

Tabla de contenido

<u>INTRODUCCIÓN</u>	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN	1
ANTECEDENTES TEÓRICOS Y EMPÍRICOS	2
COHESIÓN	6
IDENTIDAD DEPORTIVA	8
CARACTERIZACIÓN	11
<u>NIVEL DE APLICACIÓN</u>	<u>12</u>
<u>PROPÓSITOS</u>	<u>12</u>
PROPÓSITOS ESPECÍFICOS	12
<u>TIEMPO DE REALIZACIÓN</u>	<u>14</u>
<u>ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES</u>	<u>15</u>
METODOLOGÍA OBSERVACIONAL	15
CUESTIONARIOS DE EVALUACIÓN	15
ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS	16
COOPERACIÓN	17
TRABAJO EN EQUIPO	17
COHESIÓN	18
IDENTIDAD DEPORTIVA	19
<u>RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS.</u>	<u>20</u>

<u>PRODUCTO</u>	<u>21</u>
ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA	21
PRUEBAS DE NORMALIDAD PARA LAS VARIABLES PRINCIPALES DEL ESTUDIO	26
PRUEBAS PARAMÉTRICAS DE COMPARACIÓN DE MEDIAS	27
<u>CONCLUSIONES</u>	<u>29</u>
<u>REFERENCIAS</u>	<u>30</u>
<u>EXPERIENCIA PERSONAL DE LAS PRÁCTICAS</u>	<u>34</u>
<u>ANEXOS</u>	<u>35</u>
<u>EVALUACIÓN DE DESEMPEÑO DE PRÁCTICAS PROFESIONALES.</u>	<u>52</u>
<u>RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO</u>	<u>53</u>

Introducción

El presente trabajo tiene como objetivo principal el desarrollo de una intervención en el área de la psicología del deporte, específicamente en el deporte de Fútbol con Fuerzas Básicas de Atlas Fútbol Club.

Inicialmente se hace un análisis de necesidades con el departamento de psicología de Atlas F. C. en Fuerzas Básicas, considerando el historial de la categoría Sub 17 conforme a la actitud y el entorno de grupo, haciendo énfasis en una intervención con este equipo. Se elabora un programa de intervención psicológica después de una identificación del problema y los beneficios que traerían con ello en su implementación. La elaboración del programa consiste en un análisis de literatura con las variables psicodeportivas que se intervendrán y trasladarlo a sesiones grupales en cancha. Finalmente, se realiza la intervención psicológica en deporte de modalidad aplicada.

Planteamiento del problema y justificación

El Departamento de Desarrollo Humano conjunto al Área de Psicología del Deporte de Atlas Fútbol Club tiene como primera necesidad la intervención con el equipo Sub 17 de Fuerzas Básicas, tanto con el cuerpo técnico como con los jugadores.

La categoría Sub 17 de Fuerzas Básicas ha tenido trabajo previo con el área de psicología en inicios de enero del 2018, trabajando con ellos de manera grupal e interviniendo con sesiones institucionales, es decir, las sesiones grupales han sido abordadas desde las necesidades de la institución que es fuerzas básicas. Sin embargo, las necesidades específicas del equipo serán abordadas desde este proyecto.

Identificado la premisa de involucrar el desarrollo de capacidades y habilidades psicológicas, promoviendo el establecimiento de metas de resultado, pero sobre todo de proceso (día a día). Lo anterior tiene la finalidad de incrementar la motivación intrínseca, de modo que las acciones, pensamientos y emociones estén enfocadas de forma consciente al cambio actitudinal y disposicional, alcanzando así una satisfacción positiva, incrementando su percepción de autoeficacia y aumentando el compromiso con el desarrollo deportivo, institucional y social.

Para lograr lo planteado, el trabajo tuvo como objetivo principal la aplicación de una intervención en el área de la psicología del deporte, enfocada al desarrollo de la Cohesión, que contribuya a favorecer el rendimiento, interacciones con los demás, y bienestar del cuerpo técnico y jugadores. Además, la Identidad Deportiva complementará el desarrollo de las estrategias que tiene por objetivo potencializar el grado de compromiso deportivo tanto de participación como la competencia misma, así como los valores institucionales.

Antecedentes teóricos y empíricos

No cabe la menor duda que el deporte constituye hoy en día, el fenómeno social de mayor relevancia y transcendencia en nuestra sociedad (Cox, 2008). En el mundo actual no sólo está plagado de actividades deportivas, sino que muy probablemente el deporte sea uno de los mecanismos de socialización más difundidos y, ahora, arraigados; actualmente, el fútbol es el más universal de los deportes y supone una multitud de articulaciones sociales (Antezana, 2003).

El fútbol es uno de los deportes que mayor impacto social y económico presentan respecto de otras especialidades deportivas, independientemente del nivel de profesionalización en el que nos situemos como el deporte de base, profesional, y alto rendimiento, entre otros (Benedicto y De los Fayos, 2003).

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; habiendo una necesidad de potenciar los recursos psicológicos individuales y de grupo, sobre todo en los deportes en los que el resultado final depende de una interacción eficaz entre sus miembros (Borrego, Silva, Guerrero, 2012).

Autores como Aragón y Garza (2003) mencionan que, en la actualidad, nos encontramos con un fenómeno cada vez más común en el fútbol mexicano: el énfasis por la preparación adecuada del jugador de fútbol, a partir del trabajo integral con las bases de los clubes organizados; donde los factores económicos, políticos y sociales han llevado a los clubes a la búsqueda de jugadores surgidos en sus filas, con una identidad

de equipo y con las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas adecuadas para encarar con éxito la transición posterior, su inserción al mundo del profesionalismo.

Para comprender la finalidad y aplicación de la psicología del deporte, resulta conveniente mencionar que la psicología del deporte y el ejercicio procuran comprender y ayudar a niños, deportistas de élite, personas con incapacidades físicas o mentales, personas mayores y público en general, para lograr la máxima participación, el máximo rendimiento, la satisfacción personal y el desarrollo de la participación (Weinberg y Gould, 2010).

La principal finalidad que persigue el deporte de alto rendimiento es la búsqueda de optimización en los recursos que posee cada jugador y equipo, para obtener el mayor rendimiento posible (Amado, García-Calvo, Leo, Sánchez-Miguel y Sánchez-Oliva, 2014).

Para Valdés (1996) la práctica de la psicología del deporte a nivel de las divisiones menores centra su interés en la formación y entrenamiento de jóvenes en el nivel de fuerzas básicas anteponiendo la formación como el aprendizaje y proceso necesario en el desarrollo personal y profesional. Desde la psicología del deporte entendemos la preparación psicológica como un proceso pedagógico para incrementar el rendimiento deportivo mediante el desarrollo de un control efectivo sobre las variables de orden psicológico relacionadas con el logro futbolístico, formando además recursos y cualidades útiles para el desempeño del futbolista en otros ámbitos de su vida (Garcés de los Fayos y Benedicto, 2003).

Hoy en día se ha dado una mayor importancia e interés en la formación de fuerzas básicas, o las también llamadas divisiones menores de equipos profesionales de fútbol, donde se les brinda a los jóvenes una metodología organizada para el desarrollo de habilidades y destrezas desde los fundamentos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos. A diferencia del alto rendimiento (profesionalismo) el eje no está puesto exclusivamente en los resultados, sino en la promoción del mayor número de jugadores posibles (y bien formados) al fútbol profesional, la mayor cantidad y calidad de semillas posibles para cosechar.

Buceta (2005) menciona que un equipo deportivo está compuesto por unos deportistas o jugadores que deben aumentar su esfuerzo y su rendimiento, en el entrenamiento y la competición, para conseguir un objetivo en común. Psicólogos sociales definen al grupo como dos o más personas que interactúan y ejercen mutua influencia el uno sobre el otro (Aronson, Wilson y Akert, 2002).

Por otro lado, Buceta (1995) menciona que el equipo debe funcionar como un grupo que persigue una meta colectiva pero sus integrantes son personas individuales que deben aportar su rendimiento individual, planteándose, de esta forma, la necesidad de tener en cuenta tanto lo colectivo como lo individual, y más aún, la manera de coordinarlos e integrarlos en un sistema de funcionamiento en el que la permanente influencia reciproca de ambos resulte positiva para el equipo.

Para abordar las variables psicosociales en el deporte relacionadas con el proceso de equipo es necesario comprender la diferencia entre equipo y grupo. Aunque un grupo y un equipo tienen similitudes en que persiguen un objetivo en común, hay características que difieren uno del otro (Weinberg y Gould, 2010).

Según Weinberg y Gould (2010) un equipo conlleva propiedades definidas de interacción mutua e interdependencia en la tarea, mostrando las siguientes cuatro características clave:

- Sentido de identidad colectiva: “nosotros” en lugar de “ustedes y yo”
- Roles diferenciados: todos los miembros conocen su trabajo
- Modelos estructurados de comunicación: líneas de comunicación
- Normas: reglas sociales que guían a los miembros con respecto a lo que hay que hacer y lo que no hay que hacer

Los mismos autores enfatizan en la importancia de comprender la estructura de un grupo, consolidando lo siguiente “para que un grupo de individuos se convierta en un equipo efectivo, se deben desarrollar determinadas características estructurales”

El siguiente modelo, desde una perspectiva pendular de Feinstein (1987, citado en Weinberg y Gould, 2010), enfatiza los cambios que ocurren en las relaciones

interpersonales durante el crecimiento y el desarrollo de los grupos, pasando por las siguientes cinco etapas:

1. Orientación: la cohesión y los sentimientos de unidad son fuertes, los deportistas comparten muchos sentimientos en común, ansiedades y aspiraciones.
2. Diferenciación y conflicto: el grupo se divide física y psicológicamente en unidades más pequeñas; a menudo se originan conflictos ya que los deportistas compiten por posiciones dentro del equipo.
3. Resolución y cohesión: la cohesión aumenta a medida que los miembros del grupo comparten preocupaciones y sentimientos en común para prepararse y enfrentar una amenaza común.
4. Diferenciación y conflicto: la unidad del grupo está debilitada ya que a varios individuos se les adjudican castigos o recompensas provenientes del grupo.
5. Finalización: si la temporada fue exitosa, los sentimientos de cohesión son fuertes. Si la temporada no fue exitosa, los sentimientos de cohesión son débiles.

Para lograr una comprensión amplia y profunda sobre las variables psicosociales que intervienen en los procesos de equipos deportivos es necesario conocer que el fútbol es un deporte colectivo, es decir, un deporte de equipo y no de grupo, y con ello, la relevancia de los procesos de participación social e identidad grupal.

En los deportes de equipo el resultado final dependerá de la interacción eficaz entre sus miembros, entonces se busca que el entrenamiento psicológico fortalezca los recursos psicológicos individuales y grupales con la intención de mantener un rendimiento deportivo. La configuración total de estos elementos determinará un proceso dinámico llamado cohesión.

Algunos de los trabajos en programas de intervención más importantes son, por ejemplo, el de Voigh y Callaghan (2001), el cual ha sido enfocado a la mejora de cohesión de equipo, centrándose en estrategias de *team-building*, agrupando a los siguientes componentes: visión compartida (consiste en metas comunes y roles

complementarios), trabajo en equipo de colaboración y sinérgico; responsabilidad individual-equipo, identidad del equipo, cohesión positiva de equipo y comunicación abierta y honesta. En general, los resultados demuestran que la intervención en formación de equipos es útil para la mejora del rendimiento individual, y además aumenta el funcionamiento en el rendimiento grupal y la mejora en la unidad de equipo, tanto en el ámbito social como a la hora de llevar a cabo las tareas.

También, otros autores como Leo, García, Parejo, Sánchez y García-Mas (2009) tratan de demostrar el aumento de cohesión y la eficacia a través de un programa de intervención basada en tareas cooperativas, obteniendo resultados de aumento en cohesión tarea, autoeficacia y eficacia percibida, pero no llegando a ser significativas. Otro estudio, como el de los autores Borrego y colaboradores (2012), han utilizado programas de intervención para la optimización del concepto de equipo en jóvenes futbolistas encontrando en sus resultados que la intervención en el *team building* contribuyó a mantener elevados niveles de cohesión asociados a las estrategias que conducen a la construcción de la dinámica de juego y con las interacciones estratégicas de desarrollo del equipo.

Cohesión

La cohesión es uno de los conceptos más importantes en el estudio de la conducta de grupos pequeños y una de las variables psicológicas que entrenadores y deportistas de deportes colectivos más valoran a pesar de que existen diversos trabajos en los que la relación positiva entre cohesión y rendimiento se halla cuestionada en la actualidad (García-Mas., Olmedilla, A., Morilla, M., Rivas, C., Garcia, E., y Ortega, E., 2006). La cohesión grupal ha sido considerada como un proceso clave en la formación y desarrollo de los equipos de trabajo (Barrasa y Gil, 2004).

Diversos autores como Festinger et al. (1963) definen la cohesión como “el campo total de fuerzas que hace que los miembros permanezcan en el grupo”. Autores como Festinger, Schacter y Back (1951) proponen la existencia de dos tipos de fuerzas: la atracción hacia el grupo y el control de recursos. La primera de ellas hace referencia al deseo individual de interactuar con otros miembros del grupo y de participar en las actividades colectivas. La segunda, se refiere a las ventajas que cada miembro obtiene

por pertenecer al grupo. El resultado de la suma de estas fuerzas es lo que va a determinar el grado de cohesión del grupo.

Mikalachki (1969, citado en Bollen y Hoyle, 1990) aboga por que la cohesión se subdivida en dos componentes: cohesión social y cohesión a la tarea. La cohesión social puede definirse como la motivación para desarrollar y mantener las relaciones sociales dentro del grupo, mientras que la cohesión a la tarea sería la implicación del grupo con el objetivo que tiene que alcanzar y los procesos necesarios para lograrlo (Carless y De Paola, 2000).

Para Carron (1982) la cohesión es definida como “un proceso dinámico que se refleja la tendencia grupal de mantenerse juntos y permanecer unidos en la persecución de sus metas y objetivos”.

Carron (1982) propone un modelo conceptual de cohesión en el cual pone cuatro antecedentes principales que afectan el desarrollo de la cohesión en el ámbito del deporte y el ejercicio físico: factores ambientales, factores personales, factores de liderazgo, y factores de equipo. Estas vendrían a provocar una serie de consecuencias a nivel individual y colectivo como puede ser el aumento de eficacia y el rendimiento. Los factores personales se relacionan con aquellas características individuales que pueden influir en la cohesión como puede ser la motivación para participar, las actitudes o el nivel de comportamiento con el equipo; Los factores de equipo se corresponden con las normas de productividad, el deseo de éxito, la eficacia colectiva o las experiencias de compromiso con los roles.

Como consecuencia de la generación de este modelo y de su comprobación experimental, surgió una herramienta de evaluación, el *Group Environment Questionnaire* (GEQ) (Carron, Widmeyer y Brawley, 1985; Brawley, Carron y Widmeyer, 1988), como una reconceptualización del instrumento de Martens, al incorporar cohesión social y la cohesión por la tarea (Carron y Ball, 1977). El GEQ es en la actualidad, en sus distintas adaptaciones, traducciones y validaciones, el instrumento de medición de la cohesión más ampliamente difundido y empleado en el campo de la psicología del deporte.

La intervención psicosocial aplicada en el deporte mediante técnicas de intervención adecuadas se puede estimular la cohesión en grupos que realizan ejercicio o actividades deportivas (Carron y Spink, 1993). Diferentes estudios han comprobado que la percepción de la cohesión de grupo aumenta cuando existe una actividad participativa en el establecimiento de objetivos (Brawley y cols, 1993). Otros estudios (Widmeyer, Silva y Hardy, 1992; Widmeyer y Williams, 1991; citado en Weinberg y Gould, 2010) demostraron que un objetivo de grupo establecido y aceptado era el principal contribuyente a la cohesión de tarea y el segundo en importancia respecto de la cohesión social. Además, el compromiso con el objetivo, su claridad e importancia aumentaban a la par de la cohesión de grupo, que, a su vez, aumentaba como resultado de que los integrantes participaran en la formación del equipo o en la fijación de objetivos.

Otra estrategia es el sociograma, una de las herramientas más empleadas en el estudio de la dinámica o de la cohesión grupal, facilitando la evaluación del grado de relación, la estructura del grupo y la posición relativa que ocupa en él cada uno de sus miembros (Weinberg y Gould, 2010).

Identidad Deportiva

Psicólogos sociales como Stryker y Burke (2000, p. 285) examinan la identidad desde una perspectiva de interacción simbólico “cuyo objetivo es comprender y explicar cómo las estructuras sociales afectan al yo y cómo el yo afecta al comportamiento social”.

Por lo tanto, en la psicología social, el término identidad tiene un uso distinto y considera la identidad como “las partes de un yo integradas por el significado que las personas le atribuyen a los múltiples roles que desempeñan típicamente en una sociedad contemporánea” (Stryker y Burke, 2000, p. 284).

Los aspectos sociales influyen en la psicología del individuo, en su forma de pensar, sentir y actuar, modulando en definitiva sus actitudes y conductas (Macías y Moya, 2002).

A lo largo del proceso de socialización, una persona interactúa con agentes, contextos, actividades, sentimientos y experiencias diversas que van construyendo las

afecciones y desafecciones con el deporte, hasta el punto de poder conformar una identidad deportiva; El proceso de construcción de la Identidad deportiva se nutre de factores internos o intrapersonales, externos o socioculturales y factores ambientales con los que interactuarán las personas durante su socialización (Peiró-Velert, Valencia-Peris, Fos-Ros y Devís-Devís, 2016).

La participación deportiva demanda elevados niveles de compromiso, y para muchos deportistas su práctica puede llegar a suponer la preocupación principal en la vida, pudiendo llegar a basar su propia identidad personal en cómo se identifican con su deporte (Packard, 2010).

La identidad atlética se ha definido como el grado de fuerza y exclusividad con el que una persona se identifica con el rol atlético (Brewer, Van Raalte, y Linder, 1993). Horton y Mack (2000, p.101) la definen como “una estructura cognitiva (esquema) y un rol social: el elemento cognitivo proporciona un marco para interpretar información, enfrentar situaciones y comportamientos inspiradores; El elemento social implica percepciones de los demás y el papel en relación con la sociedad”. También la identidad deportiva la determinara el nivel de importancia, la fuerza o intensidad, y la exclusividad que van asociados a ese papel, que es mantenido por el deportista y sometido a influencias ambientales (Cieslak, Fink y Pastore, 2005).

Cieslak (2004) determina que, desde temprana edad, las personas con alta identidad deportiva comienzan a basar su autoestima en el rendimiento deportivo y tienden a apoyar su autoestima a través de su fuerte identidad deportiva, que se desarrolla aún más si un atleta alcanza el nivel de élite. Como resultado, la mayoría de los atletas fortalecen y reducen sus identidades en función de su éxito en el deporte. Por lo tanto, los atletas, así como las personas importantes en sus vidas a menudo se centran en un solo aspecto de su personalidad y descuidan la prominencia de otras identidades (familia, amistad, religiosa, académica, romántica). Este énfasis excesivo en la participación del deporte puede causar una falta de participación en otras actividades como, entre otras, las interacciones escolares y sociales.

Para medir la identidad deportiva, considerada en los comienzos de su estudio como un constructo unidimensional, Brewer, Van Raalte y Linder (1993) aportan la que

sin duda es la escala más utilizada para la evaluación y estudio, la *Athletic Identity Measurement Scale* (AIMS), que inicialmente constaba de diez ítems y permitía obtener una puntuación global de Identidad atlética.

Posteriormente con el paso del tiempo la investigación ha ido aportando diferentes modelos multidimensionales, en el cual Brewer y Cornelius (2002) desarrollaron un modelo en el cual conceptualiza la Identidad atlética en tres factores de primer orden indicando que consiste en la construcción de factores como la identidad social, exclusividad y afectividad negativa.

Describiendo a continuación los factores que son: A) Identidad social, y es “la medida en que el individuo se considera a sí mismo como el que ocupa el papel del atleta dentro de la sociedad”; B) Exclusividad y es “hasta qué punto la autoestima de un individuo está determinada únicamente por el rendimiento en el papel del atleta”; y C) Afectividad negativa “siendo la medida de que un individuo experimenta un afecto negativo en respuesta a resultados indeseables de participación deportiva” .

Asimismo, Mosqueda, Cantú-Berrueto y Berengüi (2017) demuestran validez del instrumento en el contexto mexicano, el cual pueden ser utilizados de forma tridimensional (identidad social, exclusividad y afectividad negativa), y de forma unidimensional midiendo la Identidad Deportiva en los deportistas.

Estudios como el de Smith, Hale y Collins (1998), por ejemplo, advierten del beneficio en el empleo de este instrumento, ya que los tres factores mostraron utilidad a la hora de discriminar los niveles de dependencia al ejercicio de competidores; considerando la escala de identidad deportiva de utilidad en el ámbito profesional de la Psicología del Deporte aplicada.

Caracterización

El Centro de Capacitación de Fútbol (CECAF) está ubicado en el Km 6.5 carretera Guadalajara-Chapala, Colonia Club de Golf Atlas, El Salto, Jalisco. C. P. 45680. CECAF cuenta con cuatro canchas profesionales de pasto natural, una fosa de porteros, gimnasio, consultorios médicos, oficinas y estacionamiento. En estas instalaciones se trabaja con las categorías profesionales por las mañanas y con las inferiores por la tarde, de acuerdo con la planeación programada por el director de Fuerzas Básicas y el coordinador técnico-táctico. De los 22 jugadores que conforman la categoría Sub 17, el rango de edad es de los 16 hasta los 18 años de edad, del cual 15 jugadores residen en Casa Club, que tiene como objetivo el proporcionarles alojamiento a los futbolistas en formación que proceden de fuera del área del estado de Jalisco, estando en una atmósfera adecuada para su formación integral y el enriquecimiento de la calidad de su vida deportiva.

Nivel de aplicación

La aplicación se llevará a cabo con 20 jugadores de fútbol, de la categoría 2001 (Sub 17) de Atlas Fútbol Club, además de involucrar en el proyecto al cuerpo técnico, como el director técnico, auxiliar técnico y preparador físico, buscando una participación constante y activa.

Propósitos

El propósito principal es contribuir a favorecer la cohesión creando un esquema cognitivo, afectivo y conductual, orientándolo a tareas atribuidas a estándares internos de ejecución y proceso para alcanzar una meta. Además, se centrará en el fomento de una identidad deportiva, la cual favorecerá el nivel de relevancia que le dará el jugador a su papel dentro de entrenamientos y partidos, asociándose a un mayor compromiso y concentración con los objetivos deportivos.

También, intervenir en un equipo de fuerzas básicas Sub 17 mediante estrategias de intervención psicológica en las variables de cohesión e identidad deportiva en una etapa de temporada competitiva con el fin de incrementar la generación de un entorno de grupo, buscando una complementariedad, coordinación y la concientización en la identidad de la participación deportiva entre los jugadores y cuerpo técnico.

Propósitos específicos

Con el trabajo sobre la Cohesión se espera que el deportista genere lo siguiente:

- Crear participación y colaboración entre el cuerpo técnico y jugadores.
- Potenciar los recursos psicológicos individuales y de grupo.
- Dirigir el esfuerzo e intensidad del entrenamiento hacia metas claras y específicas.
- Conseguir mejorar una autovaloración de mejora y esfuerzo en jugadores

Con la intervención sobre la Identidad Deportiva se busca que el deportista genere lo siguiente:

-
- Potenciar el grado de importancia, fuerza y dedicación exclusiva que el jugador ponga en su práctica.
 - Generar una satisfacción de la participación deportiva y competición.
 - Capacitar e integrar la percepción de la consciencia social de la institución para con el cuerpo técnico y jugadores.

Tiempo de realización

En la Tabla 1, se elabora un cronograma de actividades donde las intervenciones realizadas tuvieron una duración de 45 minutos, una vez a la semana y se distribuyen de la siguiente manera:

Tabla 1

Tiempo de realización de actividades en el concentrado de sesiones psicológicas con el equipo Sub 17 de Fuerzas Básicas de Atlas Fútbol Club

N°	Actividades	Febrero		Marzo				Abril				Mayo
		20	27	5	12	22	26	2	9	19	26	1
1	Registro Observacional	■										
2	Registro Observacional - Entrenadores		■									
3	Aplicación de cuestionarios Pre test			■								
4	Establecimiento de objetivos				■							
5	Dinámica de Cooperación					■						
6	Retroalimentación						■					
7	Dinámica de Trabajo en Equipo							■				
8	Dinámica de Trabajo en Equipo								■			
9	Dinámica de Cohesión									■		
10	Identidad Deportiva y dinámica										■	
11	Aplicación cuestionarios Post test											■

Estrategias y actividades

La siguiente información hace referencia a estrategias o técnicas que se utilizaron para intervención en el desarrollo de Cohesión de equipo e Identidad Deportiva en fútbol, con la categoría Sub 17 de Atlas Fútbol Club. En cada una se desarrolla el nombre de la técnica, autor y procedimiento de esta.

Metodología observacional

Anguera y Hernández-Mendo (2013) mencionan que la metodología observacional se desarrolla en contextos naturales o habituales, y consiste en un procedimiento científico que, en función de los objetivos planteados, pone de manifiesto la ocurrencia de conductas perceptibles para proceder su registro organizado mediante un instrumento elaborado específicamente y utilizando los parámetros adecuados.

En las primeras dos semanas se hicieron registros observacionales. La primera semana estuvo enfocada al registro del proceso instruccional del cuerpo técnico, y en la segunda semana se observa a los jugadores en cuanto a la disposición a la tarea. Los registros observacionales fueron de tipo anecdótico, es decir, se evaluaron las conductas y actitudes ante diversos objetivos con entrenadores y jugadores, el cual con la colaboración del área de psicología y el historial de la categoría Sub 17, se designa las necesidades para el desarrollo del proyecto. Los registros se llevaron a cabo en los entrenamientos, del cual solo al cuerpo técnico se le hacían retroalimentación de la sesión y de lo previamente observado por consideración del área de psicología.

Cuestionarios de evaluación

Weinberg y Gould (2010) mencionan que los test pueden ayudar a identificar las fortalezas y las debilidades psicológicas de los deportistas, y esta información puede ser utilizada para desarrollar un plan de entrenamiento adecuado según las habilidades psicológicas.

Se aplicaron dos cuestionarios para medir la variable Cohesión e Identidad Deportiva. Para evaluar Cohesión se aplica el Cuestionario de Entorno de Grupo (GEQ) por Carron et al (1985), evaluando dos factores, primero cohesión del deportista hacia la

tarea asociando al logro de metas y objetivos de rendimiento, y el segundo factor corresponde a la cohesión hacia lo social vinculado con aspectos interpersonales del grupo (afiliaciones, compañerismo, apoyo social, etc.) (ver Anexo 1). En segundo lugar, se empleó la Escala de Identidad Deportiva (Brewer et al, 1993), adaptada al contexto mexicano (Mosqueda et al, 2017), la cual conceptualiza la identidad deportiva en tres factores de primer orden indicando que consiste en la construcción de tres factores como la identidad social, exclusividad y afectividad negativa (ver Anexo 2).

La aplicación de los cuestionarios se establece conjunto al área de psicología del deporte de Atlas F. C., en un espacio que se dispone en la sesión de la psicóloga con el equipo Sub 17, aplicándose después de finalizar el entrenamiento, y brindándoles la información del consentimiento informado y el objetivo de la evaluación inicial (Anexo 3), así como la mención de realizar en un futuro la evaluación final (Anexo 9). Se les entrega una copia de dichos cuestionarios, un lápiz y se les explica brevemente la forma de llenado, y en dado caso de que resulte una duda, se les guiaba personalmente a entender el ítem correspondiente. Toda la categoría Sub 17 ha llenado la evaluación inicial, pero sin embargo, los porteros solo entrenan con el equipo en ejercicios específicos, y no entran a las sesiones con su categoría, sino que con ellos el área de psicología trabaja de manera grupal con porteros.

Establecimiento de objetivos

De acuerdo con Weinberg y Gould (2010) una meta objetiva es el deseo de lograr un nivel específico de destreza en una tarea, habitualmente en un plazo específico; por lo tanto, las metas de proceso se focalizan en las acciones a las que se tiene que comprometer un individuo durante la actuación para actuar o rendir bien.

Para fines del trabajo que se está presentando, se realizó un formato para darle seguimiento al establecimiento de objetivos del equipo Sub 17, el cual ya contaban con una variedad de selección de objetivos, es decir, mediante una lista de orden jerárquico el jugador seleccionaba del 1 al 7, su prioridad en lo técnico, táctico, físico y psicológico. Lo que se hace con este proyecto es elaborar un formato en el cual seleccionen solo un objetivo de lo técnico, táctico, físico y psicológico y lo transformen en objetivo tipo SMART, es decir, que sea específico, medible, alcanzable, realista y de

tiempo. Detrás de este formato se encontraba una autovaloración del cumplimiento de los objetivos con esto buscamos que el jugador se comprometiera y hacer consiente de los objetivos de proceso alcanzando su resultado deseado. Debido a que se les instruía a la elaboración de sus objetivos en SMART, se llevó una semana completa para que todo el equipo Sub 17 completara este proceso, tomando a cinco jugadores por día al final del entrenamiento para el desarrollo de la misma (Anexo 4).

Cooperación

La cooperación se ha definido como un “proceso social a través del cual el rendimiento se evalúa y se recompensa en términos de los logros colectivos de un grupo de personas que trabaja en conjunto para alcanzar un objetivo particular” (Coakley, 1994, p. 79, citado en Weinberg y Gould, 2010).

En sesiones grupales se hace énfasis en la cooperación, aplicando dinámicas como “pasar el elástico”, la cual consiste en armar en dos postes y a una altura de un metro y medio se coloca un elástico de poste a poste, y el grupo de personas tendrán que pasar al otro lado de este elástico. Los jugadores realizan esta dinámica en dos grupos, debido a que un día anterior tuvieron partido contra Santos y quienes han sido convocados tuvieron regenerativo, y la otra mitad del grupo estaban completando trabajos de otras divisiones, entonces los dos grupos al final de la dinámica retroalimentan el ejercicio, haciendo mención de la importancia que figura la comunicación, la cooperación, el contar con un objetivo en común y como cada quien sostenía un rol indispensable en el equipo. Con esta dinámica se logra observar el liderazgo de la persona, su organización y coordinación para con la actividad (Anexo 5).

Trabajo en equipo

Un equipo tiene miembros que están profundamente comprometidos unos con otros, con el progreso personal y especialmente con el éxito colectivo. El trabajo en equipo genera sinergia, la fuerza de cada uno multiplica las capacidades individuales. Roffé (2016) menciona que un trabajo en equipo tiene los siguientes cinco componentes:

- Complementariedad: cada miembro domina un tema dentro del proyecto.

-
- Coordinación: el grupo de profesionales, con un líder a la cabeza, debe actuar de forma organizada.
 - Comunicación: el trabajo en equipo exige un dialogo abierto entre todos sus miembros, esencial para poder coordinar las distintas actuaciones individuales.
 - Confianza: cada persona confía en el buen hacer del resto de sus compañeros, lo cual le lleva a aceptar y anteponer el éxito del equipo al propio lucimiento personal.
 - Compromiso: cada miembro se compromete a aportar lo mejor de mi sí mismo, a poner todo su empeño en sacar el trabajo adelante.

Conforme a estos cinco componentes, el desarrollo de la sesión se llamó en las 5 “C”; complementariedad, coordinación, comunicación, confianza y compromiso. La dinámica que se aplica consiste en que cada jugador tenga una hoja de máquina y tendrán que ir coordinándose para cumplir con el objetivo en común que es transportar una pelota de tenis de mesa de un lado a otro, formando dos equipos. El cierre de la sesión consiste en darle la importancia al rol que cubre cada uno de ellos dentro de la cancha llamado complementariedad, la coordinación fundamental al ubicarnos en el campo y en enlace que funge que es la comunicación con nuestros compañeros y cuerpo técnico, la confianza que debo de tenerle a mi compañero en que puede con las tareas que se le han sido asignadas, y el compromiso que todos tenemos por cumplir con el objetivo en común de realizar un entrenamiento eficaz o un partido con decisión y esfuerzo por cada jugada. En esta sesión se ha partido en dos, primero para la enseñanza del concepto y componentes del trabajo en equipo, y después para la aplicación de la dinámica llevando los términos a situaciones reales de entrenamiento y/o partido (Anexo 6).

Cohesión

Para Carron (1982) la cohesión es definida como “un proceso dinámico que se refleja la tendencia grupal de mantenerse juntos y permanecer unidos en la persecución de sus metas y objetivos”.

En esta sesión se involucra la dinámica de “juego del circulo”, donde se hicieron dos equipos. En la primera estación consiste en “picar” el balón y meterlo a un cesto, y

después estos integrantes tendrán que hacer un círculo, sujetarse de las manos y dominar el balón de un punto a otro en una distancia de quince metros sin que caiga el balón, y consecutivamente tendrán que pasar el balón por en medio de dos “arcos” y terminar pateando cada integrante al travesaño alto de la portería.

Es importante hacer mención que esta dinámica ha sido conectada con el ejercicio posterior del calentamiento con el preparador físico. El cierre se hace conjunto al cuerpo técnico para redefinir el concepto de trabajo de equipo y en específico la unidad de equipo que es la cohesión (Anexo 7).

Identidad deportiva

La identidad deportiva se ha definido como el grado de fuerza y exclusividad con el que una persona se identifica con el rol atlético (Brewer et al., 1993).

Entonces nuestra sesión fue elaborada conforme a la dinámica que lleva por nombre “buscando al jugador de Atlas”. Concentrando al equipo en una línea, y cada miembro tiene un plumón de color, con la indicación de solo realizar un dibujo en el cual se sienta identificado para con sus compañeros, el equipo Sub 17 y/o la institución. Aquí ha sido fundamental la participación del cuerpo técnico, ya que en el cierre se hace énfasis por parte del auxiliar técnico en el valor de equipo, el esfuerzo que cada uno desarrolla en el equipo y el deseo de seguir adelante, con la preparación y actitud de consolidar a la categoría que es Sub 17 (Anexo 8).

Recursos materiales y humanos.

Elementos Materiales:

- Programa de análisis estadístico IBM SPSS Statistics versión 24. Se utilizo para análisis de datos del instrumento GEQ y EIA
- Cuestionario de Entorno de Grupo (*Group Environment Questionary*; GEQ, Carron et al, 1985), este instrumento consta de 18 ítems que están agrupados en dos factores principales, indicando la Cohesión Tarea que consta de 9 ítems (ej.: ítem 10: *Los miembros del equipo unen sus esfuerzos para conseguir los objetivos durante entrenamientos y los partidos*) y una Cohesión Social conformada por 9 ítems (ej.: ítem 13: *A los miembros del equipo les gusta salir juntos*)
- Escala de Identidad Deportiva (*Athletic Identity Measurement Scale*; AIMS, Brewer et al, 1993). Adaptado al contexto mexicano por Mosqueda, Cantú-Berrueto y Berengüi (2017), esta escala consta de 7 ítems que están agrupados en tres factores principales, indicando la Identidad Social con 2 ítems (ej.: ítem 1: *me considero un deportista*), el factor de Exclusividad que consta de 3 ítems (ej.: ítem 3: *La mayoría de mis amigos son deportistas*) y el factor de Afectos negativos el cual consta de 2 ítems (ej.: ítem 6: *Me siento mal conmigo mismo cuando no rindo bien en el deporte*)
- Copias del formato Establecimiento de objetivos tipo SMART y plan de autovaloración.
- Lápices (25), sacapuntas (1).
- 1 paquete de hojas blancas.
- Laptop.
- Pizarrón blanco, plumones.
- Cancha de futbol 11, conos, balones, aros, casacas, platos de colores, ligas, pelotas de ping pong, cestos.

Humano: Psicólogas, Director Técnico, Auxiliar Técnico, Preparador Físico, Utilero.

Producto

Estadística descriptiva

Estadísticos descriptivos por Ítem. En las siguientes tablas se pueden comprobar los análisis descriptivos del Cuestionario de Entorno de Grupo.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de los datos Pre Test del Cuestionario de Entorno de Grupo

No.	Ítems	<i>M</i>	<i>DT</i>	Asimetría	Curtosis
Cohesión Tarea					
02	Estoy contento con mi aportación al juego del equipo	4.30	.97	-1.43	1.30
04	Considero que el deseo de ganar de este equipo es insuficiente	4.30	1.17	-1.73	2.36
06	En este equipo puedo rendir al máximo de mis probabilidades	4.20	.89	-.92	.224
08	Me gusta el estilo de juego que tiene este equipo	4.30	.97	-2.17	6.21
10	Los miembros del equipo unen sus esfuerzos para conseguir los objetivos durante los entrenamientos y los partidos	4.35	.58	-.21	-.55
12	Todos los jugadores asumen su responsabilidad ante un mal resultado del equipo.	3.90	.96	-.55	-.45
14	Algunas de las aspiraciones de los jugadores son incompatibles con los objetivos que tienen el equipo	2.60	.88	.93	1.81
16	Si existe algún problema durante los entrenamientos, todos los jugadores se unen para poder superarlo.	3.05	1.14	-.80	-.82
18	Los miembros de nuestro equipo se comunican poco durante los entrenamientos y partidos.	2.15	.74	.59	.92
Cohesión Social					
01	Me gustaría participar en actividades extra-deportivas con los demás jugadores del equipo (cenas, excursiones, ...)	4.15	6.71	-.17	-.54
03	Normalmente solo trato con los jugadores del equipo durante el entrenamiento y no vuelvo a verlos hasta el próximo entrenamiento.	3.60	1.42	-.52	-1.07
05	Algunos de mis mejores amigos están en este equipo	4.10	1.11	-.96	-.41
07	Prefiero salir de fiesta con otros amigos que	3.79	1.03	-.21	-1.12

	con los compañeros de equipo.				
09	Los compañeros del equipo son uno de los grupos sociales más importantes a los que pertenezco.	4.20	.76	-.37	-1.13
11	Los componentes del equipo prefieren salir con otras personas que con los demás jugadores del equipo.	3.45	.51	.21	-2.18
13	A los miembros del equipo les gusta salir juntos.	3.85	.87	-.20	-.63
15	A los jugadores de este equipo les gustaría juntarse algunas veces cuando finalice la temporada.	4.0	.79	-.69	.80
17	Los miembros de nuestro equipo se comunican poco durante los entrenamientos y partidos.	3.60	.82	-.35	-.06

Nota: Donde el rango del Cuestionario de Entorno de Grupo es 1 siendo “Totalmente en desacuerdo” y 5 “Totalmente de acuerdo”; M: Media, DT: Desviación Típica.

En la tabla 2 se muestran los datos del *pre test*, para el factor Cohesión Tarea las medias de los ítems oscilaron entre 2.15 y 4.35, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .58 y 1.17. Mientras tanto para el factor Cohesión Social las medias de los ítems oscilaron entre 3.45 y 4.20, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .51 y 6.71.

Tabla 3

Estadísticos descriptivos de los datos Post Test del Cuestionario de Entorno de Grupo

No.	Ítems	M	DT	Asimetría	Curtosis
Cohesión Tarea					
02	Estoy contento con mi aportación al juego del equipo	3.65	1.22	-.91	-.83
04	Considero que el deseo de ganar de este equipo es insuficiente	3.60	1.09	-.68	.22
06	En este equipo puedo rendir al máximo de mis probabilidades	3.89	1.10	-.89	.90
08	Me gusta el estilo de juego que tiene este equipo	4.25	.78	-.49	-1.15
10	Los miembros del equipo unen sus esfuerzos para conseguir los objetivos durante los entrenamientos y los partidos	4.00	.85	.00	-1.67
12	Todos los jugadores asumen su responsabilidad ante un mal resultado del equipo.	3.40	.99	-.58	.53
14	Algunas de las aspiraciones de los jugadores	2.80	.69	-.75	1.48

	son incompatibles con los objetivos que tienen el equipo				
16	Si existe algún problema durante los entrenamientos, todos los jugadores se unen para poder superarlo.	3.10	.78	-.90	1.38
18	Los miembros de nuestro equipo se comunican poco durante los entrenamientos y partidos.	2.70	1.03	.67	-.33
Cohesión Social					
01	Me gustaría participar en actividades extra-deportivas con los demás jugadores del equipo (cenas, excursiones, ...)	4.40	.82	-.91	-.83
03	Normalmente solo trato con los jugadores del equipo durante el entrenamiento y no vuelvo a verlos hasta el próximo entrenamiento.	3.42	1.34	-.42	-.91
05	Algunos de mis mejores amigos están en este equipo	4.40	.94	-2.63	8.95
07	Prefiero salir de fiesta con otros amigos que con los compañeros de equipo.	3.55	.99	.02	-.93
09	Los compañeros del equipo son uno de los grupos sociales más importantes a los que pertenezco.	4.47	.69	-.99	-.08
11	Los componentes del equipo prefieren salir con otras personas que con los demás jugadores del equipo.	3.20	.61	-.12	-.20
13	A los miembros del equipo les gusta salir juntos.	3.47	1.02	-.79	.62
15	A los jugadores de este equipo les gustaría juntarse algunas veces cuando finalice la temporada.	3.70	1.12	-.80	.25
17	Los miembros de nuestro equipo se comunican poco durante los entrenamientos y partidos.	3.65	1.02	-.83	.47

Nota: Donde el rango del Cuestionario de Entorno de Grupo es 1 siendo “Totalmente en desacuerdo” y 5 “Totalmente de acuerdo”; M: Media, DT: Desviación Típica.

En la tabla 3 se muestran los datos del *post test*, para el factor Cohesión Tarea las medias de los ítems oscilaron entre 2.70 y 4.25, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .69 y 1.22. Mientras tanto para el factor Cohesión Social las medias de los ítems oscilaron entre 3.20 y 4.47, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .61 y 1.34.

En las siguientes tablas se hicieron los análisis descriptivos del Cuestionario de Identidad Deportiva.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos de los datos Pre Test del Cuestionario de Identidad Deportiva

No.	Ítems	M	DT	Asimetría	Curtosis
Identidad Social					
01	Me considero un deportista.	6.80	.41	-1.6	.69
02	Tengo muchos objetivos relacionados con el deporte.	6.70	.47	-.94	-1.24
Exclusividad					
03	La mayoría de mis amigos son deportistas.	5.70	.86	.11	-.72
04	El deporte es la parte más importante de mi vida.	6.16	.95	-1.19	.95
05	Pienso más en el deporte que en cualquier otra cosa.	6.10	.85	-.77	.35
Afectividad negativa					
06	Me siento mal conmigo mismo cuando no rindo bien en el deporte	6.65	.67	-1.77	.35
07	Me deprimiría mucho si me lesionase y no pudiese competir.	6.30	.92	-1.12	.35

Nota: Donde el rango de la Escala de Identidad Deportiva es 1 siendo “Totalmente en desacuerdo” y 7 “Totalmente de acuerdo”; M: Media, DT: Desviación Típica.

En la tabla 4 se muestran los datos del *pre test*, para el factor Identidad Social las medias de los ítems oscilaron entre 6.70 y 6.80, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .41 y .47. Para el factor Exclusividad las medias de los ítems oscilaron entre 5.70 y 6.16, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .85 y .95. Mientras para el factor Afectividad negativa las medias de los ítems oscilaron entre 6.30 y 6.65, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .67 y .92.

Tabla 5.
Estadísticos descriptivos de los datos Pre Test del Cuestionario de Identidad Deportiva

No.	Ítems	M	DT	Asimetría	Curtosis
Identidad Social					
01	Me considero un deportista.	6.65	.48	-.68	-1.7
02	Tengo muchos objetivos relacionados con el deporte.	6.63	.59	-1.4	1.3
Exclusividad					
03	La mayoría de mis amigos son deportistas.	5.80	1.19	-.80	-.06
04	El deporte es la parte más importante de mi vida.	6.00	.91	-.90	.53
05	Pienso más en el deporte que en cualquier otra cosa.	5.70	.97	-.44	-.58
Afectividad negativa					
06	Me siento mal conmigo mismo cuando no rindo bien en el deporte	6.47	.77	-1.92	4.85
07	Me deprimiría mucho si me lesionase y no pudiese competir.	6.15	1.04	-1.2	.71

Nota: Donde el rango de la Escala de Identidad Deportiva es 1 siendo “Totalmente en desacuerdo” y 7 “Totalmente de acuerdo”; M: Media, DT: Desviación Típica.

En la tabla 5 se muestran los datos del *post test*, para el factor Identidad Social las medias de los ítems oscilaron entre 6.63 y 6.65, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .48 y .59. Para el factor Exclusividad las medias de los ítems oscilaron entre 5.70 y 6.00, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .91 y 1.19. Mientras para el factor Afectividad negativa las medias de los ítems oscilaron entre 6.15 y 6.47, junto con las desviaciones típicas que fluctuaron entre .77 y 1.04.

Pruebas de normalidad para las variables principales del estudio

Se ha utilizado la prueba de Shapiro-Wilk con el fin de mostrar la normalidad del conjunto de datos obtenidos en el Cuestionario de Entorno de Grupo (Tabla 6) y la Escala de Identidad Deportiva (Tabla 7), encontrando en ambos cuestionarios una $p > .05$ indicando que los datos siguen una distribución normal.

Tabla 6

Pruebas de normalidad Shapiro-Wilk aplicada a los factores del Cuestionario de Entorno de Grupo

Factor	Variable		<i>S-P (gl)</i>
1	Cohesión Tarea	Pre - Test	.97 (20)
		Post - Test	.90 (20)
2	Cohesión social	Pre - Test	.94 (20)
		Post - Test	.97 (20)

Nota: * $p < .05$; ** $p < .01$; *S-P*: Shapiro-Wilk, *gl*: grados de libertad

Tabla 7

Pruebas de normalidad Shapiro-Wilk aplicada a los factores del Cuestionario de Identidad Deportiva

Factor	Variable		<i>S-P (gl)</i>
1	Identidad social	Pre - Test	.66 (20) *
		Post - Test	.70 (20) *
2	Exclusividad	Pre - Test	.91 (20)
		Post - Test	.95 (20)
3	Afectividad negativa	Pre - Test	.77 (20) *
		Post - Test	.78 (20) *

Nota: * $p < .05$; ** $p < .01$; *S-P*: Shapiro-Wilk, *gl*: grados de libertad

Pruebas paramétricas de comparación de medias

En la tabla 8, se realizó un análisis de medias de los factores Cohesión tarea y Cohesión social en la aplicación del pre y post test, a través de la *t* de Student para muestras relacionadas.

Tabla 8

Prueba t de Student para muestras relacionadas en el Cuestionario de Entorno de Grupo en la aplicación en el antes y el después de la intervención en la categoría Sub 17

Factor	Variable		Hombre		Diferencias
			Media	DT	<i>t</i> (gl)
1	Cohesión Tarea	Pre - Test	3.68	.36	2.68* (19)
		Post - Test	3.48	.42	
2	Cohesión social	Pre - Test	3.86	.50	.67 (19)
		Post - Test	3.79	.58	

Nota: * $p < .05$; DT: Desviación Típica, *t*: Prueba *t* de Student, *gl*: grados de libertad

En la tabla 8, se pueden observar los análisis de comparación de medias para muestras relacionadas para los factores del Cuestionario de Entorno de Grupo como la Cohesión Tarea y Cohesión Social. Solamente se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p < .05$) para el factor cohesión tarea antes y después del programa de intervención. Para el factor cohesión social, no se encontraron diferencias significativas.

Tabla 9

Prueba t de Student para muestras relacionadas en el Cuestionario de Identidad Deportiva en la aplicación en el antes y el después de la intervención en la categoría Sub 17

Factor	Variable		Hombre		Diferencias
			Media	DT	<i>t</i> (gl)
1	Identidad social	Pre - Test	6.75	.38	1.56 (19)
		Post - Test	6.62	.44	
2	Exclusividad	Pre - Test	5.98	.52	1.00 (19)
		Post - Test	5.83	.71	
3	Afectividad negativa	Pre - Test	6.47	.69	.88 (19)
		Post - Test	6.32	.76	

Nota: *p < .05, **p < .01; DT: Desviación Típica, *t* : Prueba *t* de Student, *gl*: grados de libertad

En la tabla 9, se pueden observar los análisis de comparación de medias para muestras relacionadas para los factores de la Escala de Identidad Deportiva como la Identidad Social, Exclusividad y la Afectividad Negativa. No se encontraron diferencias significativas en los factores antes y después del programa de intervención.

Conclusiones

En el presente reporte de prácticas se explican los diferentes factores psicológicos que conforman una cohesión e identidad de equipo, donde el Departamento del Área de Psicología considera necesario el abordaje principal en estas variables, es importante considerar que no solo se involucraron estas dos variables en la intervención psicológica del club, si no que existían sesiones institucionales que se abordaban con todas las categorías en variables como relajación, visualización, rituales deportivos, lenguaje corporal, entre otros; alternando estas sesiones institucionales con las que dichamente se han descrito en el actual trabajo.

Los resultados obtenidos en el presente trabajo en la intervención del proyecto no fueron las esperadas conforme a lo que nos indican las pruebas estadísticas. Sin embargo, se puede decir que factores externos pueden involucrar los resultados finales como motivos de la transición y llegada del cuerpo técnico a mitad de temporada. El resultado deportivo el cual se esperaba por parte de la institución era clasificar a liguilla con el nuevo cuerpo técnico logrando alcanzar al lugar #10 de la tabla de la Liga MX. Así mismo, la aplicación del post test fue en la instancia final donde se elaboraban pruebas físicas para una evaluación final del Club.

En cuestión del programa de intervención, ha sido gratificante ver el proceso del deportista, la oportunidad de ofrecerle herramientas y estrategias psicológicas, que con un fin subjetivo el rendimiento ha sido de manera positiva para el atleta mismo, generándole dedicación al trabajo y satisfacción con sus logros personales.

Ha sido una gran responsabilidad trabajar con un grupo de deportistas de alto rendimiento y que representan a una institución como Atlas Fútbol Club. Así mismo, destacar el trabajo multidisciplinar con el que cuenta el deportista como los médicos, fisioterapeutas, nutrición y el área total de psicología. También, ha sido fundamental para la intervención la profesionalidad del cuerpo técnico el cual me han involucrado en sus sesiones de inicio a fin, viéndose participes en las sesiones psicológicas.

Referencias

- Amado, D., García-Calvo, T., Leo, F., Sánchez, M. y Sánchez, O. (2014). Analisis de los procesos grupales y el rendimiento en fútbol semiprofesional. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 14(53).
- Anguera, M. y Hernández-Mendo, A. (2013). La metodología observacional en el ámbito del deporte. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 9 (3).
- Antezana, L. (2003). Fútbol: espectáculo e identidad. *Alabarces Pablo* (pp. 85-98).
- Aragón, M. P., y Garza, C. A. R. (2003). Intervención psicológica en fútbol base: un trabajo en el Club América de México. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 3(2), 35-40.
- Aronson, E., Wilson, T., y Akert, R. (2002). *Social Psychology*. New York, Estados Unidos: Logman,
- Barrasa, A., y Gil, F. (2004). Un programa informático para el cálculo y la representación de índices sociométricos. *Psicothema*, 16 (2), 329-335.
- Benedicto, L. V., y De Los Fayos, E. J. G. (2003). Intervención psicológica en un club de fútbol base: propuesta de un sistema de actuación psicológica desde sus diversas áreas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 3(2), 51-66.
- Bollen, K. A., y Hoyle, R. H. (1990). Perceived cohesion: A conceptual and empirical examination. *Social Forces*, 69(2), 479-504.
- Borrego, C., Silva, C. y Guerrero, J. (2012). Programa de intervención psicológica para la optimización del concepto de equipo (*team building*) en jóvenes futbolistas. *Revista de Psicología del deporte*, 21 (1).
- Brewer, B., y Cornelius, A. (2002). Norms and factorial invariance of the athletic identity measurement scale (AIMS). *The Academic Athletic Journal*, Fall, 103-113.

-
- Buceta, J. M. (1995). Intervención psicológica en deportes de equipo. *Revista de Psicología General y Aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 48(1), 95-110.
- Buceta, J. M. (2005). El comportamiento del entrenador de jóvenes futbolistas. *Training fútbol: Revista técnica profesional*, (110), 28-33.
- Carless, S., y De Paola, C. (2000) The measurement of cohesion in work teams. *Small group research*, 31 (1), 71-88.
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in Sport Groups; Interpretations and Considerations. *Journal of Sport Psychology*, 4 (2), 123-128.
- Carron, A. V., y Ball, J. R. (1977). Cause-effect characteristics of cohesiveness and participation motivation in intercollegiate hockey. *International Review of Sport Sociology*, 12, 49-60.
- Carron, A. V., Widmeyer, W., y Brawley, L. R. (1988). Group cohesion and individual adherence to physical activity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(2), 127-138.
- Cieslak, T. (2004). *Describing and measuring the athletic identity construct: Scale development and validation* (Doctoral dissertation, The Ohio State University).
- Ceslak, T., Fink, J., y Pastore, D. (2005). Measuring the Athletic identity construct: Sacale development and validation. *In Journal of Sport & Exercise Psychology* 27, 48-48.
- Cox, R. (2008). *Psicología del deporte: conceptos y aplicaciones* (6 edición). Madrid: Panamericana.
- Festinger, L., Schachter, S., y Back, K. (1951). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- García-Mas, A., Olmedilla, A., Morilla, M., Rivas, C., García, E., y Ortega, E. (2006). Un nuevo modelo de cooperación deportiva y su evaluación mediante un cuestionario. *Psicothema*, 18 (3), 425-432.

-
- Horton, R., y Mack, D. (2000). Athletic identity in marathon runners: functional focus or dysfunctional commitment? *Journal of Sport Behavior*, 23(2), 101-119.
- Leo, F., García, T., Parejo, I., Sánchez, P., y García-Mas, A. (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.
- Macías, V., y Moya, M. (2002). Género y deporte. La influencia de variables psicosociales sobre la práctica deportiva de jóvenes de ambos sexos. *Revista de Psicología Social*, 17(2), 129-148.
- Mosqueda Ortiz, S., Cantú-Berrueto, A., y Berengüí, R. (2017). Propiedades psicométricas de la Escala de Identidad Deportiva en el contexto mexicano. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 99-105.
- Packard, A. (2010). Conflicto de identidades: la identidad deportiva versus la identidad nacional en Barcelona. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 100, 7-13.
- Peiró-Velert, C., Valencia-Peris, A., Fos-Ros, V., y Devís-Devís, J. (2016). Identidad deportiva en adolescentes españoles: propiedades psicométricas de la versión en español de la escala Athletic Identity Measurement Scale-E. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 48(1), 8-17.
- Roffé, M. (2016) Formando al líder de un equipo. Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
- Smith, D., Hale, B., y Collins, D. (1998). Measurement of exercise dependence in bodybuilders. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 38(1), 66-74.
- Stryker, S. y Burke, P. (2000). The past, present, and future of an identity theory. *Social Psychological Quarterly*, 63, 284-297.
- Valdes, H. (1996). *La preparación psicológica del deportista*. Barcelona: Inde Publicaciones
- Van Raalte, J. L., Brewer, D. D., Brewer, B. W., y Linder, D. E. (1993). Sport psychologists' perceptions of sport and mental health practitioners. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5(2), 222-233.

Voight, M., y Callaghan, J. (2001). A team building intervention program: Application and evaluation with two university soccer teams. *Journal of Sport Behavior*, 24(4), 420.

Weinberg, R. y Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Ed. Médica Panamericana.

Experiencia personal de las prácticas

Realizar las prácticas profesionales en el fútbol profesional, como lo es Atlas Fútbol Club, ha sido una de los logros más importantes que he tenido profesionalmente en el nivel aplicado, y con ello me ha permitido consolidar mis estudios y así mismo he cooperado con grandes profesionales en la aplicación de la Psicología del Deporte, la participación formal dentro del Departamento del Área de Psicología y con visión de ser una de las mejores Fuerzas Básicas de fútbol en nuestro país, me ha llenado de confianza y seguridad en el desenvolvimiento dentro de cancha con los actores del deporte como profesionales tanto directivos, cuerpo técnico, cuerpo médico, deportistas y encargados de casa club.

La estancia en las prácticas profesionales con Atlas Fútbol Club ha logrado conformar un conjunto de arduo trabajo en las variables como la cohesión de equipo e identidad deportiva, además de la elaboración y aplicación de programas psicológicos y ejercicios neuromotores, sesiones institucionales en variables como relajación, visualización, ritual deportivo, ritual ante el error, lenguaje corporal, entre otros; así mismo como la cooperación en sesiones para entrenadores y porteros en los procesos instruccionales.

Permitiéndome entonces conocer e identificar la responsabilidad del rol del psicólogo del deporte, el trabajo multidisciplinar para transformar y trascender en lo personal y profesional, así como generarme la satisfacción de trabajar de la mano con profesionales y deportistas con la disposición de potenciar sus áreas de oportunidad y fortalezas. Con ello se ha cumplido crear un enlace de conocimientos a nivel institucional, profesional y personal que agradezco a la institución de Atlas F. C. a la UANL, la Facultad de Organización Deportiva y mi alma mater la Facultad de Psicología.

Anexos

Anexo 1: Cuestionario de Entorno de Grupo (*Group Environment Questionary*; GEQ, Carron et al, 1985).

GEQ <i>(Carron, et al)</i> <i>En relación a mi equipo...</i>	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Medianamente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Me gusta participar en actividades extra-deportivas con los demás jugadores del equipo (cenas, excursiones, ...)	1	2	3	4	5
2. Estoy contento con mi aportación al juego del equipo	1	2	3	4	5
3. Normalmente solo trato con los jugadores del equipo durante el entrenamiento y no vuelvo a verlos hasta el próximo entrenamiento.	1	2	3	4	5
4. Considero que el deseo de ganar de este equipo es insuficiente.	1	2	3	4	5
5. Algunos de mis mejores amigos están en este equipo.	1	2	3	4	5
6. En este equipo puedo rendir al máximo de mis posibilidades.	1	2	3	4	5
7. Prefiero salir de fiesta con otros amigos que con los compañeros de equipo.	1	2	3	4	5
8. Me gusta el estilo de juego que tiene este equipo.	1	2	3	4	5
9. Los compañeros del equipo son uno de los grupos sociales más importantes a los que pertenezco.	1	2	3	4	5
10. Los miembros del equipo unen sus esfuerzos para conseguir los objetivos durante los entrenamientos y los partidos.	1	2	3	4	5
11. Los componentes del equipo prefieren salir con otras personas que con los demás jugadores del equipo.	1	2	3	4	5
12. Todos los jugadores asumen su responsabilidad ante un mal resultado del equipo.	1	2	3	4	5
13. A los miembros del equipo les gusta salir juntos.	1	2	3	4	5
14. Algunas de las aspiraciones de los jugadores son incompatibles con los objetivos que tienen el equipo.	1	2	3	4	5
15. A los jugadores de este equipo les gustaría juntarse algunas veces cuando finalice la temporada.	1	2	3	4	5
16. Si existe algún problema durante los entrenamientos, todos los jugadores se unen para poder superarlo.	1	2	3	4	5
17. A los miembros de nuestro equipo les gustaría juntarse en otras situaciones que no fueran los entrenamientos y los partidos.	1	2	3	4	5
18. Los miembros de nuestro equipo se comunican poco durante los entrenamientos y partidos.	1	2	3	4	5

Anexo 2: Escala de Identidad Deportiva (*Athletic Identity Measurement Scale*; AIMS, Brewer et al, 1993) Adaptado al contexto mexicano por Mosqueda, Cantú-Berrueto y Berengüi (2017).

EID <i>(Brewer et al, 1993; adaptado al contexto mexicano por Mosqueda, Cantú, Berengüi, 2017)</i>	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Poco desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Poco de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Me considero un deportista	1	2	3	4	5	6	7
2. Tengo muchos objetivos relacionados con el deporte	1	2	3	4	5	6	7
3. La mayoría de mis amigos son deportistas	1	2	3	4	5	6	7
4. El deporte es la parte más importante de mi vida	1	2	3	4	5	6	7
5. Pienso más en el deporte que en cualquier otra cosa	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento mal conmigo mismo cuando no rindo bien en el deporte	1	2	3	4	5	6	7
7. Me deprimiría mucho si me lesionase y no pudiese competir.	1	2	3	4	5	6	7

Anexo 3: Estrategia sobre evaluación inicial

Carta Descriptiva	Sesión 3 – Evaluación Inicial Fecha: 5 de Marzo del 2018
Objetivo:	Recogida de datos para la evaluación inicial en la intervención de Cohesión e Identidad Deportiva.
Introducción Se les transmite a los jugadores el objetivo de una evaluación inicial y en que se conforman los instrumentos, el cual se hace mención que con ello se traza una línea base para el desarrollo de un programa psicológico.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto Como evaluación inicial en pretest se aplicarán los cuestionarios siguientes: <ul style="list-style-type: none">• Cuestionario de Entorno de Grupo: Evalúa inicialmente entorno de grupo con dos factores como la cohesión del deportista hacia la tarea y segundo la cohesión social.• Escala de Identidad Deportiva: El deportista valora su grado conformidad respecto a diferentes actitudes personales hacia el deporte.	
Enseñanza dinámica/vivencial Bien chavos, les iré pasando una hoja con el formato para contestar estas preguntas de experiencia deportiva, así como los lápices para su llenado, con los cuestionarios buscamos la base para que nuestro proyecto este orientado a las necesidades que requerirá el grupo.	
Material: Cuestionarios, lápices	
Reflexión y cierre La importancia de hacer evaluación inicial y ver de dónde se parte el proyecto, esperando encontrar avances en el entorno de grupo con el fin de que el plan de trabajo favorezca el rendimiento, las interacciones con los demás y el mismo bienestar del cuerpo técnico y jugadores, también complementar este trabajo con el grado de compromiso deportivo en la competencia misma, así como los valores institucionales.	



Figura 1. Sesión # 3, Aplicación de cuestionarios en el *pre test* de Cuestionario de Entorno de Grupo y Escala de Identidad Deportiva en la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Anexo 4: Estrategia - Establecimiento de objetivos

Carta Descriptiva	Sesión 4 – Establecimiento de objetivos Fecha: 12 de Marzo del 2018
Objetivo:	Redireccionar los objetivos a metas de proceso de tipo SMART en acciones concretar para llegar a una meta deseada
Introducción Se iniciará retomando el tema del establecimiento de objetivos, el cual el club y jugadores ya contaban con una selección de objetivos en orden jerárquico, sin embargo con esta sesión se pretende seleccionar solo un objetivo de orden técnico, táctico, físico y psicológico, llevar al jugador a realizar el objetivo en orden SMART, desarrollarlo por proceso para el logros de sus objetivos y presentarles una manera de autoevaluación para hacer consciente el mecanismo de cambio.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto Una estrategia de objetivos múltiples es más efectiva para mejorar el rendimiento y la capacidad psicológica en los deportistas. Una estrategia de objetivos múltiples permite al deportista formular objetivos en términos de resultados exitosos, rendimiento personal y mejora de la técnica. Al elaborar objetivos de lo técnico, táctico, físico y psicológico, en el cual los desarrollamos en tipo SMART, estaremos haciendo objetivos de proceso con esto nos centramos en comportamientos y conductas específicas dentro de un entrenamiento. Si nosotros tenemos éxito al formular y realizar estos objetivos, la consecuencia será una mejora en el rendimiento y en los resultados.	
Enseñanza dinámica/vivencial Muy bien chicos para hacer el trazo de objetivos de tipo SMART voy a ocupar supervisar cada trazo de objetivo físico, técnico, táctico y psicológico, después supervisaremos con el entrenador y P.F. sí podemos modificar un proceso para ayudarles a alcanzar el objetivo. Por ello nos quedaremos a partir de hoy 5 personas cada día para hacer un trazo de objetivos de manera completa hasta completar todo el equipo. Las indicaciones fueron las siguientes: <ol style="list-style-type: none">1. Con la hoja que anteriormente trazaron objetivos en Atlas, seleccionaremos de esa lista solo un objetivo de lo técnico, táctico, físico y psicológico.2. Bien, ahora con este formato de tipo SMART estableceremos el proceso de ese objetivo. Por último, con la hoja que está detrás evaluaremos día a día el desempeño de ese objetivo.	
Material: Formato de establecimiento de objetivos de tipo SMART y autoevaluación, lápices.	
Reflexión y cierre Bien chicos, ahora díganme ustedes si la percepción de ustedes ha cambiado un poco, ¿Les sirve este formato de objetivos? <i>Sí ¿Por qué? Por qué nos damos cuenta de lo que estamos haciendo y cómo podemos modificarlo o esforzarnos más.</i>	



Figura 2. Sesión # 4, Establecimiento de objetivos de tipo SMART con la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Anexo 5: Estrategia – Cooperación

Carta Descriptiva	Sesión 5 – Cooperación Fecha: 22 de Marzo del 2018
Objetivo:	Reconocer el rendimiento a través de los logros colectivos con el trazado de un objetivo en particular
Introducción Se inicia por recordar el tema anterior que es el establecimiento de objetivos, preguntando como llevan la autovaloración enfatizando en la importancia y el seguimiento/compromiso que le dan, así mismo como esto se puede ver involucrado con la introducción del siguiente tema que es la cooperación.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto La cooperación también se ve como un proceso social a través del cual se evalúa el rendimiento, y éste se recompensa en términos de los logros colectivos de un grupo de personas que trabaja en conjunto para alcanzar un objetivo común. La cooperación de un jugador, por lo regular apunta su atención a pensamientos y sentimientos de relajación y paz. Entonces la conducta cooperativa es superior a la conducta individualista tanto para el rendimiento individual como para el grupal, siendo así que una conducta cooperativa contribuirá a mejorar la cohesión. Los jugadores en esta dinámica cooperan y se ayudan mutuamente para lograr el objetivo, por ejemplo; los deportistas pueden controlarse recíprocamente e intercambiar opiniones y sugerencias para superar el obstáculo.	
Enseñanza dinámica/vivencial Al inicio de la sesión los chicos tuvieron un partido el día anterior contra Santos, el entrenamiento fue totalmente regenerativo y dividieron al equipo en dos grupos para trabajos diferentes. Se tenían que retirar jugadores por la situación de una vacuna y que estos mismos viajarían a los torneos de Dallas y Europa. Por ello, se planteó trabajar inicialmente con el grupo que termino el regenerativo y en segundo orden cuando termine el siguiente grupo, las indicaciones fueron las siguientes: <ol style="list-style-type: none">1. Ubicado el material en zona correspondiente (dos postes y un elástico sujeto de poste a poste a una altura del hombro)2. Todo el grupo de jugadores tendrán que pasar por encima del elástico, sin tocar el elástico, pero sí teniendo contacto con todos y cada uno de los compañeros. Quien toque el elástico, todo el equipo regresara al inicio del ejercicio.	
Material: Dos postes, elástico, cancha.	
Reflexión y cierre Listo chavos, ¿Qué observaron? ¿Qué se trabajó con esta dinámica?, los jugadores mencionan el <i>trabajo en equipo, la comunicación, los objetivos, la cooperación</i> , etc. Entonces se les hace mención de la importancia que juega cada persona con su rol dentro y fuera de la cancha, entendemos cual es el objetivo en común y como desempeñan sus esfuerzos para alcanzarla grupalmente, aparecen aportes e ideas que se emplean en el lugar y momento adecuado. Se observa el liderazgo, organización y comunicación de los jugadores.	



Figura 3. Sesión # 5 en Cooperación y aplicación de la dinámica “pasar el elástico” con la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Anexo 6: Estrategia - Trabajo en equipo

Carta Descriptiva	Sesión 7 y 8 – Trabajo en equipo Fecha: 2 y 9 de Abril del 2018
Objetivo:	Generar una sinergia de colectividad de equipo a través de los cinco componentes de un trabajo en equipo
Introducción Después de los torneos que se han competido y que el grupo se tuvo que dividir, se retoman los temas y la continuación del programa, se hace una introducción en el reflejo del trabajo en equipo en la cancha, las cualidades y áreas de oportunidad que tiene la categoría, después se hace una psicoeducación de los componentes del trabajo en equipo y se ejemplifica cada componente. Al final se realiza una dinámica, trasladando los conceptos en una enseñanza vivencial.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto El concepto que se enseñara es <i>Trabajo en equipo</i> en el cual consiste en las “5 C”: <ul style="list-style-type: none">• Complementariedad: en el que cada miembro domine un tema dentro del objetivo (rol de cada función del jugador).• Coordinación: encontrar un líder el cual dirige de forma organizada a su grupo.• Comunicación: consiste en exigir un dialogo abierto entre todos sus miembros, esencial para poder coordinar las actuaciones individuales.• Confianza: cada persona confía en el buen hacer del resto de sus compañeros, aceptando y anteponiendo el éxito del equipo.• Compromiso: se comprometen a aportar lo mejor de sí mismo y sacar el trabajo adelante.	
Enseñanza dinámica/vivencial Al inicio de la sesión se encuentran 16 jugadores, se les da la información en la que consiste las 5 “C”, ¿Recuerdan cuáles son? <i>Si, ¿Cuáles? Coordinación, complementariedad, comunicación, confianza, etc.</i> En el desarrollo de la sesión, al comentar cada punto de las “5 C” ellos se les da un ejemplo claro de cada punto en específico trasladado lo teórico a cancha. Al desarrollo de la dinámica, las indicaciones serán las siguientes: <ol style="list-style-type: none">3. Por disposición del cuerpo técnico o del psicólogo, se formarán grupos de 5 personas cada uno, teniendo 4 equipos.4. Cada persona tendrá una hoja de máquina, y en equipo una pelota de tenis de mesa.5. En fila tendrán que pasar esa pelotita, por todas las hojas de máquina, con sus manos tendrán que formar una “pasadita” en forma de cuna6. Estas tendrán que ser colocadas en un cesto pequeño. Quien tenga 2 de 3 pelotitas en el cesto es el equipo que “gana”.	
Material: Pelotas de tenis de mesa, hojas de máquina.	
Reflexión y cierre Bien chavos, que ven reflejado en este ejercicio. <i>Vemos como cada uno jugamos un rol, comunicarnos y coordinarnos.</i> Parte fundamental en este cierre de torneo será el trabajo en equipo.	





Figura 4. Sesión # 7 y #8, Trabajo en equipo y aplicación de la dinámica “trasladando la pelotita” con la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Anexo 7: Estrategia – Cohesión

Carta Descriptiva	Sesión 9 - Cohesión Fecha: 19 de Abril del 2018
Objetivo:	Mantener el equipo unido para la realización de tareas dentro del entrenamiento.
Introducción Se iniciará por coordinar el trabajo con el preparador físico e integrar la enseñanza vivencial dentro de sus ejercicios, impactando el concepto y reflejando la necesidad y la importancia de la unidad de equipo. Por lo tanto, en tiempos después de la hidratación se tomará a los jugadores para hacerles consciente de lo que han realizado, anteponiendo por qué y cómo sirve esto dentro de la cancha.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto Primero, es esencial conocer el objetivo de lo que se ha realizado, cuando ustedes van sujetos de las manos y se les ha indicado una tarea. Esto refleja como entre todos los miembros del equipo se unen fuerzas para permanecer en el equipo e interactuando para el desarrollo de una tarea, una tarea que por más que se viera sencilla como meter el balón en un cesto o coordinarse para dominar el balón mientras todos se sujetan de la mano, son tareas indispensables de lo que es el trabajo en equipo. Una situación más es el valor que le están dando día a día al entrenamiento, es decir el nivel de importancia que asumiremos al ejercicio o tarea que nos están pidiendo y por final la actitud que tomaremos al reaccionar sobre estos valores.	
Enseñanza dinámica/vivencial La dinámica se llamará “juego del círculo” el cual se le agregaron unas variables que con la integración de otros ejercicios complementan la idea principal. Principalmente se harán dos equipos de 6 personas, en el que inicialmente tienen que “picar” el balón de una distancia de 4 metros hacia un cesto, el primero que lo logren todos sus integrantes del equipo pasará a la segunda etapa que será hacer un círculo, sujetarse de las manos y dominar el balón de un punto a otro, consecutivamente tendrán que pasar un balón por en medio de dos referencias “arcos” y terminar pateando cada uno de ellos en la línea de área grande al travesaño alto de la portería.	
Material: Cesto, balones, conos, jugadores.	
Reflexión y cierre El valor que ustedes le dan a cada participación como equipo y lo que los identifica a este club, siendo convencidos, contundentes, respetuosos y comprometidos es lo que al final del día se llevan y le entregan a sus compañeros, cuerpo técnico e institución. Se puntualiza en darle el valor a las ideas del atleta sobre el equipo deportivo, en la solución de problemas de manera colectiva garantizando algún tipo de éxito y comprender las razones tanto de éxito como de fracaso, siendo capaces de mejorar el nivel de sus rendimientos.	



Figura 5. Sesión # 9 en Cohesión de equipo y aplicación de la dinámica “juego del círculo” con la participación y coordinación del preparador físico en la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Anexo 8: Estrategia - Identidad deportiva

Carta Descriptiva	Sesión 10 – Identidad Deportiva Fecha: 26 de Abril del 2018
Objetivo:	Consolidar el rol atlético y el valor de equipo.
Introducción Como en sesiones pasadas, se retoman los temas previamente vistos para hacer una recapitulación e introducción al tema de Identidad Deportiva, con ello se hace un recordatorio del valor de grupo, del trabajo en equipo por la actitud y disposición que se consiguió en un partido previo el cual ha sido el clásico tapatío contra Guadalajara; siendo esencial para comenzar el tema de identidad deportiva y sus componentes, en la enseñanza vivencial se desarrolla la dinámica y poder brindar un cierre en esta variable.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto La identidad deportiva sería el grado de fuerza y exclusividad con la que ustedes se identificaran con el rol atlético o de deportista y esto conlleva una estructura cognitiva y un rol social. Es decir, el equipo influirá en nosotros, en nuestra manera de pensar, sentir y actuar, modulando en definitiva nuestras actitudes y conductas. Nuestra relación con la identidad deportiva viene desde el desarrollo de la personalidad, donde conocemos, descubrimos y denominamos la realidad, estableciendo relaciones de pertenencia y ellos determinaran nuestro comportamiento. Hay tres factores que influyen en nuestra identidad, lo social, la exclusividad y la afectividad negativa, cada uno de ellos se considera papel fundamental para desarrollar nuestra identidad.	
Enseñanza dinámica/vivencial La dinámica lleva por nombre “Buscando al jugador de Atlas”. Las instrucciones son las siguientes: <ul style="list-style-type: none">• En orden, sentados y entrelazados harán una fila, cada uno de ustedes tendrá un plumón de color y se ira pasando un cartoncillo. La idea es muy simple, tendrá que dibujar algo para lo cual ustedes representen a Atlas o así mismos identificado con la Sub 17 y este equipo. No se pueden poner palabras, tendrán 40 segundos para hacer un dibujo e irlo pasando en orden a su compañero.	
Material: Cartoncillo, plumones de colores.	
Reflexión y cierre Para finalizar, me gustaría que me mencionen de manera voluntaria que dibujaron y por qué los representa con Atlas. <i>1. Dibuje el corazón, por que jugamos todos con el dentro de la cancha y por qué he formado una buena relación con mis amigos. 2. Yo puse el estadio Jalisco, afición y a mí mismo, porque deseo representar a mis compañeros en lo más alto. 3. Yo (Aux Dt) les he dibujado un certificado y lentes, en base a la disciplina, trabajo y esfuerzo, pueden lograr muchas cosas, eso habla bien de ustedes y lo que nos vamos a jugar el siguiente partido que no solo es la liguilla, si no el futuro de sus profesiones el ir escalando a sub-20, permanecer o no, y también la unidad de equipo que se ha transformado desde que se empezó el trabajo con ustedes.</i> Ciertamente estos puntos son los relevantes el valor como equipo, y como ustedes dicen la fuerza, el deseo, la actitud y el nunca dejar de creer nos llevara paso a paso a lograr grandes cosas.	



Figura 6. Sesión # 10 en Identidad Deportiva y aplicación de la dinámica “buscando al jugador de Atlas” con la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Anexo 9: Estrategia - Evaluación final

Carta Descriptiva	Sesión 11 – Evaluación final Fecha: 5 de Marzo del 2018
Objetivo:	Recoger los datos finales de la intervención sobre Cohesión e Identidad Deportiva
Introducción Se hace una recapitulación de los temas vistos, la importancia de la aplicación dentro y fuera de la cancha, agradeciendo la participación y compromiso con el programa que se implementó y se continua haciendo mención que después de las pruebas físicas y al terminar su recuperación puedan pasar a contestar los cuestionarios que previamente al inicio se habían aplicado, explicando el objetivo de realizar una evaluación final.	
Concepto por enseñar y enseñanza del concepto Como evaluación final en <i>post test</i> se aplicarán los cuestionarios siguientes: <ul style="list-style-type: none">• Cuestionario de Entorno de Grupo: Evalúa inicialmente entorno de grupo con dos factores como la cohesión del deportista hacia la tarea y segundo la cohesión social.• Escala de Identidad Deportiva: El deportista valora su grado conformidad respecto a diferentes actitudes personales hacia el deporte.	
Enseñanza dinámica/vivencial Bien chavos, les iré pasando una hoja con el formato para contestar estas preguntas de experiencia deportiva, así como los lápices para su llenado, con los cuestionarios buscamos el resultado final del programa aplicado, conforme vayan terminando su evaluación de rendimiento físico y una vez que se hayan recuperado de la prueba física, podrán ir pasando en grupos de 6 para el llenado del cuestionario.	
Material: Cuestionarios, lápices	
Reflexión y cierre Primero agradecerles la participación y el compromiso que tuvieron con las sesiones psicológicas, la actitud y cooperación que llevaron a lo largo de la temporada y que, si bien no alcanzamos los resultados esperados de entrar a liguilla, se ha cerrado con una buena unidad de equipo y que nos servirá para tener una base que habrá que fortalecer al inicio del siguiente torneo. Por otra parte, hacer mención que con la evaluación final que recién han contestado se retomaran los resultados de la funcionalidad del programa que se ha llevado a cabo y que con las consideraciones del área de psicología y del cuerpo técnico, diseñaran lo que se espera para la siguiente etapa.	



Figura 7. Sesión # 11, aplicación del *post test* en el Cuestionario de Entorno de Grupo y la Escala de Identidad Deportiva con la categoría Sub 17 de Atlas F. C.

Evaluación de desempeño de prácticas profesionales.



RC-PP-007
Rev: 00-08/17

Dirección de Servicio Social y Prácticas Profesionales

Evaluación de Desempeño de Prácticas Profesionales

Datos del alumno

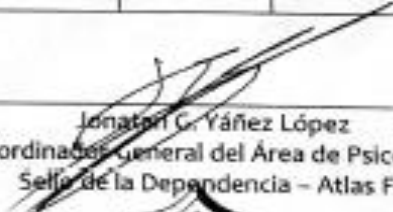
Matrícula:	1490761
Nombre del Alumno:	Jesús Ángel Méndez Delgado
Facultad:	Facultad de Organización Deportiva – Facultad de Psicología
Carrera:	Maestría en Psicología del Deporte

Datos de la Empresa:

Empresa:	Atlas Fútbol Club
Departamento:	Dirección de Talento y Desarrollo Humano – Área de Psicología

Evaluación

	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia	✓			
Conducta	✓			
Puntualidad	✓			
Iniciativa	✓			
Colaboración	✓			
Comunicación	✓			
Habilidad	✓			
Resultados	✓			
Conocimiento profesional de su carrera	✓			


Jonathan G. Yáñez López
Coordinador General del Área de Psicología
Sello de la Dependencia – Atlas FC



Vigente a partir de: Agosto de 2017

RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO

JESÚS ÁNGEL MÉNDEZ DELGADO

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Reporte de Practicas: Programa de Intervención Psicológica para el Desarrollo de Cohesión e Identidad Deportiva en Jóvenes Deportistas.

Campo temático: Psicología del Deporte

Lugar y fecha de nacimiento: Monterrey, Nuevo León, México.; 26 de Julio de 1993

Lugar de residencia: Monterrey, Nuevo León, México.

Procedencia académica: Universidad Autónoma de Nuevo León

Experiencia propedéutica y/o profesional:

- Prácticas profesionales de licenciatura como terapeuta en la Unidad de Servicios Psicológicos de la Facultad de Psicología en la Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Prácticas profesionales de licenciatura como terapeuta en el Centro de Educación Artística (CEDART) “Alfonso Reyes” en Monterrey, Nuevo León, México.
- Tallerista en proyecto de “Prevención de embarazo” por Programa Nacional para la Prevención Social de la Violencia y el Delito.
- Maestro de acompañamiento en el Colegio Liceo de Monterrey, Nuevo León.
- Prácticas profesionales de maestría en psicología del deporte en el Departamento de Psicología del Deporte en la Facultad de Organización Deportiva de la Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Prácticas profesionales de Maestría en Psicología del Deporte en Fuerzas Básicas de Atlas Fútbol Club.

Email: psi.jmendez@hotmail.com