

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGÍA



**“LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE Y SU IMPACTO EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS A TRAVES
DE LA MEDIACIÓN”**

PRESENTADA POR:

MRH. JUAN MANUEL SÁNCHEZ LOZANO

**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE
DOCTOR EN MÉTODOS ALTERNOS DE SOLUCIÓN DE CONFLICTOS**

CIUDAD UNIVERSITARIA, JUNIO DE 2018

**“LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE Y SU IMPACTO EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS A TRAVES
DE LA MEDIACIÓN.”**

Aprobación de tesis:

DR. JOSÉ GUADALUPE STEELE GARZA
DIRECTOR DE TESIS

DR. FRANCISCO JAVIER GORJÓN GÓMEZ
DIRECTOR DEL PROGRAMA DOCTORAL EN
MÉTODOS ALTERNOS DE SOLUCIÓN DE CONFLICTOS

DR. ARNULFO SÁNCHEZ GARCÍA
SUBDIRECTOR DE POSGRADO

Declaración de autenticidad

DECLARO QUE:

1. El presente trabajo de investigación, tema de la tesis presentada para la obtención del título de Doctor(a) es original, siendo resultado de mi trabajo personal, el cual no he copiado de otro trabajo de investigación.
2. En el caso de ideas, fórmulas, citas completas, ilustraciones diversas, sacadas de cualquier tesis, obra, artículo, memoria, en versión digital o impresa, se menciona de forma clara y exacta su origen o autor, en el cuerpo del texto, figuras, cuadros, tablas u otros que tengan derechos de autor.
3. Declaro que el trabajo de investigación que pongo en consideración para evaluación no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico o título, ni ha sido publicado en sitio alguno.
4. Soy consciente de que el hecho de no respetar los derechos de autor y hacer plagio, es objeto de sanciones universitarias y/o legales, por lo que asumo cualquier responsabilidad que pudiera derivarse de irregularidades en la tesis, así como de los derechos sobre la obra presentada.
5. De identificarse falsificación, plagio, fraude, o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, responsabilizándome por todas las cargas pecuniarias o legales que se deriven de ello sometiéndome a la normas establecidas y vigentes de la UANL.

AUTOR: MRH. JUAN MANUEL SÁNCHEZ LOZANO

FECHA: _____

FIRMA: _____

Dedicatoria

A mi Madre, con todo mi cariño

A mi Padre, que en todo momento estuvo conmigo

Para mis hijos Nadia y Juan Manuel

 Mi nieto Diego

Con todo mi cariño para ti, que hiciste mucho y suficiente para que yo pudiera lograr mis sueños, por motivarme, por estar a mi lado en momentos difíciles y darme la mano cuando sentía que el camino se terminaba, mi compañera, amiga y esposa Carmen, por siempre mi corazón y mi agradecimiento.

Agradecimientos.

Gracias a la Universidad Autónoma de Nuevo León, por haberme permitido formarme, gracias a todos mis maestros que fueron partícipes en éste proceso, a ustedes que fueron los responsables de realizar su aporte de conocimientos que el día de hoy se ven reflejados en la culminación de mi doctorado., de manera especial al Dr. José Guadalupe Steele Garza, que con sus observaciones , orientación y experiencias compartidas fueron clave para la culminación de mi proyecto, a todos les dedico cada una de estas páginas de mi tesis.

Mi agradecimiento a las autoridades de la Dirección General de Deportes, Facultad de Psicología y Facultad de Organización Deportiva de la Universidad Autónoma de Nuevo León por el apoyo necesario en la realización de este proyecto.

Mi gratitud a entrenadores y deportistas de los equipos representativos TIGRES de la Universidad Autónoma de Nuevo León por su disposición y colaboración al permitirme la aplicación de cuestionarios y entrevistas.

Mi agradecimiento a las autoridades de la coordinación deportiva, entrenadores y deportistas de los equipos representativos JAGUARES de la Universidad Regiomontana por su disposición y colaboración al permitirme la aplicación de cuestionarios y entrevistas.

Mi total agradecimiento a mis compañeros de generación: Lina, Pily, Melissa, Cristy, Luis, y Ervey, mi admiración y respeto, indudablemente conformamos un grupo donde compartimos momentos muy significativos y llenos de experiencias compartidas de vida y academia, gracias amigos.

Espero que éste momento especial perdure no solo en la mente de las personas a quien expresé mi agradecimiento, sino también aquellos que se tomaron un momento para darle una mirada a mi proyecto de tesis, mi gratitud infinita a ustedes.

Índice

Declaración de autenticidad.....	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimientos.....	iv
INDICE DE TABLAS	viii
INDICE DE ILUSTRACIONES	ix
INDICE DE GRÁFICAS	x
Abreviaturas	xi
Introducción	1
Capítulo 1: Metodología.....	5
1.1 Antecedentes históricos de Los Métodos Alternos de Solución de Conflictos.....	5
1.1.1 Conciliación.....	6
1.1.2 Negociación	7
1.1.3 Mediación	9
1.1.4 Arbitraje.....	10
1.1.5 Antecedentes de los MASC en México.....	11
1.1.6 Los Métodos Alternos en la Resolución de Conflictos en el ámbito deportivo	12
1.1.6.1 Conciliación deportiva	14
1.1.6.2. Mediación Deportiva.	16
1.1.6.3. Negociación deportiva	18
1.1.6.4. Arbitraje deportivo	19
1.2 Planteamiento del problema.....	20
1.3 Objetivo General	21
1.3.1 Objetivos específicos de la investigación.....	21
1.4 Justificación del estudio	21
1.5 Hipótesis de la investigación	23
1.6 Marco conceptual.....	24
1.7 Modelo de la investigación.	25
1.8 Diseño de la investigación.....	25
1.9 Matriz de congruencia.....	26
Capítulo 2: La psicología del deporte, su regulación normativa y el impacto de los medios de comunicación en el conflicto deportivo	27
2.1 Aproximación histórica a la ciencia de la Psicología.....	27

2.2. Federaciones deportivas nacionales e internacionales	35
2.2.1. Regulación del deporte en México.	39
2.3 La Psicología del Deporte aplicación, responsabilidad civil, penal y administrativa.....	43
2.3.1. La responsabilidad civil, penal y administrativa en el deporte.....	44
2.4. La importancia de los medios de comunicación en el deporte.	47
2.4.1. El impacto de los medios de comunicación en el deporte	49
2.4.2. Los medios de comunicación en el Conflicto deportivo.	50
Capítulo 3: Psicología y mediación deportiva, una sinergia asertiva en la percepción de factores emocionales para la resolución del conflicto	52
3.1. Mediación y psicología en el deporte	59
3.1.2. Habilidades y destrezas de la psicología en la mediación deportiva.....	62
3.1.3 Metodología de operación del psicólogo en mediación deportiva:	64
3.2. Aproximación a la mediación deportiva en el contexto internacional.....	69
3.3. Definición y perfil del mediador deportivo.....	76
Capítulo 4: Los factores emocionales y el rendimiento en el deporte, una interacción causal para el proceso deportivo	82
4.1 Las emociones en el deporte	86
4.2. Motivación	92
4.2.1. La jerarquía de necesidades de Maslow:	92
4.2.2. Los tres factores de McClellan:	94
4.2.3. La Teoría motivacional de las Metas de Logro.	100
4.2.4. La teoría del factor dual de Herzberg:	101
4.2.5. La Teoría X y Teoría Y de McGregor:.....	102
4.2.6. La teoría de las expectativas:	103
4.2.7. Teoría de la autodeterminación: (Deci y Ryan, 1985,2000; Ryan y Deci, 2000).....	104
4.3. Motivación en el deporte.....	104
4.3.1. Tipos de Motivación en el deporte	108
Capítulo 5: Ansiedad y concentración, elementos fundamentales en la actuación del atleta para su éxito deportivo	111
5.1. La ansiedad moderada como un componente de éxito deportivo	111
5.1.1. Tipos de ansiedad	112
5.1.2. Causas de la ansiedad.	114

5.1.3. Manifestaciones de la ansiedad.....	116
5.1.4. La ansiedad en el deporte.....	117
5.1.5. Principios de la ansiedad en el deporte	119
5.2. Concentración como un elemento esencial para alcanzar la elite deportiva	122
5.2.1. Atención Vs Concentración.....	127
5.2.2. Exigencias de la Concentración.....	129
Capítulo 6: Modelo de investigación.....	141
6.1. Diseño del instrumento (experimento) comprobación mediante la cuasi-experimentación	142
6.1.1. Elección del instrumento	143
6.1.2. Diseño del instrumento	144
6.2. Definición del sujeto de estudio	146
6.2.1. Aproximación a los sujetos de estudio	146
6.3. Muestra.....	147
6.3.1. Resultados de la prueba piloto (comprensión de preguntas)	148
6.4. Aplicación del instrumento	148
Capítulo 7. Análisis y discusión de los resultados	150
7.1. Análisis del Alpha de cronbach	150
7.1.1. Confiabilidad de la dimensión de ansiedad	151
7.1.2. Confiabilidad de la dimensión concentración.....	152
7.1.3. Confiabilidad de la dimensión motivación.....	153
7.2. Análisis de cambios pre-post mediación	155
7.2.1. Análisis en los cambios de la variable ansiedad	156
7.2.2. Análisis en los cambios de la variable concentración.....	157
7.2.3. Análisis en los cambios de la variable motivación	158
7.2.4. Análisis en los cambios de las variables adicionales.....	159
Conclusiones.....	161
Propuestas.....	164
Bibliografía:.....	167
ANEXO 1	176
ANEXO 2	195

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Marco Conceptual.....	24
Tabla 2 Matriz de congruencia.	26
Tabla 3 Federaciones deportivas internacionales.....	36
Tabla 4. Principios que sustentan los MASC.	61
Tabla 5 Elementos Básicos del PSIM en la escucha activa.	66
Tabla 6 El Mediador.....	76
Tabla 7 Motivación al logro..	98
Tabla 8 Motivación de afiliación..	98
Tabla 9 Teoría de McClelland con aplicación al contexto deportivo..	99

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 La Psicología del deporte y la mediación en el conflicto deportivo.....	59
Ilustración 2 Las emociones	90
Ilustración 3 Jerarquía de necesidades de Maslow.....	93
Ilustración 4 Los tres factores de McClelland.	94
Ilustración 5 El proceso de aprendizaje.	124
Ilustración 6 La concentración.	125
Ilustración 7 La Atención.....	129
Ilustración 8 Determinantes de las exigencias concentrativa en el deporte.	130
Ilustración 9 Las diferentes formas de atención en el deporte según Nideffer (1976).	131
Ilustración 10 Desarrollo de la concentración en el deporte.....	132
Ilustración 11 Proceso que provoca la respuesta de bloqueo en la práctica deportiva, según Nideffer (1981)	139
Ilustración 12.....	151
Ilustración 13.....	151
Ilustración 14.....	152
Ilustración 15.....	153
Ilustración 16.....	154
Ilustración 17.....	154

INDICE DE GRÁFICAS

Gráfica 1	156
Gráfica 2	157
Gráfica 3	158
Gráfica 4	159

Abreviaturas

MASC: Métodos alternos de solución de conflictos

TAS: Tribunal de arbitraje deportivo

INJUVE: Instituto de la juventud

APA: Asociación de Psicólogos Americanos

COI: Comité olímpico internacional

PSIM: Psicólogo Mediador

TEAD: Tribunal Español De Arbitraje Deportivo

NBA: National Basketball Association

NFL: National Football League

CONADE: La Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte

COM: El Comité Olímpico Mexicano, Asociación Civil

COPAME: El Comité Paralímpico Mexicano, Asociación Civil

CAAD: La Comisión de Apelación y Arbitraje del Deporte

CONDE: Los Consejos Nacionales del Deporte Estudiantil

SINADE: El Sistema Nacional de Cultura Física y Deporte

RENADE: El Registro Nacional de Cultura Física y Deporte

COVED: Consejo de Vigilancia Electoral Deportiva

CODEME: Confederación Deportiva Mexicana.

Introducción

El conflicto es la colisión de visiones diferentes, donde dos sujetos pugnan por obtener un resultado disímil, ya sea porque comparten un objetivo, o tienen objetivos completamente diferentes en una situación particular y compartida, Gorjón, F. Sánchez, A. (2016) Los conflictos son parte de la existencia humana y ellos indudablemente nos dejan aprendizaje, el no experimentar conflictos significa no estar vivo, el poseer las habilidades y aprender a sortearlos.

Para su resolución significa saber abordar las dificultades, las emociones entran en juego cuando un conflicto aparece, la rabia, tristeza y miedo son emociones que se experimentan cuando surge el conflicto, el control adecuado de estas serán de utilidad para encaminarse a la solución del mismo. El conflicto inicia cuando una parte detecta o percibe que la otra parte le afecta o incomoda. Gorjón, F. Steele, J. (2012)

Las situaciones conflictivas, por lo general producen cierta incertidumbre, malestar e incomodidad en el individuo, máxime cuando no es abordado de manera correcta incluso, se puede convertir en violencia y por qué no, en delito. (Barquero, 2013), en el mundo del Deporte, no están exentos los conflictos ya que es natural e inevitable que toda actividad fundamentalmente de conjunto traiga consigo la existencia de intereses dispares que originan confrontaciones entre sus integrantes, llevan consigo factores de competición o confrontación y por lo tanto es fuente inagotable de generación de conflictos, pero hay que aclarar que el conflicto no posee un componente negativo, esta connotación se la damos nosotros mismos basados en ciertos elementos de tiempo, modo y lugar, ya que la situación conflictiva es neutral.

En el capítulo 1, Antecedentes “Los métodos alternos de solución de conflictos” hacemos un breve resumen histórico como referencia de cada uno de ellos, esto para ubicarnos en el contexto de la negociación, la mediación, la conciliación, el arbitraje y la mediación en el entorno deportivo,

En el capítulo 2, abordamos el tema de la psicología aplicada al deporte que contribuye a la solución de problemas emocionales que tienen que ver con el rendimiento deportivo, de tal manera que su aportación como ciencia que estudia el comportamiento humano coadyuvará en éste ámbito, a resolver la existencia de algún conflicto presente.

Por otra parte, el capítulo hace referencia con la psicología en el deporte, su responsabilidad civil, penal y administrativa, así como también, conocer la regulación del deporte en México. por otra parte, en éste capítulo hablamos sobre la importancia de los medios de comunicación en el deporte lo hemos considerado por su implicación en el entorno deportivo y su influencia social, destacando su rol de observadores y redactores de noticias , el impacto que provocan en una sociedad donde el futbol es el deporte por excelencia, no menos importantes otros deportes como el béisbol o el box, en este entorno donde los medios manejan la noticia cabe la posibilidad de que una nota sea distorsionada o equivocada pudiendo generar conflictos.

En el capítulo 3, dedicamos un espacio para el tema de la psicología y mediación deportiva, su inclusión como método para la resolución de disputas en el deporte ya que por su propio carácter de competencia donde hay un ganador y un perdedor, existe la posibilidad de conflicto cuando las emociones se desbordan y no son controladas, aclarando que no solo en éstos casos, sino también con los demás actores deportivos.

En el capítulo 4, Los factores emocionales y el rendimiento en el deporte es un tema donde damos cuenta que las emociones juegan un papel importante en el deporte hemos considerado a la motivación, (entre otras que veremos en el cap. 5) como variable psicológica implicada en el rendimiento deportivo y que si ésta es trastocada por algún conflicto el rendimiento se verá disminuido.

Igualmente, hablamos sobre las teorías de la motivación, teorías que han sido de gran interés para el conocimiento humano, Maslow, McClellan, factor dual de Herzberg, entre otras, teorías que nos ayudan a comprender significativamente el concepto de motivación.

Durante mucho tiempo las emociones fueron consideradas poco importantes pues se le atribuía más relevancia a la parte racional.

En el capítulo 5, explicamos la variable psicológica ansiedad, en sus tipos, causas y manifestaciones como una expresión de malestar, una emoción complicada y quizá uno de los problemas más discutidos en el campo de la psicología caracterizado por un estado de alerta y activación, donde el deporte demanda el control y equilibrio de tan importante variable psicológica.

Al mismo tiempo, en éste capítulo comentamos sobre la concentración y su relación con la atención, cual de la dos es más importante, por otra parte, saber si la concentración es una habilidad que con la cual nacemos o bien puede ser desarrollada o aprendida por nosotros mismos.

En síntesis, el conflicto deportivo no es nuevo, la aparición de problemas en este contexto se encuentra presente, identificaremos que el proceso de mediación es una de las herramientas fuertemente utilizadas para ser aplicada en la solución de controversias que en algún momento pudieran manifestarse en el contexto deportivo y que sin lugar a dudas ayudará a las partes en disputa, para dialogar sobre sus intereses y encontrar una solución en forma cooperativa.

La mediación deportiva es la oportunidad de que las partes asuman la responsabilidad que tienen en la gestión de su propio conflicto, que los miembros de la comunidad deportiva implicados tengan la oportunidad de trabajar juntos en la resolución de la controversia, sentarse junto a la otra parte y buscar una solución creada por ellos mismos, con la ayuda inestimable de un mediador deportivo que sin ser parte ni posicionarse en el conflicto, dado que no ofrece ninguna solución, sino que son las partes las que proponen y acuerdan, les va ayudar a dirigir y gestionar el conflicto para que en los momentos que las partes no sepan gestionar sus emociones, ello no sea un impedimento para alcanzar un acuerdo buscado y consensuado entre los verdaderos protagonistas del conflicto.

Por otro lado, en cuanto a la psicología en el contexto deportivo, en los últimos años ha ido ampliando sus campos de actuación donde se ha desarrollado la mediación. El psicólogo en este rol utiliza herramientas para gestionar las emociones de los protagonistas de un conflicto, la importancia del trabajo de mediador con las habilidades y competencias del comportamiento humano lo remite a ser un facilitador del proceso (no terapéutico) que actúa de manera neutral centrándose en mediar el conflicto que presentan las partes.

En el proceso se encuentran en igualdad de condiciones, en caso de que exista una situación de violencia o de coerción no se podrá establecer una mediación, porque es un proceso voluntario en que las partes vienen para intentar a través del dialogo solucionar el conflicto, por lo tanto, si hay

una situación negativa de una de las partes en donde por ejemplo no quiere ceder, es libre para elegir otras opciones.

Capítulo 1: Metodología

1.1 Antecedentes históricos de Los Métodos Alternos de Solución de Conflictos

La implementación de los Métodos Alternos de Solución de Conflictos ha demostrado ser una herramienta muy útil en la resolución de controversias en diversas áreas del quehacer humano, una breve referencia histórica la encontramos en Di Gregorio, Génesis (2012), donde explica que, para conocer el origen histórico de la resolución de conflictos, debemos ir al origen mismo del hombre, ya que es tan antiguo como lo es el conflicto. Existen fragmentos filosóficos presocráticos, como los de Heráclito y Aristóteles donde se deduce que el "conflicto es el promotor del cambio y a su vez es consecuencia de este..." Zairomero (2014), En diversas culturas familiares como diferentes etnias y grupos religioso establecían sus propios métodos para solucionar controversias, revisemos brevemente algunos antecedentes de los métodos en cuestión.

En 1997 el Dr. Jorge Pesqueira Leal y el Dr. Miguel Soto Lamadrid, profesores de la Universidad de Sonora, promueven una nueva opción, coadyuvante en la impartición de justicia en el país, una metodología sistematizada que ofrece opciones para resolver las diferencias entre las partes en conflicto, a través de una forma pacífica. Sandoval, E. (2013)

Así, en 1999, se crea la primera institución de mediación en el país, la Unidad de Mediación Familiar y Comunitaria de la Universidad de Sonora.

De acuerdo con Sandoval, E. (2013) en su trabajo Antecedentes de los medios alternos de solución de conflictos y justicia restaurativa en México.

El conflicto interpersonal, es tan antiguo e inherente en el ser humano como lo es su origen, siendo el conflicto un punto de desacuerdo entre dos partes, el hombre ha indagado para encontrar opciones de solución. Inicialmente, cuando aún el hombre vivía en tribus, la forma en que utilizaban para hacerse justicia por invasión de otros pueblos o para beneficiarse como grupo, era a través de la guerra, en donde el más fuerte era quien subordinaba a su contrincante. Este ambiente perduró durante muchas etapas de la evolución humana.

Otros pueblos, y como lo menciona el antiguo testamento, impartían justicia y solucionaban sus conflictos bajo las consignas de la Ley del Talión, es decir, ojo por ojo y diente por diente. También, se identifica una muestra de solución de problemas en el cuerpo del inculgado, según el delito cometido.

En la cultura griega, Heráclito influenciado por el pensamiento filosófico de la dialéctica, consideraba que la vida era un constante cambio, de esta manera visualizaba, el conflicto como un promotor de cambios y a su vez, los cambios, como generadores de conflictos.

Con el surgimiento de los estados, surge la figura de un sólo gobernante, que según el contexto histórico-social es llamado señor, Rey, Monarca, César, etc., autoridad encargada de administrar la justicia.

La historia menciona que, en el año 1789, tras la victoria de la Revolución Francesa, la justicia deja de ser administrada por la autoridad absoluta, se genera la división de los poderes en ejecutivo, legislativo y judicial, este hecho toma una gran relevancia social, ya que, por primera vez, se dan las bases de una sociedad democrática.

Ubicándonos en el contexto nacional la denominación con que se conoce a los Métodos alternos de solución de conflictos, varía según la entidad federativa que se trate. Encontramos en México regulaciones “de métodos alternos”, “de medios alternativos”, “de mecanismos alternativos”, “para la solución de conflictos” o “de controversias”, pero el término predominante hasta ahora en las leyes estatales es “de justicia alternativa”, dichos nombres son formas distintas de referirnos a los mismos, es decir, la negociación, la mediación- conciliación, el arbitraje y sus variantes. La disparidad en las legislaciones locales sobre Medios alternativos de solución de controversias no sólo se refiere a la nomenclatura sino al número de métodos alternos que se regulan, pues, aunque una ley pueda llamarse “de justicia alternativa” podría resultar que en realidad hablemos de una ley de mediación y conciliación, es decir, no contempla otras modalidades de justicia alternativa en su contenido.

1.1.1 Conciliación

En cuanto los antecedentes de la conciliación se desarrollan este modo de solución de conflictos en las civilizaciones y países más destacados a lo largo de la historia universal.

En la antigua China la conciliación era el principal recurso para resolver desavenencias. Según Confucio, la resolución óptima de una desavenencia se lograba a través de la persuasión moral y el acuerdo, y no bajo coacción, Pineda, J. (2017) Confucio hablaba de la existencia de una armonía natural en las relaciones humanas, que no debía interrumpirse. La conciliación a gran escala se sigue ejerciendo en la actualidad en la China (Folberg y Taylor, 1992).

Durante siglos la Iglesia ha desempeñado un papel de conciliadora, trátase del párroco, el ministro o el rabí. La Biblia afirma que Jesús es un mediador entre Dios y el hombre, así leemos en Timoteo 2, 5-6 «porque hay un solo Dios, y un solo mediador entre Dios y los hombres». Es más, cuando Pablo se dirige a la comunidad en Corinto les pide que no resuelvan sus desavenencias en el Tribunal, sino que nombren a personas de su propia comunidad para conciliar.

En Grecia, se ha estimado que los Thesmotetas o Tesmotetes de Atenas realizaban una labor disuasoria respecto de las intenciones litigiosas de los ciudadanos.

En Roma, un sector de la doctrina encuentra antecedentes de la conciliación en la ley de las Doce Tablas, en concreto, en la Tabla I; sin embargo, esta opinión no es general. Evidentemente los antecedentes españoles son los que más nos interesan, ya que directamente inciden en el desarrollo de la figura conciliatoria en México. Estos datos aparecen en una ley que lleva por nombre "Ley de Procedimientos Judiciales" de 1857 que también regulaba la conciliación como presupuesto intentar la acción civil o penal, en caso de injurias. En Querétaro, la conciliación, pasa de la Constitución de 1825 a la de 1833; en esta última la labor estaba encomendada a los jueces de Primera Instancia y a los Alcaldes Constitucionales.

1.1.2 Negociación

El hombre dejó de ser nómada y empieza el arte de la negociación.

Cuando el hombre dejó de ser nómada y pasó a asentarse en poblados parte de ellos se empezaron a fabricar herramientas, mientras otros iban a cazar. Es en ese momento donde empiezan las habilidades y el arte de negociar, porque quien quedaban en el poblado haciendo utensilios los tenían que intercambiar por comida, Raziol, E. (2018). Depende de lo que se dijera y cómo en los intercambios iban a conseguir más comida o menos, es ahí donde comienza el arte de la negociación. 600 años antes de Cristo se inventa el dinero y ya no era intercambiar mercancía

por intercambiar si no que la gente empezó acumular dinero. En ese momento la negociación se vuelve clave para los mercaderes.

Por aquel entonces empezaron a juntarse en grupos por lo que se empezaron a diseñar los mercados. Ellos llevaban sus productos y sus mercancías a intercambiarlas por otras o por dinero y algunos empezaron a ganar más que otros y empezaron las diferencias entre ricos y pobres.

No importa cuántas formas de conflicto se genere, se necesitará negociar para auto-realizarse y lograr resultados. Sin embargo, la mayoría de las personas efectúan este proceso de manera intuitiva, tienden a negociar en la medida de lo posible.

Siempre que se intente influir en una persona o grupo de personas a través del intercambio de ideas, o con algo de valor material, se está negociando, Rodríguez, Y. (2010). "La negociación es un sencillo proceso de descubrimiento. La cuestión es hacer preguntas en la forma y momentos precisos. Hacer preguntas sencillas para asuntos difíciles. La cuestión es que las preguntas siempre se nos ocurren cuando vamos de regreso en la noche a casa." Francis Bacon (1561-1620):

La palabra negociación ha cobrado una importancia tan marcada que la sitúa por encima de otras formas de solución de conflictos revisemos algunas definiciones:

Tomas Colosi y Arthur Eliot Berkeley (1981) Las negociaciones se pueden definir prácticamente como el proceso que se les ofrece a los contendientes, la oportunidad de intercambiar promesas y contraer compromisos formales tratando de resolver sus diferencias

Kennedy (1982): "La negociación es un proceso de resolución de un conflicto entre dos o más partes mediante el cual ambas o todas las partes modifican sus demandas hasta llegar a un compromiso aceptable para todos.

Roger Fisher y Williams Ury (1985): La negociación es un medio básico para lograr lo que queremos de otro. Es una comunicación de doble vía para llegar a un acuerdo, cuando usted y otras personas comparten algunos intereses en común pero también tienen algunos opuestos.

Tomando como base los criterios anteriores la negociación es la relación que se establece entre dos o más personas en relación a un asunto determinado con el objetivo de llegar a un acuerdo

que sea beneficioso para todos ellos. Se inicia cuando hay diferencias en las posiciones que mantienen las partes, su propósito es eliminar esas diferencias.

1.1.3 Mediación

Miranzo (2016), Geográficamente, la mediación como medio de solución de conflictos aparece casi simultáneamente en algunos lugares de Europa, Latinoamérica y Estados Unidos de Norteamérica, encontramos en la historia que la mediación, su finalidad principal era la de solucionar los conflictos interpersonales acudiendo a un tercero con autoridad reconocida por las partes intervinientes para que éste pudiera ayudar a los afectados por el problema y solucionarlo de forma pacífica.

Durante la Edad Moderna la mediación se utilizó especialmente en el ámbito del Derecho Internacional, debido a la importancia del establecimiento de relaciones, la justicia entre los estados solo se podía llegar a acuerdos a través de la mediación y arbitraje, es hasta mediados del siglo XX cuando se aplica la mediación profesionalmente.

En los años 60, aparecen por primera vez servicios especializados en resolución de conflictos, de forma pacífica y no judicial en Estados Unidos y en Canadá, desde ahí comenzaron investigaciones científicas sobre estos procesos, ya para el 1978, se reguló en Canadá los requisitos y la formación específica para la práctica de la mediación. En Europa, Inglaterra y Francia la aceptación e implantación de las técnicas de resolución de conflictos en los diferentes campos de la vida social tuvo una relevancia especial la mediación de conflictos familiares.

En la actualidad el conflicto se sigue viendo como una situación en la que se contraponen varias fuerzas y solemos reaccionar de varias maneras, ya sea evitando, ignorando y hasta hacer que no va con lo que pensamos, de esta forma muchas veces se plantea de forma destructiva el problema, intentando dañar al que consideramos la fuente del conflicto, y no así asumiendo la responsabilidad de ambas partes y trabajar en conjunto a la otra parte con la que tiene la discrepancia y ojalá llegar a un consenso encontrando las pautas comunes que hagan enfocar en este sentido la resolución de conflictos.

Ya sabemos con certeza que los conflictos han formado parte de la realidad social, por cuanto se manifiesta en las diversas áreas del ser humano, es decir, es inherente a las personas y a la colectividad.

En la mediación, se adquieren habilidades y destrezas técnicas para una mejor convivencia en la sociedad, no es algo sencillo, pero con aportes como este trabajo se da a conocer la importancia que tiene este tema en la actualidad y que los problemas se pueden solucionar dialogando, y favoreciendo a las partes a conocerse entre ellas, se ve el conflicto desde otra perspectiva y ponderan posibles soluciones asumiendo la responsabilidad de ser ellos mismos los dueños de su propia problemática sin esperar que un tercero venga a atribuir su juicio.

En 1997 el Dr. Jorge Pesqueira Leal y el Dr. Miguel Soto Lamadrid, profesores de la Universidad de Sonora, promueven una nueva opción, coadyuvante en la impartición de justicia en el país, una metodología sistematizada que ofrece opciones para resolver las diferencias entre las partes en conflicto, a través de una forma pacífica. Sandoval, E. (2013)

Así, en 1999, se crea la primera institución de mediación en el país, la Unidad de Mediación Familiar y Comunitaria de la Universidad de Sonora.

1.1.4 Arbitraje

Alarcón, L. (2013) en su trabajo comenta que para Napoli, el arbitraje es el procedimiento que tiene por objeto la composición del conflicto por una persona u organismo cuyo laudo una vez dictado tiene que cumplirse obligatoriamente. (Escriche, 1986).

De igual manera para Cabanellas, el arbitraje es toda decisión dictada por un tercero, con autoridad para ello, en una cuestión o asunto que las partes han sometido su decisión y que tiene que cumplirse obligatoriamente (Escriche, 1986).

El arbitraje es un sistema de solución de conflictos en que la voluntad de las partes, se somete a la voluntad de un tercero. En el fondo del arbitraje existe un pacto o convenio entre los litigantes en el sentido de que someterán sus voluntades a la convicción y al pronunciamiento del tercero, con el compromiso de cumplir lo que éste decida.

1.1.5 Antecedentes de los MASC en México

No se encuentran datos que indiquen al menos el concepto de la conciliación al menos en los "Elementos constitucionales" de Rayón, ni en los "Sentimientos de la nación" de Morelos como tampoco en la "Constitución de Apatzingán"

El "Reglamento Provisional Político del Imperio Mexicano" prevé, en su artículo 58, sólo actividades de conciliación y arbitraje entre los comerciantes. En ésta legislación surge el artículo 71, que a la letra dice:

"Artículo 71: A toda demanda civil o criminal debe preceder la junta conciliatoria en los términos que hasta aquí se ha practicado. Y para que sea más eficaz tan interesante institución, se previene que los hombres buenos presentados por las partes, o no sean abogados, o si lo fueren, no se admitan después en el tribunal para defender a las mismas partes, en caso de seguir el pleito materia de la conciliación"

La ley referida del 9 de octubre de 1812; se preveía que en los reglamentos provisionales de cada provincia se debería conceder facultades a los Alcaldes de los pueblos para realizar labores conciliatorias.

En la Constitución de 1824 se estipula la obligación de acudir al "medio" de la conciliación antes de iniciar acción civil, o penal por injurias, según establecía el art. 155.

En la Sexta Ley Constitucional de 1836, los alcaldes y los jueces de paz son los responsables de inducir a la conciliación, los Jueces de Paz permanecen en el proyecto de reformas de 1840, así mismo cuando se tratase de poblaciones numerosas se dividirían en secciones responsabilizándose a funcionarios para que asumieran el rol de conciliadores

En la historia constitucional encontramos en los proyectos de 1842, el 26 de agosto y el del 2 de noviembre donde se establece la obligatoriedad del intento conciliatorio estableciendo, al igual que la Quinta Ley Constitucional de 1836.

Como un ejemplo de la legislación secundaria que en nuestra Nación se ocupó de la figura conciliatoria, podemos citar la Ley del 3 de mayo de 1837,

En Querétaro, la conciliación, como ya se dijo, pasa de la Constitución de 1825 a la de 1856; en esta última la labor estaba encomendada a los jueces de Primera Instancia y a los Alcaldes Constitucionales. Extrañamente los constituyentes de 1917 desaparecen los MASC sin motivar ni fundamentar su implacable decisión de tal forma que tuvieron que transcurrir 95 años para incorporar de nueva cuenta los MASC en la reforma constitucional de junio del 2008 en su artículo 17 fracción IV en relación al sistema de justicia penal mexicano

1.1.6 Los Métodos Alternos en la Resolución de Conflictos en el ámbito deportivo

En la práctica deportiva, debido a la competencia de los deportistas involucrados, existen confrontaciones por ejemplo en un partido de fútbol se crean choques, entradas fuertes, que generan conflictos no esperados por parte de los jugadores y que pueden ir más allá del campo de juego.

Cuando este tipo de situaciones ocurre, a las partes en conflicto se les invita a intentar resolver sus diferencias por sí mismas, la voluntariedad es muy importante en este proceso las partes son guiadas en todo momento por el mediador, quien en forma neutral e imparcial facilita el diálogo para establecer un acuerdo, a través de la mediación deportiva, que es uno de los métodos alternos de solución de conflictos, pueden llegar a una solución satisfactoria.

Por otra parte, cuando se resuelven los conflictos por la vía judicial ordinaria, serán más morosos, lentos y tardados, no se podrían resolver conflictos que requieren de una solución más inmediata como lo es en el deporte dado el apremio que existe en un resultado deportivo.

No hay organizaciones donde no exista la posibilidad de la presencia de un conflicto, dicho de otra manera, el conflicto resulta inherente al ser humano, en organizaciones que se dedican a la práctica deportiva también existen, es decir no están libres de que ocurran este tipo de situaciones.

Los conflictos que no son resueltos en el deporte influyen psicológicamente de manera negativa, además impactan en lo profesional y en el rendimiento deportivo contribuyendo a la disminución de la esfera motivacional, así como aumentar la ansiedad y estrés del deportista

Los conflictos que se presentan en el contexto deportivo son muchos y diversos, por ejemplo: entre jugadores de un equipo, entre el entrenador y sus jugadores, el deportista y su agente, directivos, familiares del deportista y cuerpo técnico, etc.

Sin embargo, existen otro tipo de controversias en el deporte profesional de elite mucho más complejos como, por ejemplo: venta de derechos televisivos, patrocinios, publicidad, derechos de imagen, acuerdos comerciales entre otros.

Es importante señalar que es precisamente en el deporte donde cobran importancia los métodos alternativos de resolución de conflictos pues sabemos de antemano que el resultado de un juego o de una competencia deberá ser resuelto con prontitud y solo mediante los MASC esto será posible.

Considerando que siempre serán las partes implicadas en los conflictos quienes acuerden voluntariamente someterse a mediación y serán ellas quienes encuentren la solución a sus conflictos. Evidentemente la mediación deportiva tiene el mismo alcance que otros tipos de mediación y requiere que las personas que desarrollen su labor como mediadores.

En este sentido con el procedimiento de resolución de conflictos, las partes disponen de una herramienta ágil y económica como lo hemos comentado en el deporte no es conveniente la espera prolongada de la resolución de conflictos, se requiere de procedimientos ágiles en las controversias

El conflicto deportivo ha propiciado que éste sea un ámbito muy permeable a encontrar fórmulas privadas para resolver los conflictos y alejarlos del habitual enmarañamiento y la eternalización de los mismos producida por la vía judicial (Pérez Mendoza N, 2013) .Resulta claro que precisamente también es en el deporte donde no se puede permitir el prolongar demasiado un conflicto por la naturaleza propia del juego o competencia, dado que el resultado deberá darse al término de una competencia, es decir que no se puede esperar meses o quizá años para un resultado de un ganador o un perdedor según sea el caso.

Los métodos de resolución de conflictos, ha encontrado un área de oportunidad en el contexto deportivo a través del arbitraje en lugar de buscar soluciones al conflicto por la vía judicial, siguiendo a (Pérez Mendoza. N., 2013) se han llegado a crear órganos de arbitraje que hoy en día

cuentan con un gran prestigio internacional, como es el caso del Tribunal de Arbitraje Deportivo (TAS¹ por sus siglas en Francés), que es el máximo organismo de arbitraje que se encarga de atender los conflictos que surgen en el deporte y es totalmente independiente de cualquier organización deportiva, fue creado por el presidente del Comité Olímpico Internacional Juan Antonio Samaranch para brindar atención a los problemas y conflictos que pudieran resultar durante los Juegos Olímpicos en 1984.

Las resoluciones tienen la misma fuerza ejecutiva que las resoluciones de los tribunales ordinarios. Su oficina central está en Lausana (Suiza) y existen dos oficinas descentralizadas: Sídney (Australia) y Nueva York (Estados Unidos).

El principal objetivo del TAS es acelerar los procesos judiciales siendo totalmente confidenciales, en los casos del TAS no puede haber apelación, un fallo pronunciado por el TAS es final y de obligado cumplimiento para las partes. Es promisorio el futuro de la mediación, en el ámbito del deporte sin duda alguna ayudará a resolver numerosos conflictos que se presentan en la práctica deportiva.

Los métodos alternos de resolución de controversias tienen un orden y una forma de ordenar estos métodos, en función de la implicación de las partes y la intervención de un tercero sería la implementación de cada una de ellas según el caso:

Conciliación, Mediación, Negociación y Arbitraje

Una descripción breve de cada uno de los procesos mencionados en el contexto deportivo, es como a continuación se mencionan:

1.1.6.1 Conciliación deportiva

En la actualidad cuando surgen conflictos en el entorno deportivo, éstos en su mayoría se resuelven por la vía judicial, es en éste punto donde se detiene el procedimiento, en el deporte se

¹ Tribunal de arbitraje deportivo, también conocido como TAS por las siglas en el idioma francés cuyo significado es el de Tribunal Arbitral du Sport, es el máximo organismo de arbitraje que resuelve controversias en el entorno deportivo, las sentencias tienen la misma fuerza ejecutiva de los tribunales ordinarios.

requiere de prontitud en cuanto a la resolución de una controversia y no esperar años para la respuesta o fallo final

La conciliación viene regulada por la ley de jurisdicción voluntaria, la voluntad de las partes queda más restringida en los puntos que la ley establece ciertos requisitos, como competencia o procedencia.

A diferencia de la mediación donde las partes tienen una gran autonomía de la voluntad al hora de organizar el procedimiento de mediación en asuntos civiles y mercantiles.

Otro punto diferencial en la negociación es que el tercero si participa activamente en el procedimiento. Mientras que en la mediación es una persona elegida por las partes, en la conciliación la ley establece que debe ser conocedor el Juez de Pazo el secretario Judicial del juzgado que corresponda, aunque pueden hacerlo si es una conciliación extrajudicial, pero ese tercero, al contrario que en la mediación interviene activamente procurando y proponiendo soluciones a las partes.

Además, su función durante el procedimiento difiere bastante una delatora. “El mediador debe asumir una postura más pasiva respecto al diálogo de las partes, intentando encauzar la conversación cuando el dialogo se bloquee, pero de manera imparcial y sin decantarse por una de las dos posturas, ya que sin una de las partes puede verse agraviada por la actitud de este” (Montero, J.R, p -173).

A diferencia del rol del conciliador donde ejerce un papel más protagónico ya que reúne a las partes del conflicto para tratar de unirlos en la búsqueda de las aéreas de oportunidad con la finalidad de encontrar los puntos de acuerdo en común e intentando llegar a una solución.

En conclusión, el conciliador propone soluciones no vinculantes siguiendo su criterio mientras que el mediador se mantiene al margen en este sentido.

La solución alcanzada en la mediación es construida por las partes íntegramente por lo que su cumplimiento es mayor, mientras que en la conciliación la influencia en las partes hace que pueda llegar una solución que pueda satisfacerles. Por lo que hay un factor diferencial en la influencia del tercero.

En la ley del deporte como método alternativo de solución de conflictos solo se encuentran recogidos específicamente la conciliación y el arbitraje , esto no quiere decir que la mediación no tenga cabida en el ámbito del deporte, como veremos a continuación pero si es representativo que en ocasiones, por el desconocimiento o por simple costumbre se suelen usar indistintamente las dos palabras para referirse a la negociación extrajudicial asistida en cualquier caso la exclusión de su referencia específica viene determinada porque la mediación, aunque aplicada como modo habitual de evitar conflictos en la práctica diaria de los despachos de abogados y en el mundo del deporte, no estaba expresamente regulada, al ser la ley del deporte muy anterior a aquella ley de mediación. Pero como hemos visto, las diferencias son sustanciales, por lo que el legislador ha optado por desarrollar los dos métodos de manera independiente.

1.1.6.2. Mediación Deportiva.

La mediación es un método de resolución de conflictos en el que las partes llegan a acuerdos con la ayuda de un tercero neutral, imparcial, y sin poder de decisión, es voluntaria, confidencial y está basada en el dialogo, el principal objetivo de la mediación deportiva es influir a todos los actores deportivos desde una perspectiva amplia sobre el conflicto deportivo y la mediación como herramienta indispensable para la resolución del mismo. Un aprendizaje sobre técnicas que serán capaces de utilizar en el desarrollo diario de la actividad deportiva y, por supuesto, cualquier ámbito de sus vidas.

El conflicto en el entorno deportivo como en cualquier otro es un fenómeno neutro, siendo positivas o negativas las consecuencias del mismo en función de su resolución o no, y el método empleado para solucionarlo. Por tanto, podemos afirmar que el conflicto no es negativo ni positivo, sino que será la forma de resolverlo la que determine ese aspecto. De ahí la importancia de los métodos de resolución de conflictos.

Según esto, un conflicto puede verse como algo positivo, una oportunidad de cambio si se gestiona de manera adecuada. Siguiendo la teoría de la evolución, ésta no es más que un resultado de constantes adaptaciones al entorno consecuencia de conflictos surgidos entre la especie y el ambiente.

En cuanto a los métodos alternos en solución de controversias diremos que la mediación en el deporte cuenta con grandes ventajas:

- Es rápida, la solución es prácticamente inmediata, en el deporte es indispensable este punto puesto que urgencia de una pronta resolución permite la continuidad de un torneo o competencia.
- Es más económica, por ejemplo, en costo y gasto que supone un arbitraje.
- Es confidencial en el ámbito deportivo es importante cuidar la imagen de una institución o un jugador evitando la publicidad negativa de los medios.

La diferencia entre la mediación y otros métodos donde interviene un tercero no es otra que el mediador actúa en el mismo plano de poder que las partes y no participa en el contenido del acuerdo.

Continuando con la mediación en el entorno deportivo diremos que no existe un único método infalible para resolver un problema. Una ventaja de la mediación es que, en el proceso de construcción de acuerdos, ayuda a restablecer la comunicación entre las partes, por lo que está especialmente indicada para aquellos casos donde arreglar las relaciones entre las partes sea tan importante como llegar a un acuerdo.

La mediación no impone una solución, sino que dota a los intervinientes de la capacidad de llegar a un acuerdo por ellos mismos.

Podemos destacar tres grandes ventajas de la mediación:

1. Función reparadora de las relaciones y la comunicación entre las partes
2. Función educadora: otorga habilidades para la resolución de conflictos en el futuro.
3. Alto grado de cumplimiento de los acuerdos en mediación.

La mediación surge en el seno de los conflictos familiares, donde las relaciones tienen mucha importancia, trasladándonos al ámbito deportivo, sobra decir que hay bastantes similitudes, muchas veces el éxito del deporte viene marcado por cómo se gestionan las relaciones en el seno de un equipo. Es casi tan importante resolver un problema como resolverlo de la manera que no deje consecuencias negativas en la dinámica de un equipo.

Los conflictos que se presentan en el contexto deportivo, invitan a ser optimistas en cuanto a la validez de la mediación, no puede permitirse esperar años en su resolución, necesita de una pronta respuesta por la razón de dar continuidad a la competencia o temporada deportiva. El

deporte conlleva un factor de competencia y confrontación, es fuente de conflictos la ventaja que ofrece la mediación en este tipo de situaciones es que en el proceso de construcción de acuerdos se da la oportunidad del restablecimiento de la comunicación entre las partes.

La mediación se ha utilizado en todos los ámbitos, es factible su utilización en conflictos Deportivos, comunitarios y sociales, existen relaciones interpersonales donde hay controversias y disputas, el aporte de que el mediador sea psicólogo, es que tiene conocimiento de los procesos emocionales que acompañan al establecimiento y escalada de los conflictos, de los procesos emocionales y cognoscitivos, está preparado para detectar que puede estar dificultando una solución pacífica, lo que hace el psicólogo mediador no es proponer una solución sino ordenar los problemas, ideas, y que estas sean más acordes para las partes y lleguen a un consenso justiciero para ambos.

1.1.6.3. Negociación deportiva

Empecemos por definir el significado de negociación en relación con los Métodos alternos de solución de conflictos, *negociar es un proceso de interacción por el que dos o más partes pretenden interrelacionarse con un fin común o estando en conflicto buscan mejorar sus opciones de forma conjunta, ya sea por mutuo propio o a través de un tercero*, Gorjón F. Sánchez, A. (2016).

La negociación consiste en el acercamiento de dos partes opuestas, hasta que alcanzan una posición Podríamos definirlo como “el Proceso de Comunicación por el que dos o más partes interdependientes y con intereses diferentes sobre uno o varios temas, tratan de alcanzar un acuerdo, aproximándose por medio de concesiones mutuas.” Conde, E. (2008).

La negociación no constituye en sí mismo un medio de solución de conflictos, sino un sistema a través del cual dos o más partes, que tienen intereses contrapuestos en relación a un determinado asunto, emprenden comunicaciones con objeto de llegar a un acuerdo que pueda satisfacer a ambas, debiendo ceder cada una de ellas en alguna de sus pretensiones. Martín, M. (2015).

En la negociación se requieren de ciertas habilidades comunicacionales, interpersonales y además de ciertas técnicas creativas en el manejo del conflicto, también es importante considerar donde y cuando utilizar cada una de ellas.

En el ámbito deportivo, especialmente los directivos de organizaciones deportivas se ven constantemente envueltos en negociaciones de diferente índole. Por ejemplo, cuando se reúnen para establecer un contrato, para la adquisición de un jugador promover cualquier producto o servicio tanto en los uniformes como a través de los medios, resolver deficiencias, tomar decisiones colegiadas, acordar planes de trabajo, etc.

En síntesis, la negociación en el deporte aplica como un proceso y una habilidad donde los intervinientes construyen un acuerdo donde las partes empiezan discutiendo sobre el asunto en el cual tienen intereses.

1.1.6.4. Arbitraje deportivo

Los rasgos del arbitraje deportivo son, es que es un arbitraje especializado, asienta sobre una actividad reglamentada, no se encuentra limitado por fronteras nacionales, con sus Cortes específicas y sus árbitros especialmente reclutados en el medio idóneo para resolver los conflictos, se encuentra dentro de los criterios unificadores establecidos para el arbitraje común.

La mediación coincide con el arbitraje en que se trata de un sistema alternativo a la jurisdicción del Estado en la solución extrajudicial de controversias, sin embargo, aplica la “puerta abierta” donde los interesados pueden apartarse del procedimiento. En cambio, en el arbitraje se denomina puerta cerrada donde las partes no pueden renunciar al arbitraje.

La mediación está informada por los principios de voluntariedad, confidencialidad, igualdad, imparcialidad, neutralidad y libertad en el procedimiento.

El compromiso de la mediación produce dos efectos: uno positivo, se actúa de buena fe participando activamente en el proceso, y el efecto negativo, donde impide a los tribunales de justicia conocer de las controversias sometidas a mediación durante el tiempo que se desarrolla ésta, siempre que la parte interesada lo invoque mediante declinatoria.

Se debe indicar que el acuerdo de mediación se equipara a las resoluciones judiciales o laudos arbitrales de condena.

1.2 Planteamiento del problema

Actualmente se presenta bajo rendimiento deportivo de los atletas debido a la relación conflictiva entrenador-atleta donde factores emocionales están implicados generando conflicto como distractores en la focalización de la atención hacia la ejecución deportiva.

Un deportista que presenta inestabilidad emocional debido a conflictos relacionados con su entrenador difícilmente tendrá un buen rendimiento deportivo, los conflictos no resueltos influyen negativamente en el estado psicológico causando malestar y posible abandono de la disciplina deportiva, las causas del conflicto deportivo entrenador/deportista, son multifactoriales, llegadas tarde a los entrenamientos, cargas excesivas de entrenamiento, prepotencia del entrenador, comunicación deficiente, falta de alineación en competencias, cuando este tipo de causales aparecen generará esa falta de confianza en sí mismo causando ansiedad, como también falta de concentración y motivación redundando en bajo rendimiento deportivo, un deportista no podrá centrarse en su compromiso deportivo, en la consecución de sus metas, rendir más en sus entrenamientos y competencias si se encuentra en conflicto con sus emociones .

En el deporte, las exigencias y demandas de la competencia son cada vez mayores. Lógicamente, el deportista que compite para ganar está más exigido en el rendimiento y la concentración, porque de ello depende que los resultados sean óptimos puesto que las emociones conforman una parte importante y constitutiva de la subjetividad del ser humano, están siempre presentes en todos los actos de nuestra vida, por supuesto también en el deporte.

El bajo rendimiento de los deportistas en entrenamientos y competencias se genera entre otros debido a conflictos en la relación entrenador/deportista, cuando no existe una relación y comunicación efectiva, influye negativamente en el rendimiento deportivo, la falta de control de las emociones en la práctica deportiva conlleva a una actuación deficiente por parte del deportista.

Lo anteriormente descrito arroja la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltas a través de la mediación?

1.3 Objetivo General

Demostrar que la Psicología del deporte en la resolución de conflictos a través de la mediación, brindara aportes significativos en el rendimiento deportivo actuando en las emociones de los deportistas protagonistas de un conflicto.

1.3.1 Objetivos específicos de la investigación

1. Conocer el papel de la mediación en el ámbito deportivo actual
2. Identificar en la psicología del deporte las emociones de los deportistas en situación de conflicto
3. Relacionar los factores psicológicos con la disminución del rendimiento deportivo
4. Comprobar que los conflictos generados en la práctica deportiva y que disminuyen el rendimiento deportivo pueden ser resueltos a través de la mediación

1.4 Justificación del estudio

El deporte es una de las actividades de más arraigo e interacción entre la juventud según el Instituto de Juventud (INJUVE, 2007), en el deporte universitario la práctica deportiva es un referente en la formación integral de los estudiantes ya que se establece en ellos el espíritu competitivo que les ayudara a ser mejores personas.

La implicación de la psicología del deporte en el contexto de los métodos alternos de solución de conflictos, es que la primera es una ciencia que estudia las emociones y el comportamiento humano en el deporte y los MASC, son aquellos procedimientos que buscan la solución a los conflictos entre las partes, ya sea de manera directa entre ellas (o con el nombramiento de agentes negociadores, como es el caso de la negociación) o mediante la intervención de un tercero imparcial (como son los casos de la mediación, la conciliación y el arbitraje).

La psicología del deporte es una disciplina que ha venido desarrollando un gran campo de conocimiento científico logrando consolidarse al paso del tiempo a través de revistas especializadas sobre el tema.

Desde el punto de vista de la aplicación al campo profesional, son cada vez mayores los equipos y organizaciones que incluyen en su cuerpo técnico a psicólogos del deporte este campo está aún en sus inicios sin embargo el futuro de esta ciencia es prometedor (Cervello, E. 2010).

La realización de este trabajo de investigación pretende demostrar que las emociones están inmersas en la práctica deportiva y que cuando estas se encuentran en un estado alterado el rendimiento deportivo se verá afectado , varios factores pueden ser la causa que no permiten al deportista realizar su mejor desempeño deportivo, problemas personales , problemas con su entrenador, problemas con algún compañero de equipo etc., se explorarán las emociones implicadas y resolverán los conflictos generados a través de los métodos alternos de solución de conflictos (MASC) como lo es la Mediación.

La psicología del deporte en sinergia con los MASC, aporta la posibilidad de facilitar con pertinencia y objetividad la solución al conflicto con las herramientas propias de los MASC, en este caso de la mediación, en cuanto a la solución de dicho conflicto este será naturalmente acordado por las partes involucradas en el mismo.

Las emociones se encuentran presentes en nuestra existencia y gracias a ellas nos sentimos vivos y más aún en el contexto deportivo, tanto en los entrenamientos como en las competencias, la ansiedad, la concentración, la motivación, la frustración entre otras, mismas que se encuentran inmersas en la práctica deportiva.

Las emociones son factores muy importantes en las acciones individuales, sobre todo en el deporte donde se trata de mantener el control de las mismas, sin embargo, el mantener dicho control de alguna manera oprimes la emoción que tarde o temprano será causal de fallos en el contexto del deporte.

En el mundo del deporte existen una gran cantidad de relaciones interpersonales, tales como deportistas, entrenadores, técnicos, las federaciones, los clubes, que tienen que trabajar colaborando los unos con los otros, se requiere de rapidez y flexibilidad para solucionar las controversias que puedan surgir y es justo lo que ofrece la mediación. Los derechos de retransmisión de un partido, las diferencias surgidas en un contrato de un jugador, los conflictos

entre clubes, entre otros, no pueden esperar a los tiempos implantados en la vía jurisdiccional para resolver dicho conflicto, ya que los calendarios deportivos no esperan.

Muchos son los conflictos emocionales de un deportista y su relación con su entrenador, puesto que pasan muchas horas de entrenamiento, en tal caso estimamos que es pertinente el estudio de variables psicológicas implicadas en el deporte, en el rendimiento deportivo el equilibrio emocional es importante, cuando un deportista no se encuentra emocionalmente estable difícilmente lograra buenas marcas.

Consideramos importante señalar que los incidentes deportivos provocan malestar en el deportista, en tal caso que tenga fricción con su entrenador, con algún compañero de equipo o problema familiar entrará en conflicto y su rendimiento deportivo será mermado.

La mediación deportiva como estrategia en la resolución de conflictos es conveniente en este contexto, su implementación brinda la oportunidad de que las partes asuman la responsabilidad en la gestión del conflicto, por otra parte, la Mediación Deportiva ofrece una pronta respuesta que permite amortiguar el efecto que pueda producir la competición que está en curso

A través del tiempo el conflicto es una realidad en nuestra sociedad y en distintas esferas de actuación, el conflicto en el deporte no es una novedad.

El deporte ha ido ampliando sus campos de actuación, entre los que se han desarrollado encontramos las intervenciones de carácter psicológico y mediación de conflictos a los diferentes actores deportivos a saber: deportistas, entrenadores, árbitros, padres de deportistas, directivos, entre otros.

1.5 Hipótesis de la investigación

¿Las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltos a través de la mediación son: ¿Motivación, Ansiedad y Concentración?

1.6 Marco conceptual

VARIABLE	AUTOR	CONCEPTO
Motivación	<p>González, J.L. Psicología del deporte, Madrid, (1997)</p> <p>B Orlick, Terry, Entrenamiento mental, como vencer en el deporte y en la vida gracias al entrenamiento mental, Barcelona (2007), PaidotriboBiblioteca nueva.</p> <p>Dosil, J., Psicología de la actividad física y deporte, Madrid, (2004), Mc Graw Hill.</p>	<p>La motivación puede determinar la intensidad y orientación del comportamiento individual, que, en la práctica del deporte, obviamente, puede tener un fuerte impacto sobre el rendimiento del deportista.</p> <p>Los entrenadores y los profesores de educación física hacen mención continua a la motivación, entre sus objetivos prioritarios para los entrenamientos está el lugar que los deportistas /alumnos estén motivados, así como prevenir y tratar los posibles déficit de motivación</p>
Ansiedad	<p>Roffe, M. Evaluación y manejo de las presiones en el Fútbol de elite, Texto, Experiencias en Psicología del deporte, Madrid, (2010), Buceta M, Larumbe E, Edit. Dykinson</p> <p>El entrenador deportivo y la intervención psicológica, Texto, Experiencias en Psicología del deporte, Madrid, (2010), Buceta M, Larumbe E, Edit. Dykinson</p> <p>García,N.V.A., Locatelli,D.L. Avances en psicología del deporte, Badalona (2015) Paidotribo</p>	<p>Ansiedad se trata de un estado especial de agitación y tensión, con reacciones somáticas y cíclicas especiales por anticipación, recuerdo o experimentación actual de situaciones de inseguridad o amenaza, tanto real como imaginaria.</p>
Concentración	<p>García, N.V.A., Locatelli, D.L. Avances en psicología del deporte, Badalona (2015) Paidotribo</p> <p>Mora, J.A., García, J., Toro, S. Psicología aplicada a la actividad física deportiva Madrid, (2000), Pirámide</p> <p>Orlick, Terry, Entrenamiento mental, como vencer en el deporte y en la vida gracias al entrenamiento mental, Barcelona (2007), Paidotribo</p>	<p>Focalización de toda la atención en los aspectos relevantes de una tarea, ignorando o eliminando el contexto</p> <p>Mantenimiento de las condiciones atencionales a lo largo de un tiempo más o menos duradero según exija la situación a lo que nos estemos enfrentando, habilidad para dirigir y mantener la atención hacia el aspecto requerido de la tarea que se esté realizando</p>

Tabla 1 Marco Conceptual

1.7 Modelo de la investigación.

El tipo de investigación que se trabajará será de tipo descriptiva en cuanto a la definición de las variables, y a su vez de tipo exploratoria ya que son pocas las investigaciones acerca del tema objeto de estudio.

1.8 Diseño de la investigación.

La investigación a desarrollar pretende seguir una serie de actividades para lograr sus objetivos. Utilizaremos la aplicación de método cualitativo y cuantitativo para medir las variables objeto de estudio, a través de los instrumentos como la entrevista semiestructurada y la encuesta para poder lograr comprobar la hipótesis planteada. Además se realizaron mediaciones entre deportistas y entrenadores de diferentes disciplinas.

1.9 Matriz de congruencia

Problema de investigación	Actualmente se presenta bajo rendimiento deportivo de los atletas debido a la relación conflictiva entrenador-atleta donde factores emocionales están implicados generando conflicto como distractores en la focalización de la atención hacia la ejecución deportiva.
Pregunta de investigación	¿Cuáles son las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltos a través de la mediación?
Objetivo general	Demostrar que la Psicología del deporte en la resolución de conflictos a través de la mediación, brindara aportes significativos en el rendimiento deportivo actuando en las emociones de los deportistas protagonistas de un conflicto.
Objetivos específicos	<p>Conocer el papel de la mediación en el ámbito deportivo actual</p> <p>Identificar en la psicología del deporte las emociones de los deportistas en situación de conflicto</p> <p>Relacionar los factores psicológicos con la disminución del rendimiento deportivo</p> <p>Comprobar que los conflictos generados en la práctica deportiva y que disminuyen el rendimiento deportivo pueden ser resueltos a través de la mediación.</p>
Marco teórico	<p>Gorjón Gómez y Steele Garza (2012) Zamora del Rio, (2006)</p> <p>Grojón-Gómez y Sáenz López (2009) Giesenow, Carlos (2007)</p> <p>Casis Sáenz, Zumalabe Makirriain (2008)</p> <p>González, J.L. Psicología del deporte, Madrid, (1997) B</p> <p>Orlick, Terry, Entrenamiento mental, como vencer en el deporte y en la vida gracias al entrenamiento mental, Barcelona (2007), Paidotribo Biblioteca nueva.</p> <p>Dosil, J., Psicología de la actividad física y deporte, Madrid, (2004), Mc Graw Hill.</p> <p>Roffe, M. Evaluación y manejo de las presiones en el Fútbol de elite, Texto, Experiencias en Psicología del deporte, Madrid, (2010), Buceta M, Larumbe E, Edit. Dykinson</p> <p>El entrenador deportivo y la intervención psicológica, Texto, Experiencias en Psicología del deporte, Madrid, (2010), Buceta M, Larumbe E, Edit. Dykinson</p> <p>García, N.V.A., Locatelli, D.L. Avances en psicología del deporte, Badalona (2015) Paidotribo</p> <p>Mora, J.A., García, J., Toro, S. Psicología aplicada a la actividad física deportiva Madrid, (2000), Pirámide</p>
Hipótesis	¿Las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltos a través de la mediación son: ¿Motivación, Ansiedad y Concentración?
Variables	Motivación, Ansiedad y Concentración.
Método	Experimento (cuasi-experimento)
Instrumento	Entrevista semiestructurada, cuestionario

Tabla 2 Matriz de congruencia.

Capítulo 2: La psicología del deporte, su regulación normativa y el impacto de los medios de comunicación en el conflicto deportivo

2.1 Aproximación histórica a la ciencia de la Psicología

En este capítulo se presenta una síntesis de la historia de la psicología, para ello se revisan datos relativos sobre los orígenes de la psicología, es menester identificar el contexto histórico de la psicología como ciencia que se ocupa del estudio de la mente y el conocimiento de los procesos cognitivos, las personas viven una gran diversidad de conflictos y emociones que son inherentes al ser humano y que repercuten mentalmente si no existe un equilibrio adecuado, se requiere explicar cómo afectan y qué problemas pueden causar para ofrecer una solución, sin la psicología, sería complejo entender qué sucede en nuestro interior.

El saber de qué manera aporta la psicología en la formación de la conducta ha sido motivo de mucho interés, la psicología ha intentado plantearse preguntas diversas en diferentes momentos que pensamos su historia a lo largo de más de 2000 años que tiene su reflexión sobre el ser, Porque si empezamos a pensar en los presocráticos, desde aquel momento se instalan preguntas que tienen que ver con algo como la naturaleza humana, la personalidad humana, el alma, inclusive después de todo el nombre psicología remite al viejo término que el alma es lo que anima un cuerpo, para los pensadores griegos las ideas, el conocimiento del mundo y la personalidad eran fenómenos producidos en la psique o el alma, esta concepción fue desarrollada en profundidad por dos grandes filósofos de la antigüedad Platón y Aristóteles.

En un breve repaso histórico sobre los inicios de la psicología en la antigua Grecia, Aristóteles fue el principal propulsor del conocimiento humano, La historia de la psicología empieza el s. IV a.C. con Aristóteles (384 – 322 a.C.). Fue el primer filósofo de la ciencia.

Con Sócrates inicia la búsqueda de la interioridad y el “conócete a ti mismo” máxima muy repetida pero poco asimilada, es el punto de partida del conocimiento; con Platón destacan sus ideas acerca del conocimiento y del alma.

Para Aristóteles la mente o psique es el acto primero de todas las cosas, es lo que hace posible que sintamos y percibamos (Roca, M.2011). Existen, además, tres tipos de psique: vegetativa (de las plantas), sensitiva (de los animales) y racional (del hombre),

Seguendo a Roca, a decir de Aristóteles, la psicología humana se basa en los cinco sentidos: visión, oído, tacto, gusto y olfato, creía que los procesos de conocimiento se producen a través de los sentidos, unido al filósofo francés del siglo XVII René Descartes, contribuyeron formando doctrinas que más tarde evolucionarían los más sólidos principios y fundamentos de la psicología moderna.

René Descartes (1596-1650) también haría significativas contribuciones se interesaba principalmente en las matemáticas, la ciencia y la filosofía. Descartes fue quien creó la doctrina del interaccionismo, donde el cuerpo y la mente interactúan entre sí.

Autor del libro “Discurso del método” (1637), a partir de ésta obra de la filosofía moderna, sus aportaciones en cuanto a los procesos del pensamiento van cobrando importancia, aquí expone que podemos dudar de todo, pero de una cosa no podemos dudar, de que estoy dudando; y si estoy dudando es que pienso, y si pienso es que existo. “pienso, luego existo” (cogito ergo sum).

Pero es en el s. XVIII en donde la Psicología que se estudia se aparta cada vez más de la Metafísica, en donde el racionalismo, postula una base que intenta ser más científica: la de no aceptar nada que no proceda de la experiencia sensible, (Carrod I.2011).

Ya en el siglo XIX hay descubrimientos y avances importantes en la fisiología que dan impulso y reconocimiento a la Psicología, como el descubrimiento de la velocidad del impulso nervioso por Herman von Helmholtz(fisiólogo), Científico alemán cuyas aportaciones en el campo de la fisiología, la óptica, la acústica y la electrodinámica impulsaron el pensamiento científico del siglo XIX ya que se creía primitivamente que la función del sistema nervioso era que el encéfalo segregaba unos “espíritus” que, a través de los nervios llegaban a los músculos y los movían. Así pensaba, por ejemplo, René Descartes (1596-1650).

Para Platón, el alma o *psique* es el principio de la vida del cuerpo (por tanto, está separada de éste) y se compone de tres fuerzas o funciones: La que entiende, o intelecto. La que quiere, o voluntad. la que siente o desea por debajo de las otras dos. (Hiru, Eus)

Otra aportación al estudio del alma o espíritu (psique) fue que el origen del conocimiento verdadero que se encuentra en la razón, Platón construye “La teoría de las ideas” y separa dos fuentes de conocimiento: los sentidos y la razón.

Por un lado, los sentidos corresponden al mundo real donde todo está sujeto al cambio, mientras que en la razón corresponde al mundo ideal, el mundo de las ideas.

La filosofía platónica no aceptaba la experiencia sensible en el acto de conocer, más bien aseguraba que el alma existe antes que el hombre concreto al que da vida metempsicosis, del griego "metempsychosis" (etimológicamente: paso de las almas se utiliza en el mismo sentido que transmigración, doctrina religiosa y filosófica que sostiene que las almas de los muertos transmigran a otros cuerpos cuyo grado de perfección varía según los merecimientos de la vida anterior.), por ello cada individuo ha conocido antes lo que luego llegará a saber, así aprender no es otra cosa que recordar.

Platón fundó en Atenas *La Academia*, una escuela de filosofía a las afueras de Atenas, en el bosque sagrado de un antiguo gimnasio consagrado al héroe *Académus*, (Almirall, J.2007). Esta institución fue considerada como la primera universidad europea, donde se estudiaron conocimientos de: matemáticas, biología, gastronomía, teoría política y filosofía, Aristóteles fue uno de los discípulos de la academia platónica, mientras que por otra parte, continuando con Almirall,2007, Platón en su filosofía dio importancia a los objetos ideales de las matemáticas, el pensamiento de Aristóteles estaba inspirado por la biología, para Aristóteles el alma era el acto primero de las cosas y lo que hacía posible las percepciones y los sentimientos, existían tres tipos de alma, la vegetativa sensitiva y la racional.

El alma existe antes que el hombre concreto al que da vida (metempsicosis), y por eso cada individuo ha conocido antes lo que luego llegará a saber. Así, aprender no es otra cosa que recordar.

Entre los grandes pensadores filosóficos, fue Sócrates un pensador naturalista en psicología, no solo forjó el modelo de los estudios psicológicos, sino que nos dejó "un corpus" de la doctrina psicológica (Lozano N. 2006).

La psicología Aristotélica constituye un paso importante en el establecimiento de la psicología en la comunidad científica.

En síntesis, Aristóteles participa junto a Platón y Sócrates del reconocimiento por ser los filósofos más destacados, se le llamó el padre de la psicología, afrontaron cuestiones básicas de la psicología que aún hoy son objeto de estudio.

La psicología como rama de la filosofía se extendería toda la época greco-romana-medieval, hasta independizarse de esta como una ciencia aparte, al redefinir su objeto de estudio y sus métodos.

Después de haber realizado breves apuntes sobre el contexto histórico de los orígenes de la psicología como ciencia, así como los pensadores filosóficos que sentaron las bases para su posterior utilización en el comportamiento humano, es de importancia para el presente capítulo tener en cuenta respecto a lo anterior que el objetivo principal de la psicología, es la conducta humana y pretende dar solución a los problemas conductuales y cognitivos, utilizando como métodos la observación y experimentación elaborando teorías para su comprensión. (Joseph, M.2012).

En la actualidad la psicología se encuentra dividida en varias áreas de estudio no obstante todas se encuentran relacionadas en los diferentes espacios de la sociedad, La psicología es una disciplina con una gran diversidad de corrientes y especialidades, por lo que existen muchos profesionales diferentes, La Asociación Estadounidense de Psicología (APA) presenta una gran lista de subdivisiones tales como: la *psicología forense*, *psicología industrial o psicología organizacional*, la *psicología social*, la *psicología jurídica*, *psicología de la educación o psicología educacional*, *psicología de la publicidad o marketing*, *psicología militar*, *psicología de la religión*, *psicología cognitiva*, *psicología transcultural*, la *psicología del deporte* entre muchas otras.

El siglo XX se va a caracterizar por la proliferación de diferentes escuelas psicológicas que se diferencian tanto por su objeto de estudio, dentro de la psicología como por el método empleado, consideraremos algunas escuelas del pensamiento psicológico más representativas, cada disciplina académica, de la literatura y la historia a la sociología y la teología, tiene teorías o escuelas de pensamiento que compiten entre sí, perspectivas desde las cuales estudiar el tema. (Koenig, D.2013)

La psicología, el estudio de la mente, tiene cientos de teorías y subteorías, pero es posible identificar escuelas principales del pensamiento del último siglo, entre la que se encuentra la *escuela Gestalt*, que surge en el siglo XX en Alemania, y que cuenta entre sus principales teóricos a personajes como Max Wertheimer (1880-1943), Wolfgang Köhler (1887-1967) y Kurt

Koffka (1886-1941).(Ramos, M, G. 2014) los gestaltistas descubrieron que el ser humano percibe por totalidades organizadas como configuraciones (Gestalt), los psicólogos de la Gestalt se oponían a que se pudiera estudiar algo tan complejo como la conducta analizándola en forma de elementos.

Según la Teoría de la Gestalt, cuando se hace esto se destruye la unidad de los fenómenos que están siendo estudiados. La mente configura a través de ciertos principios, precisamente por esta corriente los elementos que llegan a ella a través de los canales sensoriales.

Otra *escuela psicológica es el Conductismo* donde su principal exponente es, John B. Watson escuela basada en el estudio del comportamiento animal, se estudia lo que se ve, se reemplaza la introspección por estudios sobre el condicionamiento, se trabaja sobre el aprendizaje. (Guerrero, M.2005,). Para el conductismo la psicología debe ser ciencia eminentemente práctica, sin nada de introspección y teniendo como objetivo la predicción y el control de la conducta

En la *escuela del Psicoanálisis*, siguiendo a Guerrero, el principal representante es, Sigmund Freud (1856-1939) complementa a la psicología estructuralista, con la psicología del inconsciente. Se estudian los impulsos biológicos en el cómo influyen en el comportamiento. Las tendencias del inconsciente crean conflictos entre el individuo y las normas sociales. La estructura de la personalidad tuvo gran influencia en el pensamiento psicológico.

Para la *escuela psicológica Humanista* donde su Principal Exponente es Abraham Maslow y Carl Rogers (1908-1970) Critican mucho al conductismo y al psicoanálisis, partiendo de que en el conductismo se habla mucho de la conducta y poco de la persona como tal. Al Psicoanálisis lo ataca porque habla mucho de los perturbados mentales, y no habla de las personas sanas.

Respecto a la *escuela psicológica Cognitiva* es la que estudia los procesos de pensamiento, la elaboración de información de ideas, llamando a estas elaboraciones, percepciones y su procesamiento cogniciones. Está íntimamente unida a la psicología de la percepción y a la psicología experimental. El modelo cognitivo aparece como una nueva evolución de paradigmas respecto a la visión del hombre.

Psicología en el deporte

Después de revisar brevemente algunos datos del origen de la psicología y escuelas psicológicas, nos enfocaremos en lo que es la psicología del deporte, según los aportes de estudiosos de la psicología del deporte como, Mora, J.A., García, J., Toro, S. Dosil, J., Buceta J., Larumbe E. La definen como una rama de la Psicología que estudia los procesos psíquicos y la conducta del hombre durante la actividad deportiva, así como los factores psicológicos que motivan la práctica deportiva, actividad física y por otro lado los efectos obtenidos por dicha participación.

En el año de 1965 la psicología del deporte es nombrada como especialidad en el Primer Congreso Mundial de Psicología del deporte en Roma, dicho congreso fue organizado por Ferruccio Antonelli, otorgándole la División 47 de la APA (por sus siglas en inglés: American Psychological Association), de la Society for Sport, Exercise & Performance Psychology.

De acuerdo a la definición de la Asociación de Psicólogos Americanos (APA), la Psicología del Deporte y la actividad física, es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividades físicas. Vieras, H. Briceño, K. Rojas, J.(2009).²El rol de este especialista es el de apoyar y orientar psicológicamente al atleta en sus entrenamientos y competencias utilizando principios psicológicos para mejorar su rendimiento deportivo; así como a comprender como la activación física y deportiva redundan en el beneficio de su desarrollo psicológico, salud y bienestar social.

² Según la Asociación de Psicólogos Americanos (APA), la Psicología del deporte y de la Actividad Física es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física. Los profesionales de la psicología del deporte se interesan por dos objetivos principales: Por un lado, ayudar a los deportistas a utilizar principios psicológicos para mejorar su rendimiento.

Por otro lado, comprender cómo la participación en el deporte, ejercicio y actividad física afectan al desarrollo psicológico del individuo, su salud y bienestar a lo largo de su ciclo vital.

Esto significa que la Psicología del deporte es el empleo de una ciencia, la psicología, en el ámbito del deporte. Por tanto, estudia el comportamiento de los deportistas, entrenadores, árbitros, padres y directivos, entre otros.

En otro sentido, la Psicología de la Actividad Física estudia también el comportamiento de las personas en relación con el ejercicio u otras formas de actividad física. Esto incluye a niños, jóvenes, adultos y ancianos. (Glosario Psicología, 2018).

Por lo tanto, la psicología del deporte estudia el comportamiento de todos aquellos que participan en el contexto deportivo: los deportistas, entrenadores, árbitros, padres, directivos, entre otros. Particularmente el cometido de la psicología de la actividad física y del deporte, es el de estudiar los procesos psicológicos durante la actividad física, de todas las edades, orientada al rendimiento deportivo o no.

El psicólogo deportivo elegirá como objeto de estudio, la estructura de la personalidad del deportista, sus aptitudes, el cumplimiento de normas, sus motivaciones singulares, el bienestar psico-físico, la percepción, entre otras. Hoy día todos los entrenadores y deportistas reconocen la importancia de los factores psicológicos tanto para el desarrollo como para el rendimiento deportivo. Factores que de hecho intervienen positivamente en el mejoramiento de la calidad de vida del deportista, su grupo e institución

Histórica y culturalmente los psicólogos deportivos han estudiado como maximizar el rendimiento y el desarrollo personal de deportistas y por otro lado las patologías que se desarrollan a causa del deporte. (Ucha, 2004) La gran mayoría de los autores que definen la Psicología del deporte, llegan a una misma conclusión que es la ciencia que estudia el comportamiento del individuo en el plano deportivo, sin la psicología del deporte, sería difícil entender las reacciones del atleta ya que todo esto está ligado a una gran cantidad de factores, deporte en cuestión, entrenamiento deportivo, el entrenamiento de la mente, que cada entrenador realiza para la preparación del deportista.

De acuerdo con Weinberg y Gould, la Psicología del deporte (1996) es el "...Estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física..." por otra parte, C. Nachon y F. Nascimbene (1996) la definen como "...Aquella ciencia dedicada a estudiar, cómo, por qué y bajo qué condiciones los deportistas, entrenadores y espectadores se comportan en el modo que lo hacen, así como investigar la mutua influencia entre actividad física y la participación en el deporte y el bienestar psicofísico, la salud y el desarrollo personal..."

Entonces podemos decir, con seguridad que el rendimiento y el nivel que puede llegar a tener un deportista depende fundamentalmente de su preparación psicológica ya que le permite controlar la ansiedad competitiva, le permite controlar su estado de ánimo y en definitiva sentirse a gusto con el psicólogo del deporte, ya que este tiene que dar una aportación técnica y táctica observar

las reacciones, errores, aciertos para así establecer pautas de control ante determinadas situaciones. Siempre vemos deportistas que son de gran nivel, pero algunas veces en la competición, cometen grandes errores por no tener una buena preparación mental, la intervención del psicólogo del deporte es cada vez mayor ya que otorga las herramientas necesarias para cada momento del atleta. (R. Weimberg, C. Nachon. 1996)

La psicología del deporte es un área aplicada dentro de la psicología y se dedica principalmente al trabajo con deportistas, con gerentes deportivos, con árbitros, con entrenadores a lo que se le da a una serie de herramientas para trabajar en potenciar el rendimiento deportivo.

Por ejemplo:

Cuando hablamos con entrenadores y deportistas después de un partido de una competencia la mayoría de ellos suelen utilizar aplicaciones psicológicas para referirse a lo sucedido durante la competición, es muy habitual escuchar a un corredor al hablar de la carrera y decir que no estaba lo suficientemente motivado qué sentía mucha presión, o también cuando finalizan las temporadas podemos ver como muchos equipos entrenadores, el balance que hacen son a nivel psicológico. Deberían tener presente los entrenadores las variables psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo, por ello el primer paso es tener claro Cuáles son variables para posteriormente aprender a controlarlas a través del aprendizaje, es fundamental que el propio deportista desarrolle estrategias para mantenerse emocionalmente equilibrado especialmente en los momentos más complicados para poder manejar las situaciones competitivas en las que hay un mayor componente emocional.

El trabajo que se realiza con los deportistas precisamente va en esa dirección, que desarrollen habilidades, pero al fin y al cabo un deportista tiene que someterse a la propia expresión de su deporte, más la propia presión de la vida, los entrenadores también son muy importantes ya que a veces ellos con sus comentarios, sus acciones pueden contribuir a presionar más al jugador y el deportista al sentir esa presión se convierta en negativa, pero también tenemos el otro caso en el que el propio entrenador puede contribuir a incentivar, más al deportista sabiendo controlar las emociones que recibe, por eso es fundamental que el trabajo del entrenador debe ser a la hora de diseñar tareas que permiten que el deportista pueda alcanzar sus objetivos.

2.2. Federaciones deportivas nacionales e internacionales

Las Federaciones Nacionales e internacionales cumplen una función básica que es la de promover el deporte y el desarrollo competitivo, son una entidad pública de carácter administrativo con sus colaboradores, integradas por clubes deportivos, deportistas, técnicos, jueces y árbitros, ligas profesionales y otras organizaciones interesadas.

Las Federaciones Deportivas surgen como consecuencia del desarrollo de cada una de las modalidades deportivas existentes, que se desarrolla en función de circunstancias diversas. Y estas circunstancias originan la necesidad de una organización y estructura asentada en el ámbito territorial donde se practique la modalidad deportiva en cuestión. Del Río, J. (2001)

Las federaciones deportivas internacionales tienen la misión de fomentar, dirigir y supervisar los deportes a nivel internacional y nacional.

Las Federaciones Internacionales Deportivas y las Federaciones Nacionales Deportivas son reconocidas por el Comité Olímpico Internacional³ (COI) como los cuerpos rectores para sus respectivos deportes.

A continuación, se hace mención de las Federaciones Internacionales afiliadas al COI, hoy vigentes, esto con la finalidad de exponer las disciplinas deportivas que hasta hoy cuentan con sus estatutos, sus prácticas y sus actividades que deberán ser conformes a la Carta Olímpica. Con esta salvedad, cada federación internacional conservará su independencia y su autonomía en la administración de su deporte.

Federaciones deportivas internacionales

³El Comité Olímpico Internacional, COI, Comité International olympique, CIO en su idioma original, es el máximo organismo del olimpismo. Su fundación se produjo en el año 1894 por el barón de Coubertin, Pierre Coubertin, quien tuvo la idea de renacer los antiguos Juegos Olímpicos tras el fracaso de Evangelos Zappas, y por el griego Demetrios Vikelas, quien se encargó de la presidencia del COI por primera vez en la larga historia del organismo deportivo.

Para entonces se estableció en Lausana, Suiza, la sede del COI, donde continúa situándose a día de hoy y se acordó la organización de los Juegos Olímpicos cada cuatro años además de otras normas que todavía hoy basan el olimpismo, como por ejemplo parte del protocolo típicamente utilizado en la celebración de unas olimpiadas tales como ceremonias de apertura y clausura entre otras. El COI comenzó integrado por representantes de doce países procedentes de distintas partes del mundo y, a día de hoy, cuenta con 105 miembros en activo y 32 miembros honorarios. Actualmente el organismo es presidido por el alemán Thomas Bach. (Mesa-Romero, 2017)

1	Voleibol (Cancha y Playa)	www.fivb.org
2	Vela	www.sailing.org
3	Triatlón	www.triathlon.org
4	Tiro	www.issf-shooting.org
5	Arquería	www.archery.org
6	Tenis de mesa	www.ittf.com
7	Tenis	www.itftennis.com
8	Taekwondo	www.wtf.org
9	Squash	www.worldsquash.org
10	Softbol	www.internationalssoftball.com
11	Clavados, Natación y Nado sincronizado, Polo Acuático,	www.fina.org
12	Remo	www.worldrowing.com
13	Pentatlón Moderno	www.pentathlon.org
14	Patinaje (Velocidad y Artístico)	www.rollersports.org
15	Luchas (Olímpica, Grecorromana)	www.fila-wrestling.org
16	Halterofilia	www.iwf.net
17	Karate	www.wkf.net
18	Judo	www.ijf.org
19	Hockey sobre césped	www.fihockey.org
20	Ecuestre	www.horsesport.org
21	Balonmano	www.ihf.info
22	Gymnasia's (GAM, GAF, GR, GT)	www.fig-gymnastics.com
23	Fútbol , Futsal	www.fifa.com
24	Esquí Acuático	www.iwsf.com
25	Esgrima	www.fie.ch
26	Ciclismo	www.uci.ch
27	Canotaje	www.canoeicf.com
28	Boxeo	www.aiba.net
29	Boliche	www.fig.org
30	Béisbol	www.baseball.ch
31	Baloncesto	www.fiba.com
32	Bádminton	www.worldbadminton.net
33	Atletismo	www.iaaf.org

Tabla 3 Federaciones deportivas internacionales. Recuperado de educacionfisica.weebly.com/espíritu-olimpico.html Alarcón, Sara. (2007).

de

El COI agrupa, Comités Olímpicos Nacionales y Federaciones Deportivas Nacionales, para los Juegos del Continente están reconocidas 33 Federaciones Deportivas Internacionales reconocidas por el Comité Olímpico Internacional, COI, que agrupan 42 Disciplinas Deportivas reconocidas también por el COI y 42 Comités Olímpicos Nacionales, que corresponden a los 42 países de América.

Siguiendo a Alarcón, es importante mencionar que, debido al desarrollo de la actividad física con fines educativos, deportivos, recreativos y terapéuticos se hizo necesario que, en la Conferencia General de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, reunida en París en su 20ª. Reunión el día 21 de noviembre de 1978 se proclamara la *Carta Internacional de la Educación Física y Deporte*

Artículo Primero. Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad

El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social

Por otra parte, y correspondiente a nuestro país México, la regulación del deporte se extiende a las Federaciones Nacionales respectivas, con las que están vinculadas, y que representan al deporte correspondiente dentro del territorio de cada Estado, en este caso la Constitución Política de los Estados Mexicanos, en su Artículo 4º. Menciona que, *Toda persona tiene derecho a la cultura física y a la práctica del deporte. Corresponde al Estado, su promoción, fomento y estímulo conforme a las leyes en la materia*

En el artículo 3 fracción XII, De la *ley General de Cultura Física y Deporte* se menciona que la existencia de una adecuada cooperación a nivel internacional es necesaria para el desarrollo equilibrado y universal de la cultura física y deporte. En este sentido el deporte en nuestro país está regulado por las siguientes organizaciones

I. Ley: La Ley General de Cultura Física y Deporte;

II. Reglamento: El Reglamento de la Ley General de Cultura Física y Deporte;

III. CONADE: La Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte;

IV. COM: El Comité Olímpico Mexicano, Asociación Civil;

V. COPAME: El Comité Paralímpico Mexicano, Asociación Civil;

VI. CAAD: La Comisión de Apelación y Arbitraje del Deporte;

VII. CONDE: Los Consejos Nacionales del Deporte Estudiantil;

VIII. SINADE: El Sistema Nacional de Cultura Física y Deporte;

IX. RENADE: El Registro Nacional de Cultura Física y Deporte;

X. SEP: La Secretaría de Educación Pública;

XI. Comisión Especial: La Comisión Especial Contra la Violencia en el Deporte,

XII. COVED: Consejo de Vigilancia Electoral Deportiva

Así expuesto, las relaciones jurídicas que se suscitan dentro de las organizaciones de las que estamos hablando son de derecho privado, de carácter convencional estatutario. Además, en algunas de las organizaciones a las que se está haciendo referencia se pretende dar solución, de forma interna a los posibles conflictos que puedan eventualmente suscitarse, evitando que las controversias sean resueltas fuera de la propia organización, llegando incluso en algunos casos a imponer sanciones a los asociados que acudan a los tribunales para defender sus derechos. Debe tenerse en cuenta también que las organizaciones deportivas internacionales tienen normalmente previsto un sistema disciplinario y de resolución de conflictos de ámbito interno, que puede ser entendido como una especie de sistema de autodefensa en la solución de conflictos.

De acuerdo a los conflictos, se pueden dividir en dos grupos los contenciosos a los que pueden dar lugar a la práctica deportiva: los que son objeto de disciplina deportiva y aquellos que queden fuera del ámbito deportivo.

Las clases de infracciones en la disciplina deportiva acudiendo al art. 73 de la Ley del deporte que distingue entre aquellas infracciones que afectan a las reglas del juego y la competición y las infracciones que afectan las normas generales deportivas. Esto no podrá resolverse nunca utilizando los métodos alternativos.

Sólo los conflictos de naturaleza estrictamente privada podrán ser resueltos mediante arbitraje, mediación, o en su caso conciliación.

2.2.1. Regulación del deporte en México.

La CONADE⁴ tiene como firme y principal compromiso con la sociedad mexicana el lograr a través de la práctica de la Cultura Física y el Deporte, una población más sana y más competitiva en todos los ámbitos, además, no tiene sólo el objetivo de cosechar más talento deportivo, sino de estimular y dar acceso a los niños, jóvenes y adultos a la práctica de estas actividades el deporte, lo sabemos y reconocemos, es una vasta fuente de beneficios para la ciudadanía. Lo mismo ayuda a la prevención del delito que a la convivencia social; integra a las familias y estimula en lo colectivo y en lo individual el desarrollo de los mexicanos, el deporte puede tener innumerables calificativos. El deporte es médico, político, policía, vendedor, psicólogo, compañero, embajador, y también es un excelente motivador, Es preciso entender que el deporte no solamente es el que aparece a través de la pantalla de televisión o el que gana medallas, sino se trata de un universo que incluye el movimiento corporal regular y planificado. Por estas razones es que la CONADE propone fortalecer todos los lazos de acción que llevan a la ciudadanía a tener contacto con la Cultura Física y el Deporte. Y uno de estos lazos es el marco jurídico que lo regula.

⁴ Institución del gobierno mexicano, encargada de desarrollar e implantar políticas de Estado que fomenten la incorporación masiva de la población a actividades físicas, recreativas y deportivas que fortalezcan su desarrollo social y humano, que impulsen la integración de una cultura física sólida, que orienten la utilización del recurso presupuestal no como gasto sino como inversión y que promuevan igualdad de oportunidades para lograr la participación y excelencia en el deporte. En diciembre de 1988 por Decreto Presidencial, surge la Comisión Nacional del Deporte (CONADE), como órgano desconcentrado de la Secretaría de Educación Pública encargado de la promoción y el fomento del deporte y la cultura física. (Recuperado de: <https://www.gob.mx/conade>).

La ley general del deporte:

En este punto corresponde a la Ley general del deporte,(2000) regir el marco legal de las actividades deportivas, La Comisión Nacional del Deporte, (CONADE) es un órgano administrativo desconcentrado de la Secretaría de Educación Pública, que tiene a su cargo la promoción y fomento del deporte y la cultura física, es el órgano rector de la política deportiva nacional, en esta ley en su capítulo XIV , Artículos del 58 al 60 nos da una visión amplia acerca de las infracciones y sanciones en el contexto deportivo

Artículo 58.- En el ámbito de la justicia deportiva, la aplicación de sanciones por infracciones a sus estatutos y reglamentos deportivos, corresponde a:

I.- El Comité Olímpico Mexicano, la Confederación Deportiva Mexicana, las Federaciones Deportivas Nacionales, los Organismos afines, las Asociaciones, las Ligas, los Clubes y Equipos Deportivos; y

II.- A los directivos, jueces, árbitros y organizadores de competencias deportivas.

Artículo 59.- Contra las resoluciones de los organismos deportivos que impongan sanciones, proceden los recursos siguientes:

I.- Recurso de inconformidad, tiene por objeto impugnar las resoluciones y se promoverá ante la instancia en orden ascendente, dentro de la estructura deportiva nacional; y

II.- Recurso de apelación, se promoverá ante la Comisión de Apelación y Arbitraje del Deporte, una vez agotado el recurso anterior.

Artículo 60.- Los organismos deportivos que pertenecen al Sistema Nacional del Deporte, para la aplicación de sanciones por faltas a sus estatutos y reglamentos habrán de prever lo siguiente:

I.- Un código que considere las infracciones y sanciones correspondientes, de acuerdo a su disciplina deportiva, el procedimiento para imponer dichas sanciones y el derecho de audiencia a favor del presunto infractor;

II.- Los criterios para considerar las infracciones con el carácter de leves, graves y muy graves; y

III.- Los procedimientos para interponer los recursos establecidos en el artículo anterior.

Ley general de cultura física y deporte:

Título Primero

Artículo 1. La presente Ley es de orden público e interés social y de observancia general en toda la República, reglamenta el derecho a la cultura física y el deporte reconocido en el artículo 4o. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, correspondiendo su aplicación en forma concurrente al Ejecutivo Federal, por conducto de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte, las Autoridades Estatales, del Distrito Federal y las Municipales, así como los sectores social y privado, en los términos que se prevén.

En la ley de cultura física y deporte se encuentra señalado en su título tercero lo siguiente:

De la Comisión de Apelación y Arbitraje del Deporte: (2013).

Artículo 78. La CAAD⁵ es un órgano desconcentrado de la SEP cuyo objeto es resolver el recurso de apelación que se interponga en los casos y términos previstos en esta Ley y su Reglamento, así como fungir como Panel de Arbitraje, o coadyuvar en las mediaciones y conciliaciones, respecto de las controversias de naturaleza jurídica deportiva que se susciten o puedan suscitarse entre deportistas, entrenadores, directivos, autoridades, entidades u organismos deportivos, con la organización y competencia que esta Ley establece; dotado de plena jurisdicción y autonomía para dictar sus acuerdos, laudos y resoluciones e independiente de las autoridades administrativas.

Artículo 79. La CAAD, tendrá las siguientes atribuciones:

I. Conocer y resolver mediante el recurso de apelación, sobre las impugnaciones planteadas por cualquier persona física o moral inscrita en el RENADE⁶ o cualquiera de los miembros de SINADE⁷, en contra de actos, omisiones, decisiones, acuerdos o resoluciones

⁵ La Comisión de Apelación y Arbitraje del Deporte tiene su origen en la Ley de Estímulo y Fomento del Deporte publicada en el Diario Oficial de la Federación del 27 de diciembre de 1990, que entró en vigor al día siguiente de su publicación. Esta Ley fue el primer intento en nuestro país de regular el Deporte. (Hernández, D. & Montenegro, S., 2012)

⁶ El Registro Nacional de Cultura Física y Deporte (RENADE) es un sistema de registro de atletas, federaciones, asociaciones o sociedades estatales recreativo-deportivas, de la rehabilitación, cultura física, deporte, instalaciones y eventos deportivos a nivel nacional, con el objetivo de generar un acervo de información que soporte el planteamiento de estrategias para la coordinación, fomento, apoyo, promoción, difusión y desarrollo de la cultura física y el deporte. (Recuperado de: <http://renade.conade.gob.mx>, 2014).

⁷ El Sistema Nacional de Cultura Física y Deporte (SINADE) es la máxima Instancia Colegiada permanente (Pleno) de representación y de Gobierno, con funciones de dirección, control y cumplimiento de las políticas fundamentales emanadas del Programa Sectorial. (Recuperado de: <https://www.gob.mx/conade/acciones-y-programas/sistema-nacional-de-cultura-fisica-y-deporte-sinade>).

emitidos por las autoridades, entidades u organismos deportivos, que afecten los derechos deportivos establecidos a favor del apelante, en la presente Ley o en los reglamentos y demás disposiciones que de ella emanen.

El impugnante podrá optar en agotar el medio de defensa que corresponda o interponer directamente el recurso de apelación.

II. Conceder la suspensión provisional y, en su caso, definitiva, del acto impugnado dentro del trámite del recurso de apelación;

III. Efectuar la suplencia de la deficiencia de la queja dentro del trámite del recurso de apelación, cuando el impugnante no sea directivo, autoridad, entidad u organismo deportivo;

IV. Fungir como conciliador dentro del trámite del recurso de apelación;

V. Intervenir como Panel de Arbitraje en las controversias que se susciten o puedan suscitarse entre deportistas, entrenadores, directivos, autoridades, entidades u organismos deportivos, o entre unos y otros, de conformidad con el Reglamento que se expida para tal efecto;

VI. Coordinar un área de mediación y conciliación⁸ con la participación de personal calificado y, en su caso, de mediadores o conciliadores independientes, para permitir la solución de controversias que se susciten o puedan suscitarse entre deportistas, entrenadores, directivos, autoridades, entidades u organismos deportivos, o entre unos y otros, de conformidad con el Reglamento que se expida para tal efecto.

Para efectos de esta fracción se entiende por mediación la función de establecer comunicación y negociación entre las partes para prevenir o resolver un conflicto, y por conciliación el método para proponer a las partes alternativas concretas de solución para que resuelvan de común sus diferencias;

VII. Imponer correcciones disciplinarias y medidas de apremio a todas aquellas personas físicas o morales, organismos y entidades deportivas por conducto de sus titulares que se nieguen a acatar y ejecutar o que no acaten y ejecuten en sus términos, los acuerdos, decisiones, laudos y resoluciones emitidos por la propia CAAD, y

⁸ El artículo 38 de la LGCFD expresamente señala como un objeto de la CAAD el que pueda mediar en las controversias que se susciten entre deportistas, entrenadores y directivos. A partir de dicho precepto y tomando en consideración el contenido del artículo 90 del Reglamento de la LGCFD antes aludido, es posible hablar de la Mediación Deportiva. Las características de dicho procedimiento son las siguientes: 1) La Comisión de Apelación y Arbitraje del Deporte interviene como Mediador. 2) El objetivo de la mediación es que las propias partes diriman la controversia que se suscita entre ellas. 3) Las partes son deportistas, entrenadores y directivos. 4) Las partes se deben someter voluntariamente a la mediación de la CAAD. (Hernández, D. & Montenegro, S., 2012)

VIII. Las demás que establezca la presente Ley y otras disposiciones reglamentarias.

2.3 La Psicología del Deporte aplicación, responsabilidad civil, penal y administrativa

La psicología del deporte se ocupa del análisis y modificación de procesos psíquicos y de la actividad deportiva, (Samulski, D. 2007). Es muy importante el trabajo psicológico realizado con el propio deportista para analizar con exactitud lo que está haciendo, a veces hay deportistas que después de una competición sólo miran los errores y de esa forma están dañando su propia confianza cuando realmente su actuación no ha sido la negativa en ese sentido.

Es fundamental el trabajo psicológico que les haga ver los aspectos positivos y centrarse en ellos; otra variable importante es la activación cognitiva, el pensamiento que un deportista tiene a la hora de la competición es muy importante, debe aprender a detectar cuándo tiene pensamientos negativos, de tal forma que se vea capaz de detener este tipo de pensamientos e introducir pensamientos positivos que le ayuden a superar dicha situación.

Es muy habitual ver deportistas como puede ser un futbolista, por ejemplo: "Falla una acción de gol", luego de eso puede estar, dos, tres, cuatro minutos manifestándose claramente, dando vueltas a ese error, diciendo que necesita obtener su mejor rendimiento (agentes externos como la presión por los auspiciadores, club, honor entre otras) y a veces en ocasiones posteriores las fallas precisamente continúan porque no superan ese error en su mente.

Es importante que el deportista sepa la relación que hay entre sus pensamientos y sus acciones, descubrir cuando está teniendo pensamientos que están afectando negativamente y se va a introducir pensamientos positivos que le ayuden a mejorar el rendimiento deportivo, la atención, la concentración y ser capaz de enfrentar los conflictos que se puedan tener dentro de la actuación del deportista.

Poco antes de la competencia los deportistas se encuentran en un estado de intensa carga psíquica (estrés psíquico) a esto se le llama estado pre-competitivo es decir un estado que se caracteriza por la anticipación de la competencia y consecuentemente de anticipación de las oportunidades, riesgos y consecuencias (Samulski, D. 2007).

Hay que tener en cuenta que a lo largo de un entrenamiento, una competición el deportista está sometido a muchos estímulos diversos y es importante que sepa dirigir su atención aquellos aspectos que son más importantes; por ejemplo un corredor de maratón a lo largo de las dos, tres o cuatro horas que dura su carrera tiene que saber diferenciar cuando le interesa prestar atención a lo interno o prestar atención a externos por ejemplo de la psicología recomienda que el deportista la primera fase de la carrera centre la atención en cosas externas, porque así correrá con mayor frescura mental, mientras que ya en los últimos kilómetros puede centrar su atención en las sensaciones corporales internas porque de esa forma podrá alcanzar su mejor alto rendimiento.

Vemos la importancia de que en cuestión de grupo del equipo es una de las variables psicológicas más importantes en los deportes, conseguir un equipo de personas, deportistas y que tengan un compromiso donde no predomine el egoísmo, un equipo multidisciplinario que trabaje el uno para el otro es uno de los aspectos más importantes, el reto que tienen los entrenadores, los deportistas y todo el cuerpo técnico que hay detrás de cada función, el éxito que quieren tener y todas las emociones que muchas veces nos llevan a conflictos, discrepancias y que no se logra un Consenso, es de lo que más adelante se hablara, la resolución de conflictos en el deporte y resaltar la importancia de que el mediador entre las partes, sea un psicólogo deportivo.

2.3.1. La responsabilidad civil, penal y administrativa en el deporte

La pasión que el deporte despierta y la creciente popularidad entre la afición provoca en la actualidad el aumento de los índices de accidentes, disputas, en otras palabras el incremento de siniestros, desde choques accidentales de jugadores con espectadores, violencia alrededor de las instalaciones deportivas o bien una pelota de béisbol que golpea la cara de un espectador y rompe sus lentes afectando no solo su integridad física sino también verse disminuido su patrimonio, otro ejemplo es el de daño moral como aquellos gimnasios que se encuentra en una comunidad de vecinos resultara molesto para ellos los ruidos o inmisiones acústicas.

La dimensión que ha adquirido la actividad física y el deporte se plasma en la profusión de actividades que tienen lugar en los clubes, gimnasios o instalaciones municipales a diario. La complejidad que supone todo este entramado exige la observancia de multitud de aspectos relacionados, tanto con las instalaciones como con el propio desarrollo de las actividades deportivas, que inciden en la seguridad de los participantes. Estas actividades, en mayor o menor medida, están expuestas a los riesgos propios de su desarrollo, así como a actuaciones indebidas o negligencias por parte de las personas responsables, Picón, A. (2011)

La práctica deportiva, como actividad eminentemente física, que se desarrolla en distintos espacios e instalaciones, conlleva el riesgo de sufrir accidentes. La proliferación de los llamados deportes de aventura incrementa la probabilidad de daños a las personas implicadas. Los organizadores de eventos deportivos deben tener en cuenta que son múltiples los factores que deben controlar para evitar que los participantes, los espectadores o los trabajadores implicados sufran daños personales o materiales. *La responsabilidad civil* supone que toda aquella persona que por acción u omisión cause daño a un tercero, interviniendo culpa o negligencia, tiene la obligación de reparar los perjuicios ocasionados mediante la recuperación o sustitución del bien dañado y/o de indemnizar económicamente el lucro cesante, el daño emergente y los daños morales. La referida obligación puede tener un origen contractual o extracontractual, en función de la existencia o no de un vínculo jurídico previo (contrato) entre el causante del daño y el perjudicado, IESPORT, (2010).

La práctica de cualquier deporte implica riesgo, mayor o menor, dependiendo de las características de la disciplina de que se trate. Dicho riesgo no es sólo asumido por el deportista que decide prepararse y desarrollarse en la actividad física elegida, sino que el mismo es compartido por los profesores y entrenadores deportivos quienes aportan sus conocimientos y pericia al deportista en la práctica de su deporte para que pueda superar los riesgos, Montenegro, S. (2010).

Como resultado del ejercicio de las funciones propias de su actividad y del nivel de jerarquía superior en el que se encuentran los profesores y entrenadores del deporte respecto del deportista, el personal técnico deportivo, asume diversos tipos de responsabilidad, que en términos generales son los siguientes:

a) Administrativa: Es aquella que deriva de las normas deportivas que se encuentran recogidas por ordenamientos legales, reglamentos, estatutos, normas, manuales, entre otras, cuya violación implica la imposición de una sanción (amonestación, multa, suspensión temporal o definitiva), la cual atiende a la gravedad de la lesión de la norma y a las condiciones propias del infractor. Conocen de este tipo de responsabilidades la CONADE, la CODEME⁹, el COM, las Asociaciones Deportivas Nacionales, las Asociaciones y Sociedades Deportivas, Recreativo Deportivas, del Deporte en la Rehabilitación y de Cultura Física Deportiva; los Órganos Estatales, del Distrito Federal y Municipales de Cultura Física y Deporte, así como los directivos, árbitros y organizadores de competencias deportivas.

b) Penal: Es aquella que deriva de la realización de conductas que han sido tipificadas como delitos y que se sancionan por las leyes penales, de las cuales conocen el Ministerio Público y los Jueces Federales y Locales en materia penal, según sus respectivas competencias.

c) Civil: Es aquella que se traduce en la obligación de reparar un daño que se produce como resultado de una acción u omisión y que puede ser cuantificado en dinero. De dichas responsabilidades conocen los jueces civiles, tanto federales como locales.

Es muy importante destacar que en el deporte profesional como amateur se sufren accidentes y el deporte es una actividad con sus respectivos riesgos según la disciplina deportiva que se practique, en el caso de los profesionales del deporte han de anticiparse a la reclamación, ya que un percance, puede ocurrir cuando menos se espera.

El conocer los medios jurídicos necesarios, evitaría contratiempos innecesarios pues se tendría el conocimiento de la responsabilidad implicada y poder actuar en consecuencia. No está de más insistir, que el deporte, como otras actividades humanas, tiene la capacidad potencial de producir accidentes. En el deporte son muy recurrentes particularmente, en el ámbito deportivo, dado que en un partido o competencia los deportistas realizan un amplio despliegue físico, en muchas ocasiones el querer alcanzar el triunfo implica roces o contacto físico con el adversario ya sea en deportes de conjunto o individuales.

⁹ El establecimiento de la Confederación Deportiva Mexicana se Logró en la sesión de asamblea nacional de representantes de las entidades federativas, celebrada del 20 al 22 de julio de 1933. (Ramírez, J., 2013)

2.4. La importancia de los medios de comunicación en el deporte.

El deporte en la actualidad se ha destacado por su relevancia, en los medios de comunicación, éstos han pasado a ser un gran negocio y lo podemos observar desde una reciprocidad comercial, la dependencia de los deportes respecto a los medios y la dependencia de los medios respecto a los deportes, desde dos puntos de vista complementarios: la que ejercen los medios de comunicación sobre el deporte y la que ejerce el deporte sobre los medios de comunicación.

Resulta conveniente revisar la implicación de los medios en el entorno del deporte, su influencia social y participación en eventos conflictivos como observadores y redacción de la noticia o por qué no, como eventuales o posibles incitadores al conflicto deportivo a través de la nota periodística. Como punto de partida resulta importante destacar que el deporte y los medios de comunicación tienen historia, en México, conserva sus primeros registros durante el Siglo XIX; donde con el correr de los años y al establecerse las primeras asociaciones deportivas, adquirieron un carácter serio y reglamentado, *Molina Vizcarra, J. (2009)*. El paso de actividades físicas a deporte organizado dotó a esta práctica social del suficiente interés para ser observado por los medios de comunicación.

Siguiendo a *Molina Vizcarra*, los deportes que aparecieron en los medios de comunicación escrita de mayor circulación en aquella época fueron: el hipismo, el jai-alai¹⁰, el ciclismo, las regatas¹¹ y el boxeo. Con la peculiaridad de que las crónicas se enfocaban más en el público asistente que en el desarrollo del espectáculo, práctica que se fue quedando de lado debido al surgimiento de la prensa especializada en el contexto deportivo y con la llegada de narraciones extranjeras, que exaltaban la emoción del deporte mismo con frases rimbombantes e inteligentes; un paso fundamental para esta simbiosis comercial y económica.

¹⁰El Jai-alai es un deporte vasco, también conocido como cesta punta, que llegó a México a principios de los años 50. El Frontón México fue uno de los lugares favoritos para practicarlo.

La cesta punta tomó un gran auge en la capital del país en los años 80; sin embargo, con el paso de los años este deporte se practica cada vez menos.

¹¹ Regata: Competencia Deportiva entre dos o más embarcaciones, en la que vence la que llega antes a un punto determinado.

Ya en el Siglo XX, esta unión se reforzó para solamente conocer el crecimiento y la explosión continúa. En el país norteamericano los locutores de radio se encargaron de enaltecer a figuras como: Babe Ruth en el béisbol, Jack Dempsey en el boxeo o Bobby Jones en el golf; hasta convertirlos en mitos humanos que perduran hasta la fecha en el consciente de la sociedad.

En Europa las ligas profesionales de fútbol, los torneos de tenis, las rutas ciclistas, los Juegos Olímpicos y todos los componentes deportivos también alcanzaron gran popularidad. Incluso, las primeras marcas de productos deportivos como Adidas y Puma comenzaron la carrera publicitaria por conseguir a los mejores atletas. Durante los años 50, tras una pausa por la II Guerra Mundial, la televisión tomó el mando entre los medios masivos y el deporte se fundió con ella. Como ejemplo basta ver que las primeras transmisiones de la cadena mexicana XEW-TV, ahora Canal de las Estrellas, se realizaron desde el Parque Delta.⁵ En 1958, la Copa Mundial de Fútbol, realizada en Suecia, adquirió el carácter de Internacional al ser el primer evento transmitido vía satelital; momento histórico para la FIFA (Federación Internacional de Fútbol Asociación) que vería en las siguientes décadas su organización crecer por encima de la ONU (Organización de las Naciones Unidas) o de su gran rival económico el COI (Comité Olímpico Internacional). Para 1970, el binomio televisión y fútbol puso a México en los primeros planos mundiales.

La Copa Mundial de Fútbol de ese año se reprodujo en vivo y a color en millones de aparatos transmisores. Los partidos se programaron en horarios complicados para los jugadores, pero muy aptos para los televidentes, con lo que se firmó una carta de intrusión sobre el deporte que ahora alcanza parámetros millonarios. Por su parte, los Juegos Olímpicos; sus países organizadores y directivos, también han ganado con esta asociación.

En los últimos 20 años la entrada económica por derechos de transmisión pasó de 403 millones de dólares a un aproximado de 1,706 millones de dólares en la última justa organizada en Beijing, en 2008.⁶ Cantidad que no para de aumentar cada cuatro años y que hace de este suceso un platillo publicitario para las compañías transnacionales. Con lo anterior queda clara la relación entre medios de comunicación masivos y deporte profesional. Se entiende el crecimiento exponencial

de su consumo y pone en evidencia la necesidad de contar con profesionales de la comunicación que se percaten del inmenso plano en el que trabajan, en la importancia de su opinión como creadores de contenidos sociales.

2.4.1. El impacto de los medios de comunicación en el deporte

La importancia y la profundidad de las relaciones entre comunicación y deporte han sido calificadas en diversos estudios sociológicos como un “matrimonio de intereses”, Miquel de Moragas (1994).

Los medios de comunicación sin lugar a dudas refrendarían que deporte es más que una actividad física que nos permite Mantenernos saludables, a su vez, nos brinda la oportunidad de relacionarnos con otros, donde podemos manifestar las emociones, además, representa una opción donde podemos manifestar nuestra competitividad. García González, V. (2009).

Si bien es cierto que los medios de comunicación logran su efecto debido a que reciben una importante influencia por parte del deporte, también es cierto que esta influencia es aún mayor en el caso contrario, es decir en la que ejercen los medios sobre el deporte, existe entonces una reciprocidad sobre todo de intereses en ambas partes, por un lado los medios llenando sus espacios con notas relevantes de deportistas , equipos, atletas y por el lado del deporte la conveniencia de destacar a los jugadores de moda, equipos en ascenso, construyendo y exaltando a jugadores exitosos en su quehacer deportivo.

Los medios de comunicación ayudan a la difusión y trascendencia de deportistas, entrenadores, jueces, clubes deportivos entre otros actores deportivos, a ser reconocidos a nivel nacional o internacional y hacer del conocimiento de la afición los logros obtenidos en su deporte.

Es habitual que a los medios de comunicación tengan la facultad de entretener e informar sobre diversas competencias deportivas, en este contexto es tema obligado en los medios, sobre todo por la promoción de productos o servicios que pagan por aparecer en estos eventos deportivos de alto rendimiento, tienen por decirlo de alguna manera, más prerrogativas comerciales o de negocio que de espectáculo deportivo, es común observar y darnos cuenta de los patrocinadores

que cubren y pagan por aparecer en un partido importante de diversas disciplinas deportivas tales como el futbol soccer, béisbol de las grandes ligas , el futbol americano , el box, entre otros.

Por consiguiente a los patrocinadores los podemos encontrar en las playeras de los jugadores de soccer, en los calzones de box de los boxeadores, nos hemos dado cuenta en este caso en particular, hasta la promoción de partidos políticos, la trascendencia de deportistas para ser reconocidos por sus logros, de un resultado en competencias, de un campeonato, etc., podrá ser visto a través de los medios por miles de personas así como también, los productos y servicios que patrocinan éstos eventos deportivos donde podemos encontrar más patrocinadores que información calificada y especializada.

Otro punto importante en cuanto al impacto de los medios de comunicación en el contexto deportivo son las técnicas sensacionalistas, éstas son frecuentes en la información deportiva, sobre todo con los diferentes estilos de redacción y locución de los comentaristas deportivos, algunos dejan huella con su particular estilo de narrar por ejemplo, un partido de soccer como una contienda boxística, el colectivo social se apropia de palabras o frases mencionadas por ellos, por ejemplo en el futbol soccer, “tirititito”, “zambombazo”, el balón lo coloco “donde las arañas hacen su nido”, en el box frases como “te hace falta ver más box”, “la lucha cuerpo a cuerpo cara a cara” claro que existen muchas frases y palabras acuñadas por comentaristas deportivos, éstos son solo algunos ejemplos y se hacen con el objetivo de atraer la atención y por consiguiente, de aumentar la audiencia o lectores de los periódicos.

2.4.2. Los medios de comunicación en el Conflicto deportivo.

Todas las ventajas que nos brindan los medios de comunicación masivos pueden convertirse en graves inconvenientes si estos no se utilizan de la manera correcta, en la actualidad este es un tema que preocupa a una gran mayoría de la población, ya que pueden utilizarse para confundir, distraer o bien, manipular a la sociedad

En la misma línea, Roura (2001, p. 30) considera que los editores quieren noticias que “vendan”, no que le digan “verdades” a su público. El perro que muerde al hombre no es una noticia, pero sí lo será si el hombre muerde al perro. Continúa (2001, p. 90) asegurando que el espectáculo, para los medios de comunicación, no es una actuación pública sino el dinero que les deja dicha

actuación. Por otra parte, la popularidad de los deportes ya no viene determinada únicamente por el espectáculo deportivo propiamente dicho, sino por la espectacularidad de las imágenes televisivas.

Los medios de comunicación también politizan el deporte en contra de las normas de códigos deontológicos de la profesión periodística, el deporte es también un potente canalizador propagandístico de sus ideologías y los medios de comunicación que cubren la actualidad deportiva emplean connotaciones políticas en sus informaciones.

Es necesario que el deporte y los medios de comunicación, promuevan un nuevo lenguaje, que destierren de su vocabulario los términos bélicos y de violencia donde ya va implícita en la palabra el conflicto (“fusilamos”, “cañonazo”, matador, riflazo, etc.), que los medios de comunicación y los protagonistas deportivos sean capaces de eliminar de su narración esquemas agresivos (“a por ellos”, “les machacaremos”, “los aplastaremos” etc.), que sean capaces de construir la celebración y la fiesta por el triunfo sobre esquemas positivos, sin necesidad de despreciar a los rivales, usando y construyendo nuevos símbolos de entendimiento y eliminando el racismo en todas sus manifestaciones

Capítulo 3: Psicología y mediación deportiva, una sinergia asertiva en la percepción de factores emocionales para la resolución del conflicto

Antes de entrar al primer punto de la mediación deportiva destacaremos algunas definiciones de diferentes autores acerca del conflicto, así como algunas reflexiones y casos de dicho concepto en el contexto deportivo, al conflicto se le conoce como una situación que implica un problema, una dificultad y que puede suscitar posteriores enfrentamientos, generalmente entre dos o más partes cuyos intereses, valores y pensamientos observan posiciones absolutamente distintas y contrapuestas. Diversos autores han definido al conflicto de la siguiente manera: “El conflicto es la colisión de visiones diferentes donde dos sujetos pugnan por obtener un resultado disímil, ya sea porque comparten un objetivo, o tienen objetivos completamente diferentes en una situación particular y compartida.” (Gorjón, F. Sánchez, A. 2016)

Una incompatibilidad entre conductas, percepciones, objetivos y/o afectos entre individuos y grupos, que definen sus metas como mutuamente incompatibles. Puede existir o no una expresión agresiva de esta incompatibilidad social. (Barón, E. 2006),

“El conflicto es una situación compleja multidimensional que debe ser estudiado como tal en una perspectiva multidisciplinaria. Cada disciplina ha contribuido a que se llegue aún mejor entendimiento del conflicto desde un punto de vista específico.” (Suárez, M.2008).

“Todo conflicto es fundamentalmente contradicción, discrepancia, incompatibilidad y antagonismo” (Aisenson, Kogan, A. 1994). “Cada vez que ocurren actividades incompatibles” (Deutsch, M. 1973).

“Las acciones o creencias de uno o más miembros de un grupo son inaceptables – y por lo tanto resistidas – por uno o más miembros de otro grupo” (Forsyth, F. 2006) ...” divergencia percibida de intereses o creencias, que hace que las aspiraciones corrientes de las partes no puedan ser alcanzadas satisfactoriamente” “El conflicto es el proceso en el que una de las partes percibe que la otra se opone o afecta de forma negativa sus intereses” (J. A. Walls, Jr.2006)

Siguiendo a Barón, en un sentido más restringido del término, De Bono plantea que el problema del conflicto no se encuentra en el conflicto mismo, sino en las creencias de las personas. “Las

creencias son muy difíciles de erradicar o alterar. A menudo las personas prefieren mantener una creencia y no aceptar la evidencia de sus sentidos. El conflicto surge cuando un sistema de creencias cree que los valores que de él se desprenden deben ser aplicados en todas partes, y adopta como misión que esto suceda”.

El conflicto es una parte constitutiva de la naturaleza humana, y tenemos que convivir con él de modo cotidiano, de acuerdo con Barón, el conflicto es parte inherente de la interacción humana.

Entonces, el conflicto puede provocar el intercambio de opiniones entre dos personas que sostienen intereses contrapuestos y pueden pasar tres cosas, que quede ahí en esa discusión o evolucionar hacia un arreglo o en el peor de los casos provocar situaciones mucho más graves como una lucha armada, algo que ya hemos visto en los últimos tiempos, principalmente, entre países que no logran ponerle fin a sus conflictos de antaño

En cuanto a el conflicto en el contexto deportivo, que es el tema que nos ocupa, las Federaciones deportivas internacionales se dotan de normas jurídicas que se aplican sobre sus miembros afiliados, constituyendo un ordenamiento jurídico, sin que lleve causa de un ordenamiento superior que le de legitimidad, ya que su propia legitimidad viene concedida por las reuniones, asambleas o convenciones que organizan dentro de sus estructuras. Es decir, las Federaciones y organismos deportivos internacionales, tratan de auto-regularse respecto de la actividad deportiva sobre la que se desarrolla, es decir cada institución cuenta con sus propios reglamentos y estatutos para regular sus acciones hacia el interior de su disciplina deportiva.

Los conflictos que ocurren en el contexto deportivo son muchos y muy variados, desde el deporte amateur hasta el profesional o alto rendimiento, pudiendo suceder en juegos olímpicos, juegos panamericanos o bien a nivel nacional las olimpiadas nacionales y a nivel estudiantil en universidades nacionales, existen suficientes casos de conflictos deportivos que aparecen con regularidad en los encabezados de prensa, por citar algunos ejemplos se mencionan los siguientes.

1.-*La arquera Aida Román explota contra el titular de la Comisión nacional del deporte (CONADE)* En la olimpiada 2016, celebrada en Rio de Janeiro la selección mexicana obtuvo muy pobres resultados en cuanto a medallas y estos resultados fueron atribuidos al titular de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (Conade), generando conflictos que se ventilaban

en la Cámara de diputados a nivel federal solicitando la destitución del titular, aseguraban en su petición que la delegación mexicana que participa en los Juegos de Río “ha tenido que padecer la falta de apoyo de un funcionario que poco o nada sabe del deporte en nuestro país”.

La arquera mexicana Aída Román también lanzó reclamos contra el titular de la CONADE, pues aseguró que personas “más queridas” fueron acreditadas para Río 2016 en lugar de equipo capacitado para tender a los deportistas, en los encabezados de los diarios se podía leer “Hay deportistas que llegan lesionados y los médicos y fisioterapeutas no pueden tener una acreditación porque al final hay alguien más querido ahí” (Sin Embargo/EFE) 14 de agosto 2016.

“La arquera Aída Román explota contra Castillo: llevó a su novia y no a médicos para los atletas”

Nos merecemos el apoyo porque estamos en CIMA y como bien lo dice su nombre es el Compromiso Integral de México con sus Atletas y es algo que no está llevando a cabo... Como seleccionados nacionales y además (becarios) de CIMA¹² tenemos el derecho a exigir un entrenador y un cuerpo técnico y si carecemos de ello, entonces el Estado Mexicano no se está comprometiendo”, sostuvo. (Con información de Cancha grupo Reforma, en Aristegui noticias, agosto 27 de 2015).

2.-Conflictos entre el Comité Olímpico y Rio de Janeiro causan controversia.

El Comité Olímpico Internacional (COI) discutió hoy con Río de Janeiro porque la alcaldía se niega a pagar la pintura del estadio de atletismo de los Juegos Olímpicos del próximo agosto. La petición de que se aplique una mano de pintura a la cobertura y a las áreas sociales del estadio fue formulada durante una reunión que mantuvo la comisión de inspección del COI para los Juegos de Río de Janeiro con el comité organizador local y con el alcalde de la ciudad brasileña

¹²**Compromiso Integral de México con sus Atletas**": CIMA nace en 1998 e inicia operación en junio de 1999 con el propósito de mejorar la actuación del deporte mexicano en los Juegos Olímpicos de Sydney 2000, para subir a México de su actual 32° en la tabla de medallas al lugar 22°, funciona con recursos federales (111MM) y de la iniciativa privada (60MM), que operan por medio de un Fideicomiso Público no Paraestatal para agilizar la obtención y canalización de los recursos. Este fideicomiso se crea con la finalidad de apoyar integralmente a los mejores deportistas del país por medio de becas, entrenadores, campamentos, competencias, concentraciones y equipo deportivo, entre otros beneficios. (Centro Nacional de Información y Documentación de Cultura Física y Deporte, 2003).

A la salida de la reunión, el alcalde se negó a “pagar fortunas” por la pintura del estadio y sugirió, en tono irónico, que se cubran las paredes del estadio con “aquellos carteles bonitos y gigantes de las olimpiadas”

El conflicto mayor es que existen grandes diferencias entre la CONADE y el Comité olímpico mexicano (COM) conflicto que afecta aún más el desempeño de los deportistas mexicanos en competencias internacionales como son las olimpiadas, resulta claro que este tipo de controversias causa confusión, molestias e inconformidades en los deportistas que si bien no son problemas directos con su entrenador, repercuten en el rendimiento deportivo de quienes han dedicado largas horas de entrenamiento para estar en forma óptima en su deporte.

3.- Río 2016: Ryan Lochte pierde cuatro patrocinadores por escándalo en Río.

El nadador estadounidense Ryan Lochte perdió los contratos que tenía con cuatro patrocinadores como consecuencia de la controversia que protagonizó en Río de Janeiro al inventarse una versión de un asalto en una gasolinera que nunca existió.

Tras admitir que mintió, explicó que en realidad lo que sucedió fue que él y otros tres compañeros del equipo de natación estaban ebrios y provocaron desperfectos en la gasolinera donde llegaron de madrugada y al no quererlos pagar, los agentes de seguridad los obligaron a hacerlo a punta de pistola.

Ryan Rochte conoció que tres de las cuatro compañías que lo patrocinaban: Speedo, Gentle Hair Removal y Airwave, a través de sendos comunicados oficiales dieron por terminados los contratos que mantenían con el nadador medallista estadounidense, mientras que Ralph Lauren dijo que no le renovarían el contrato que concluyó nada más finalizar los Juegos Olímpicos de Río 2016.

4.-La nadadora Fernanda González denuncia amenazas de directivos mexicanos en los Juegos Panamericanos celebrados en Toronto Canadá, 2015.

Directivos del Comité Olímpico Mexicano (COM) amenazaron a la nadadora Fernanda González con quitarle su acreditación en los Juegos Panamericanos de Toronto y regresarla a México. La amenaza de las autoridades ocurrió una hora antes de que González participara en su prueba de

los 200 metros. La atleta de 25 años de edad ha sido medallista panamericana, centroamericana y participó en la Juegos Olímpicos de Londres 2012.

"Estuve detenida en la Villa Panamericana una hora antes de mi prueba con un estrés impresionante al grado que me dijeron te vamos a quitar tu acreditación y no vas a poder competir, porque no usaba el bendito traje que ellos querían que usara", dijo González

De acuerdo con una entrevista concedida por González a *Claro Sports*, los representantes del COM la llevaron a un cuarto en la Villa Panamericana donde le expusieron que, si no competía con el traje oficial de la delegación, la iban a regresar a México, pese a que obtuvo su lugar en los Juegos clasificándose de manera individual. Redacción sdpnnoticias.com (2015).

5.-Alista el Tribunal de arbitraje deportivo (también conocido como TAS por las siglas de Tribunal Arbitral du Sport en francés).La decisión del caso Pulido, Tigres y el delantero tienen su última audiencia.

El futuro de Pulido está en manos del Tribunal de Arbitraje Deportivo, (TAS) que en uno o máximo tres meses definirá la situación del jugador, el atacante felino y el Club Tigres tuvieron ayer una audiencia de argumentos orales en Lausana, Suiza, la cual duró cerca de cinco horas y que fue el punto álgido del enfrentamiento que tienen, y ahora le tocará al TAS decidir quién tiene la razón, Tigres asegura tener contrato vigente con el atacante, el cual vence en junio del 2016, sin embargo, el tamaulipeco asegura ser jugador libre, ya que su vínculo terminó a mediados del 2014.

La reunión se realizó a las 9:30 horas (2:00 horas de Monterrey) y ambas partes expusieron sus argumentos con la finalidad de que los representantes del TAS entendieran bien lo que pelea cada uno. Ni el jugador ni Tigres presentaron pruebas adicionales, en la cita estuvo el atacante felino junto con su abogado, Jaime Castillo, así como el abogado de Sinergia Deportiva, Alberto Palomino, Se espera que el TAS tome una resolución que podría tardar entre uno y tres meses, la misma es inapelable y es sólo para verificar si hay contrato o no, y no aplican indemnizaciones, ambas partes se encuentran optimistas de ganar el caso que ha perjudicado tanto al equipo como al jugador Alan Pulido todo esto, en el presente año futbolístico. Texto recuperado de: Erick

Rodríguez, (2015, recuperado de: gruporeforma.com/canchacom325, caso+pulidoFollow us:@elnorte.com on Twitter)

6.- Que ya no es Tigre afirman que termina relación entre Pulido y felinos. Aseguran que viaja a Tamaulipas.

Parece que la batalla legal que sostienen Alan Pulido y los Tigres se inclinarán en favor del jugador, el Tribunal de Arbitraje Deportivo aún no emite su veredicto oficial, el cual podría darse a conocer en el transcurso de la próxima semana, o tardarse uno o tres meses, según un integrante de ese organismo, pero fuentes enteradas comentaron ayer que tras la audiencia de argumentos orales que sostuvieron ambas partes el jueves en Suiza, y que duró cinco horas en las oficinas del TAS, autoridades de la entidad revelaron que la relación contractual entre el jugador y el equipo felino ya concluyó, aseguraron que el contrato finalizó cuando Pulido firmó con el equipo Levadiakos de Grecia, pero que aún falta el dictamen y la explicación que dará el organismo.

Si el TAS le da la razón a Pulido, el delantero podrá emigrar a un mejor club, y si Tigres gana o pierde, pedirá un castigo o una indemnización al Levadiakos y al jugador, además, en cualquiera de los dos casos podría entablarse un nuevo litigio ante la FIFA, el jugador no estará obligado a regresar al cuadro auriazul en caso de que la decisión del Tribunal no le favorezca, comentaron allegados a Pulido.

"Esto no quiere decir que Alan ha ganado en el TAS o que Tigres ha ganado. Todavía no hay una resolución, pero lo que sí es que allá les avisaron (a Tigres) que el contrato finalizó y lo que va a pelear el equipo es una indemnización", comentó una fuente enterada del caso, además reveló que Alan sostuvo ante el TAS que su relación contractual con Tigres terminó el 30 de junio del 2014, y que la extensión de contrato hasta el 2016 que presentó el club felino ante la Federación Mexicana de Fútbol, aunque aparece su firma, fue sin su consentimiento.

Mientras el TAS da a conocer su veredicto, Pulido llegó ayer a México para pasar sus vacaciones y prepararse para la próxima temporada en el fútbol europeo, la fuente allegada al jugador descartó que Alan vaya a arreglarse con algún equipo mexicano en el Régimen de Transferencias de la próxima semana en Cancún, en el que será inscrito por Tigres, o que vaya a ceder ante los deseos

del club auriazul. Texto recuperado de: Erick Rodríguez, (2015) en (gruporeforma.com/canchacom325, caso+pulidoFollow us: @elnorte.com on Twitter).

Otro de Los conflictos en el deporte es el de la gimnasta regia Elsa García, olímpica en Londres 2012, sin previo aviso le cortaron la beca que tenía y ella misma expresa que “No se puede estar siempre al 100 por ciento”, “No solo me ha pasado a mí, también a muchos otros atletas”, texto recuperado de Jorge Aguilera periódico el Norte (2018), tal expresión presume cierta inestabilidad emocional que pudiera incidir en el rendimiento deportivo debido a falta de motivación, falta de concentración y ansiedad manifiesta.

A la nadadora Fernanda Richaud, preseleccionada para los juegos centroamericanos en Barranquilla 2018, también le fue retirada la beca sin previo aviso, su entrenador expresó “A ella no le avisaron del corte de su beca y eso la perjudicó emocionalmente” este es otro caso de los conflictos que ocurren en la administración del deporte y que afectan de manera colateral a los deportistas en su rendimiento deportivo debido a su inestabilidad emocional. Jorge Aguilera periódico el Norte, Cancha.com. (2018),

Considerando lo anterior y como señalamos antes, los conflictos en el deporte son muchos y muy diversos desde conflictos de jugadores con sus entrenadores, de entrenadores con la directiva, la directiva con patrocinadores, conflictos de transferencia de jugadores, conflictos con padres de jugadores entre otros; las disputas o diferencias ocurridas en el deporte encuentran posibles resoluciones a través de la reglamentación que debe existir por cada disciplina deportiva, las Federaciones deportivas internacionales se dotan de normas jurídicas que se aplican sobre sus asociados, constituyendo un ordenamiento jurídico de ámbito supranacional, es decir que está por encima del ámbito de los Gobiernos e instituciones nacionales y que actúa con independencia de ellos, puesto que los reglamentos y estatutos son un constructo de las organizaciones e instituciones deportivas.

3.1. Mediación y psicología en el deporte

Los principios de los MASC son considerados un parámetro, una regla a seguir por quienes administran los MASC a nivel mundial; ello deriva en que no todos los prestadores de servicios MASC son abogados, por lo que esos principios, que en esencia buscan la justicia, la equidad, la prontitud y la expeditéz son desconocidos por ellos, al igual que procuran que todo mediador, conciliador o arbitro respete las garantías de audiencia y defensa como principio *sine qua non* de todo MASC de observancia universal. Gorjón, F & Steele, J (2012). Tales principios se expresan en la tabla 4 de la página 60.



Ilustración 1 La Psicología del deporte y la mediación en el conflicto deportivo. (Elaboración propia).

PRINCIPIOS QUE SUSTENTAN A LOS MASC

<p>I.- VISUALIZAR POSITIVAMENTE EL CONFLICTO</p>	<p>El mediador y el árbitro deberán entender el conflicto no como algo negativo o violento, sino como algo que consustancial a los seres humanos y sus formas de vida social y que, según la manera de afrontarlo, puede resultar constructivo y beneficioso para las partes.</p>
<p>II.- AUTORREGULACIÓN Y AUTOCONTROL</p>	<p>El mediador y el árbitro deberán considerar el autocontrol y la autorregulación como elementos clave para favorecer en los individuos la toma de decisiones de forma autónoma y ajustada el entorno social donde viven, contribuyéndose así a una mejor integración y al desarrollo de la autoestima.</p>
<p>III.- VOLUNTARIEDAD</p>	<p>Las partes son libres de llegar o no a un acuerdo, por lo que siempre a continuación del procedimiento debe entenderse cima una manifestación de que las partes de las negociaciones siguen siendo productivas. Los mediados y arbitrados tendrán la libertad de continuar o no en el proceso de mediación o de arbitraje cuando exista una cláusula que los obligue a pasar por mediación o arbitraje antes de acudir a una instancia jurisdiccional.</p>
<p>IV.- CONFIDENCIALIDAD</p>	<p>El mediador y el árbitro debe mantener en sigilo la información expuesta en el proceso de mediación, haciéndose extensiva a toda persona que en virtud de su trabajo se encuentre vinculada a un proceso de métodos alternos o prestador de métodos alternos privados en uno o más procesos en particular. El mediador o arbitro deberá infirmar a los mediados y/o arbitrados sobre la importancia y alcances de la confidencialidad. Este principio implica además que las sesiones de mediación y arbitraje se celebren en privado. La confidencialidad aumenta las perspectivas de arribar a un advenimiento en la disputa, pues permite instar a las partes a hablar con sinceridad y a explorar exhaustivamente las cuestiones en juego.</p>
<p>V.- NEUTRALIDAD</p>	<p>Alude al comportamiento o la relación entre el mediador y los contendientes. El mediador no debe promover actos perjudiciales para los intereses de alguna de las partes. Es su obligación abstenerse de emitir juicios u opiniones que puedan influir en las conclusiones a que puedan arribar los mediados, con excepción de los casos en que el mediador advierta la existencia de posibles hechos delictivos o de violencia doméstica, en cuyo caso deberá dar por terminada la mediación sin hacer pronunciamiento alguno. Por el contrario, el árbitro deberá asumir una postura de decisión, ya que en el recae esa obligación, pero dicha postura deberá permanecer, en todo momento, neutral y sin favorecer en lo particular a ningunos de los arbitrados.</p>

VI.- IMPARCIALIDAD	El mediador y el árbitro deberá actuaran libres de favoritismos, prejuicios o rituales, tratando a os mediados con absoluta objetividad, sin hacer diferencia alguna. Ello significa que no debe dar una opinión tendenciosa o hacer preferencias en favor de alguno o algunos de los negociadores.
VII.- EQUIDAD	Es la obligación que el mediador contrae para vigilar que los mediados entiendan claramente los contenidos y alcances del acuerdo al que hubieran arribado y de verificar que no sea contrario a derecho o producto de información falsa, de una negociación de mala fe o de imposible cumplimiento. En el caso del arbitraje, el laudo deberá ser equitativo conforme a los principios jurídicos en que basa su laudo.
VIII.- FLEXIBILIDAD	El procedimiento tiene un alto grado de informalidad, ello quiere decir que es flexible y las partes pueden variar el procedimiento de común acuerdo, la cual debe extenderse como la facultad del mediador y los mediados para convenir la forma en que se desarrollara el procedimiento, pudiendo obviar una o más etapas del proceso de mediación. En el mismo sentido, el arbitraje podrá operar dicha flexibilidad estando de acuerdo las partes.
IX.- ORALIDAD	Los procedimientos de mediación y arbitraje privilegian la oralidad, haciéndolos procedimientos más transparentes y expeditos. Las actuaciones se surten en audiencia, con la presencia directa de las partes, que pueden exponer su posición en forma verbal, sin que exista la posibilidad de presentar escritos o proponer fórmulas de arreglos previamente elaborados o peticiones ajenas al objeto del acuerdo.

Tabla 4. Principios que sustentan los MASC. Recuperado de Métodos Alternativos de Resolución de Conflictos. F., Gorjón-Gómez & J., Steele-Garza (2012). (Elaboración propia).

En el deporte surgen diferencias, discusiones, problemas, variables que afectan el rendimiento deportivo y que deberán resolverse con prontitud. La mediación con su método y herramientas y la psicología con sus técnicas de intervención en el conflicto deportivo, posibilitan alcanzar los acuerdos de las partes en disputa en un escenario estructurado y equilibrado.

Uno de los cometidos principales del psicólogo es trabajar con las emociones que implican por su parte la reacción ante un suceso, con sus componentes fisiológicos (cuerpo), cognitivos (espíritu) y conductistas (acciones) Si el mediador posee conocimientos del comportamiento humano en cuanto a las emociones implicadas en el conflicto, coadyuvará en un mejor escenario del procedimiento de mediación en el contexto deportivo.

El movimiento emocional de las partes en conflicto está presente en el procedimiento de mediación, los procesos cognitivos están alterados, alertas, molestos, etc. Es tarea de un mediador con las herramientas básicas que la psicología aporta, para establecer un entorno más abierto y accesible con el propósito de bajar la exaltación emocional y mejorar la comunicación.

Siguiendo a Bernal, el conocimiento del funcionamiento de las emociones es fundamental para la gestión de los conflictos y el psicólogo tiene ese conocimiento como el de las relaciones interpersonales y del conflicto. Con este bagaje de competencias y habilidades lo predisponen a desempeñarse en un posible mediador con las características del conocimiento de la conducta humana en su contexto emocional, la figura del psicólogo en función mediadora posibilita soluciones satisfactorias en un procedimiento de mediación, por la simple razón que ésta cuenta con sus métodos y técnicas de intervención psicológica, sobre todo en la esfera emocional que rodea al conflicto.

3.1.2. Habilidades y destrezas de la psicología en la mediación deportiva

Los tiempos cambian y al legislarse nuevas reformas de impartición de justicia también abre campos de actuación interdisciplinar en el área legal; generando vertientes y reforzando algunas más en su aplicación. Con la aplicación del Nuevo Sistema de Justicia Penal Mexicano se requiere de la intervención de expertos en psicología, para realizar actividades como investigación, evaluación, asesoría, seguimientos en los cuales se apliquen conocimientos y herramientas propias de la clínica, psicofisiológica y del área social, así como temas de prevención, que vayan enfocados en eficientar y contribuir la labor legal, así como la adecuada aplicación de la justicia. Díaz, P. (2017).

Desde una perspectiva basada en la psicología se pretende explicar los beneficios que dicha ciencia aporta al desarrollo de un procedimiento de mediación, no se trata de aplicar únicamente el conocimiento psicológico a los procesos en cuestión, sino de generar un espacio de interacción entre los conocimientos psicológicos y las herramientas de la mediación , generando así una sinergia que al complementarse posibiliten el logro de mejores resultados en procedimientos de resolución de controversias .

Por otro lado, la psicología se ocupa de los procesos de cambio emocional de las partes en un conflicto, de esto puede comprenderse que el psicólogo en su rol de mediador percibe desde un principio aspectos actitudinales de riesgo que afectan de manera negativa la interacción y comunicación de los intervinientes

Pero el rol del psicólogo en mediación no se queda en ser solamente un agente neutral productor de espacios donde las partes en conflicto buscan acuerdos, sino también se le concibe como un facilitador con habilidades constructivas y de comunicación, que los conduce a la autogestión de su disputa y descubran por si mismos las posibilidades de establecer acuerdos desde sus propias capacidades.

Como se mencionó antes, el psicólogo en su rol de mediador, establece opciones para posibilitar llegar a los acuerdos a través de habilidades propias como el establecimiento de un clima de confianza, generando rapport con la finalidad de crear una comunicación clara entre los mediados que permita analizar en el momento de forma presuntiva, la carga emocional del conflicto ya que la ansiedad y estrés se encuentran presentes en la mediación y por ende ocurren bloqueos, distorsiones, mala comunicación que pueden obstruir o dificultar el procedimiento.

En este sentido, el psicólogo y su implicación como mediador en el deporte, permiten sustraer la carga emotiva de un deportista en conflicto ya que al explorar su estado emocional posibilita el darse cuenta de los antecedentes y eventos que forman parte de la disputa y considerar acciones convenientes que nos encaminen a un buen desarrollo de la sesión de mediación, por ejemplo brindar contención emocional puesto que en una mediación aparecen estados de ánimo y actitudes diversos que tendrán controlarse para la buena marcha de la sesión.

Podemos ver que el componente psicológico en la mediación es más que evidente, ya que en el proceso de resolución de controversias tienen cabida e importancia las emociones, sobre todo en los casos de mediación en el deporte, en este caso los psicólogos con aplicación en el deporte son profesionales que, por sus conocimientos y habilidades, cuentan con las competencias para intervenir en sesiones de mediación favoreciendo a que la disputa se resuelva.

En el deporte son diversos los actores que participan y que pudieran presentar conflictos en sus diferentes roles por ejemplo, entrenadores, deportistas, árbitros, directiva, cuerpo técnico, padres de deportistas, medios, patrocinadores etc., considerando que en las situaciones conflictivas se

encuentran diferentes factores vinculados a la psicología, ésta ofrece la oportunidad de intervenir precisamente con pertinencia en esos factores emocionales como ansiedad, motivación, concentración, bloqueos personales, miedo, ira, enojo entre otros. Podemos utilizar este conocimiento para actuar en las emociones negativas presentes en la escalada del conflicto.

Por ejemplo, un equipo de futbol soccer disputará la final para ser campeones y el entrenador sugirió la mediación para dos de sus jugadores que voluntariamente participaron, el conflicto es que los dos son impulsivos y en los partidos chocan y discuten entre sí, afectando el rendimiento deportivo y poniendo en riesgo el campeonato, en este caso las emociones de enfado, ira, enojo, se encuentran presentes y tienden a favorecer la impulsividad, misma que impide valorar las consecuencias de su actuación. Una forma de intervenir en la sesión es contener las emociones negativas de las partes favoreciendo que entre ellos mismos implementen habilidades de autocontrol mejorando a través del dialogo la mejor reparación de la controversia en cuestión, con ello se deduce que la función del psicólogo en su rol de mediador humaniza la aplicación e impartición de justicia.

Conflictos comunes que se presentan en el deporte y que son factibles de ser mediados por un psicólogo en su rol de mediador son:

-Cuando un jugador se frustra porque su deseo no se cumple, puesto que el entrenador no lo mete al campo de juego y entra en conflicto, pudiendo generar también inconformidad incluso disputa por parte de los padres.

-Otra frustración por parte del jugador es la interrupción tanto en competencias como en entrenamientos causada por una lesión deportiva, en tal caso si se tratara de un jugador universitario, que tiene beca deportiva y el entrenador pretende darlo de baja para otorgar la beca a otro jugador, generará conflicto.

3.1.3 Metodología de operación del psicólogo en mediación deportiva:

La intervención en una mediación desde la psicología, aporta otras dimensiones en cuanto su abordaje, tal y como lo propone Díaz, V. (2017). En nuestro caso aplicaremos ciertos enfoques en el entorno deportivo puesto que la aplicación de los mismos es congruente con los beneficios

esperados en un procedimiento de solución de controversias al complementarse la psicología y la mediación.

-Contribuir en encontrar el interés en común, generando opciones y alternativas en la solución de conflictos.

El abordaje resulta interesante cuando el psicólogo mediador (PSIM¹³) interviene generando ideas a las partes en conflicto y poner en la mesa las alternativas que ellos mismos decidieron, esto gracias a la **focalización de la atención** en el conflicto, es decir que no permite distracciones que interfieran en la buena marcha del procedimiento, el PSIM a través de esta técnica de intervención ayuda a las partes para centralizar su atención de forma mantenida y constante durante la mediación, ignorando situaciones o circunstancias externas, en otras palabras la focalización de la atención centra todos los sentidos en la tarea que se está realizando.

-Escuchar de manera activa a cada parte.

La escucha activa se refiere a la habilidad de escuchar no sólo lo que la persona expresa directamente, sino lo que existe detrás de lo que está hablando como, las ideas pensamientos o sentimientos, también otros elementos como la respiración, tono de voz y demás en la escucha activa, el PSIM aplica la **empatía** para la Validación, escuchando sin juzgar, la escucha activa trae consigo una serie de beneficios, entre otros: genera confianza, reduce la resistencia genera autoestima y carácter, en la escucha activa no solo se presta atención a las palabras, sino a los gestos y **emociones básicas** que se muestran en la comunicación.

Elementos básicos del PSIM en la escucha activa:

Atención en el tema	Evitar cualquier actividad que estuviera realizando, que no sea necesario para concentrarse en las partes en conflicto.
Revisar mentalmente la información que tiene del conflicto	Organización de los documentos de las partes en disputa para el desarrollo de la mediación.
Evitar las distracciones	Se deberá contar con un lugar apropiado, sin ruido, iluminado,

¹³ El Psicólogo Mediador es un tercero neutral que además de las técnicas y herramientas propias de la mediación se ocupa del desarrollo emocional de las partes en una controversia, sustrayendo aspectos actitudinales de riesgo que pudieran afectar de manera negativa el procedimiento de mediación, dicho de otra manera, es un profesional con las competencias del comportamiento humano en las situaciones de conflicto.

	cómodo, ventilado para no abstraerse de la situación presente.
Control emocional	En un conflicto las emociones juegan un papel importante, dado que se encuentran presentes, se deberán tomar en cuenta para poder controlarlas.
Los convencionalismos	El rol principal es escuchar activamente a las partes respetando credo, orientación sexual, estilos de vida cultura entre otros.

Tabla 5 Elementos Básicos del PSIM en la escucha activa. (Elaboración propia)

-Observar el lenguaje corporal.

El lenguaje corporal suele llevarse a cabo a nivel inconsciente, es un indicador muy claro del estado emocional de las personas, junto con el tono de voz forma parte de la expresión no verbal, el PSIM observa e identifica los códigos gestuales expresados por el cuerpo, como la Kinésica que es lo que una persona no te dice con palabras pero sí con la expresión corporal como los movimientos de pies, piernas, manos, brazos, así como la expresión facial que con sus miradas o gestos revela el estado emocional de las personas exhibiendo su personalidad.¹⁴

La expresión facial también nos dice mucho del estado anímico de las personas, por ejemplo: tristeza, miedos, sorpresa, ira, disgusto, entre otros, el rostro es reflejo de las emociones, y éstas nos permiten identificar las causas con una clara utilidad en diferentes ámbitos como lo es, en un procedimiento de mediación.

-Activar el parafraseo ya que con este método se tiene una técnica eficaz eliminando los elementos hostiles y alcanzar el lenguaje hacia una postura neutral.

¹⁴ En la Olimpiada Nacional 2004 fui invitado por el Instituto del Deporte de Nuevo León (INDE) para apoyar al equipo de halterofilia que se encontraba compitiendo en Los Cabos, Baja California, en cierto momento de la competencia se me acerca el entrenador y me comenta que el atleta que disputaría el oro se encontraba con una actitud de ausencia total aun y cuando el mismo entrenador le daba instrucciones antes de que le tocará participar, comentaba también que el atleta que requería de silencio y permanecer callado para tener un mejor desempeño a la hora de salir a competir, mientras tanto yo observaba al atleta sentado en una silla con los codos apoyados en las rodillas, la cabeza baja y cubriéndola con una toalla, coloqué una silla para estar a su lado y le comente que comprendía su actitud de aislamiento para poder concentrarse en su tarea, solamente asintió con su cabeza nuevamente diciéndome “Gracias por escucharme” cuando en realidad yo no había cruzado antes palabra alguna con él.

Lo que quiero decir con este ejemplo es que no necesariamente nos comunicamos hablando, también la comunicación es también a través de la expresión corporal, la mirada o las actitudes, estas son situaciones o fases donde el entrenador no se percató, tal vez por no contar con habilidades de observación y detectar las necesidades del atleta a través del lenguaje no verbal en relación a lo que intenta comunicar como los sentimientos, ideas o pensamientos, respiración, tono de voz, postura. Este ejemplo ilustra la importancia de percatarnos en una sesión de mediación deportiva lo que se dice sin palabras, entender el lenguaje del cuerpo, cuando se dice una cosa, pero el lenguaje corporal dice otra. La comunicación no verbal nos dará información que se escapa con las palabras.

En la mediación el parafraseo es una técnica útil para aclarar puntos con alguien que está molesto (las partes en conflicto). El rol del PSIM al aplicar la técnica del parafraseo le permite estar concentrado y atento a lo que dicen las partes, más en contacto con el interior de los mismos, así como la percepción de lo que proyectan prestando atención para distinguir conductas y sentimientos durante el desarrollo del proceso.

Al parafrasear las palabras de las partes en conflicto mostrará que entiende la situación, posibilitando disipar la ira, el enojo, la irritación, la molestia, indignación etc. y se prestará a colaborar activamente en la resolución de la controversia.

-Brainstorming lluvia de ideas, también denominada tormenta de ideas, es una herramienta de trabajo grupal que facilita el surgimiento de nuevas ideas para facilitar el proceso de la mediación.

La lluvia de ideas es un método destinado a estimular la producción de ideas de tal modo que los procesos mentales como la creatividad, actúen en la resolución de un problema específico mediante la acumulación de las ideas surgidas por las partes

La aplicación del método Brainstorming lluvia de ideas, permite la aplicación ágil y oportuna de los acuerdos que llevará el convenio firmado por los intervinientes.

-Evaluación y diagnóstico para condiciones psicológicas de los intervinientes.

El conocimiento que la psicología tiene acerca de la conducta humana, permite de alguna manera identificar fases de crisis de las partes en disputa como pudieran ser: ansiedad, ira, depresión, entre otros, el PSIM a través de estrategias de contención psicológica, propicia un ambiente equilibrado favoreciendo la buena marcha del procedimiento de mediación disminuyendo estados emocionales alterados que pudieran estar presentes.¹⁵

¹⁵ En la Universiada Nacional 2007 celebrada en Monterrey, N.L. apoyaba como psicólogo deportivo al equipo deportivo Tigres de Tae Kwon Do de la UANL, se llevaba a cabo una competencia en el gimnasio de Área Médica enfrentándose dos atletas de diferentes universidades de nuestro país, en las gradas no cabía una persona más, estudiantes y familiares de los competidores locales y de otros estados presenciaban el evento ambos atletas disputaban una final muy cerrada, en una acción durante el combate el árbitro decidió quien era el ganador en ese momento de entre el público bajo el padre del atleta perdedor y golpeo al árbitro el hijo trataba de detener al padre para evitar que siguiera agrediendo al árbitro, fue una situación donde los ánimos y pasión deportiva se desbordaron el atleta que no gano el combate se veía muy avergonzado por la acción de su padre.

Resulta obvio la situación de conflicto deportivo las emociones desbordadas y sin control llevan a cometer errores, una evaluación psicológica resulta pertinente en este caso, puesto que la experiencia vivida le quedara grabada un buen tiempo.

-Comunicación abierta o persuasión.

La persuasión alude a la necesidad fundamental de la persona de llenar vacíos o huecos existenciales que ayuden a sentirse seguros al cubrir tal necesidad, en estos casos el PSIM crea un clima de confianza y calma de las partes a través de una comunicación abierta y actitud persuasiva, ésta habilidad puede motivar a la acción en cuanto a una apertura profunda de la controversia y por consiguiente el PSIM en su postura neutral induce hacia una solución pacífica del conflicto coadyuvando desde su rol el intercambio de expectativas de las partes en disputa para alcanzar el acuerdo.

-Técnicas de enfoque humanista y gestáltico (aquí y ahora).

La aplicación de un enfoque humanista en una mediación, resulta conveniente puesto que ubica a los intervinientes en el aquí y ahora, el PSIM por su formación posee el autoconocimiento y auto-dependencia que le facultan para acompañar a las partes en la detección de necesidades y toma de acuerdos con las herramientas psicológicas como: la escucha interna (cuando escucho al otro con todos los sentidos) esto permite identificar la intencionalidad que hay detrás de las palabras que expresan las partes en conflicto, por otra parte, guiarlos hacia una toma de conciencia y necesidades en el presente, independientemente de lo sucedido y expectativas en el futuro, ello como base para una eficiente y satisfactoria gestión de conflictos

-Herramientas de resiliencia y aprendizaje del conflicto.

Si atendemos al diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, la resiliencia es la *'capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas'*.¹⁶

La resiliencia es una herramienta psicológica que permite manejar de forma positiva la ansiedad, el miedo y las situaciones complicadas, cuando las partes en disputa acceden a una mediación

¹⁶ En una Universiada celebrada en Toluca Edo. De México se llevaba a cabo la competencia de atletismo la categoría femenil 400m con vallas, yo actuaba como psicólogo del deporte de la delegación de los equipos representativos Tigres de la UANL, a pocos minutos de iniciar la competencia el entrenador se me acercó y me dijo "tengo un problema con mi competidora estrella, me acaban de avisar de su casa que su abuelita ha fallecido, ¿Cómo ves, le digo antes o después de la competencia? ¿Qué hago?" Yo le conteste es una decisión importante que debes tomar, puesto que tú la conoces muy bien, sabes si esa noticia causará impacto en su concentración y se va a caer emocionalmente o bien, va a canalizar toda su energía y coraje para finalizar la competencia, el entrenador decidió comentar la noticia antes de la competencia. Al llegar a la meta y en primer lugar la corredora en cuestión, venía quebrada emocionalmente y envuelta en llanto. La asistimos psicológicamente desahogando todo su pesar comentándome que cada zancada en la carrera era dedicada a su abuelita. Si bien es cierto que la experiencia vivida la perturbó emocionalmente también lo es que al final de cuentas logró sobreponerse a un hecho tan triste y triunfar.

están poniendo a prueba su capacidad de reacción y aprendizaje frente a situaciones que amenazan con destruir el equilibrio y paz interior.

En una mediación, la resiliencia está presente cuando las partes afrontan positivamente la controversia en un contexto facilitador en el que el PSIM ayuda al bienestar de los intervinientes potenciando sus capacidades de negociación, la resiliencia humaniza la gestión del conflicto ya que intervienen las propias fortalezas internas enfrentándose a situaciones adversas.

Concluimos que un manejo efectivo del procedimiento de mediación es la conveniencia de que ambas disciplinas psicología y mediación se complementen con el objetivo principal de llevar a las partes en conflicto a un acuerdo consensuado y más estructurado con la finalidad de controlar y dirigir las emociones, por un lado con las herramientas propias de la mediación cómo: la voluntariedad y confidencialidad del proceso, colaboración y buena fe de las partes, imparcialidad del mediador, proponer normas básicas de comunicación durante el proceso de mediación, entre otras y por el otro lado las herramientas propias de la psicología como: las competencias del comportamiento humano en su esfera emocional en el acto de mediación, aptitud para comprender el lenguaje no verbal, habilidades de empatía, contacto visual, escucha activa, para lenguaje, comunicación, manejo de conflictos entre otros, estas competencias y habilidades corresponden a la formación profesional del psicólogo.

En otro apartado el psicólogo podrá brindar sesiones de tipo breve si es requerido por los usuarios con enfoque específico al conflicto, siempre y cuando no sea quien realizó la mediación, en éste caso se le canaliza para que se reciba un trabajo psicoterapéutico formal.

3.2. Aproximación a la mediación deportiva en el contexto internacional.

Antes de iniciar el presente capítulo veamos primeramente algunas definiciones de diferentes autores acerca de la mediación para posteriormente remitirnos a la mediación deportiva.

La mediación es un método alternativo de solución de conflictos basado en técnicas de negociación Gorjón, F. Sánchez, A. (2015) es un procedimiento extrajudicial mediante el cual las partes interesadas solicitan a un tercero o terceros, que les preste asistencia en su intención por llegar a un acuerdo del conflicto.

La mediación es un método de solución de conflictos en el que las partes son guiadas por un tercero para llegar a una solución. Garber, C. (1996) en Métodos alternativos de solución de controversias. Gorjón, F. y Steele, J. (2012)

La mediación en el deporte no adopta decisión alguna sobre la solución del conflicto, sino que simplemente canaliza el debate de manera ordenada y conforme a los principios de buena fe para tratar de conseguir que las partes solucionen el conflicto. Ugena, M. (2015).

El mediador participa como un tercero neutral de las partes en conflicto, sin embargo, no está facultado para imponer a las partes una solución al conflicto como lo hace un árbitro, el mediador o conciliador no toma decisiones, el mediador es solo un canal de la comunicación su rol es el de asistir a las partes a negociar y conseguir ellas mismas una solución

Son las partes las que acuerdan voluntariamente someter su disputa a mediación, y las que determinan en principio el procedimiento directamente o bien remitiéndose a algún reglamento. Es además un procedimiento discreto y confidencial. Pueden abandonar el procedimiento en cualquier momento si no responde a sus intereses.

La regulación de la mediación, dependerá en ocasiones de la naturaleza del conflicto.

Tal y como se ha mostrado el campo de la mediación es muy extenso. Esto es porque los conflictos forman parte de las relaciones humanas y el mundo del deporte no es ninguna excepción. Existen actualmente organismos e instituciones como el Tribunal Administrativo del Deporte, Comité Olímpico Español, la reciente Asociación de mediación deportiva con sede en Madrid España entre otros, conscientes de esta necesidad han desarrollado la mediación deportiva como solución fuera de todo proceso judicial para resolver los conflictos relacionados con el entorno deportivo.

La mediación deportiva tiene como beneficio que no solo se trata de resolver el conflicto en sí, sabemos que es la parte sustantiva de dicho procedimiento, sin embargo, lleva de manera adyacente la intención de mejorar las relaciones entre las partes, en el deporte es importante mantener estas relaciones por la razón que resultaría de mayor utilidad para la conservación de un buen trabajo en equipo y por ende la obtención de un mejor rendimiento deportivo

La mediación en el deporte es de utilidad, tanto para la resolución de conflictos supra deportivos, aquellos que se refieren a la violencia generada por la celebración de eventos o actos deportivos, y

el intra- deportivo, es decir los producidos dentro de las propias entidades deportivas. Un ejemplo de supra deportivo serían los concernientes a fichajes e intra- deportivos serían los producidos entre los propios padres que ven los partidos de sus hijos y terminan insultándose entre sí.

Con la mediación deportiva como instrumento de resolución de conflictos se pretenden corregir situaciones, que ponen en entredicho las actuaciones deportivas ejemplos claros son los conflictos que se generan entre los actores deportivos principales que son el entrenador/atleta, sin embargo, existen otros en el contexto deportivo.

Los conflictos que se generan en los clubes deportivos entre padres, entrenadores, jugadores y directivos, los entrenadores pudieran no percibir que existan conflictos en sus clubes, pero por el contrario sí los observan en otros equipos. Cabe destacar también que mientras los entrenadores se quejan siempre de los padres, los conflictos los perciben en las relaciones que establecen sus jugadores. Finalmente, es necesario constatar que en los clubes no existe un sistema de resolución de conflictos, sino un sistema de arbitraje de un supuesto reglamento de régimen interior. En el ámbito del deporte se encuentra una problemática por la compleja regulación a la que está sometido este ámbito de actividad.

La regulación participa de normas de naturaleza pública y privada. Los ADR sirven para resolver conflictos deportivos, y se definen como “todos aquellos que provengan directa o indirectamente de la práctica del deporte y no estén contenidos en el denominado derecho disciplinario”. Otras alternativas para la resolución de conflictos en el ámbito del deporte es el arbitraje, el cual existe un Tribunal de Arbitraje del Deporte (TAS) que es un órgano independiente cuya función es resolver conflictos deportivos mediante un sistema de arbitraje. La sede se encuentra en Lausana (Suiza), creado a principios de los 80’s. Es un procedimiento flexible, rápido, de costos reducidos y de un proceso voluntario en España se encuentra el Tribunal Español de Arbitraje Deportivo, un aspecto clave entre mediación y deporte es que de la mediación dirige posibilitar la búsqueda de acuerdos que permitan mejorar las relaciones.

Queda excluido la posibilidad de llevar a cabo la mediación en casos como: conflictos típicos que provienen de la propia práctica deportiva, conflictos por casos de dopaje, conflictos que surjan por las decisiones tomadas por autoridades deportivas, federaciones deportivas nacionales o internacionales. El TAS ha incluido el proceso de mediación y recoge las normas aplicables al

procedimiento, entre otras, la forma de conducir el proceso, el rol del mediador, la voluntariedad del proceso o el efecto del acuerdo tomado.

El TEAD ha incorporado el procedimiento de mediación, su procedimiento se rige por el Reglamento de Procedimiento de Mediación de la Comisión de Arbitraje Deportivo (CAD) del Comité Olímpico Español y por la legislación vigente en la materia.

Las partes en la mediación son árbitros de sí mismos y la fuerza de su decisión deriva de su propia voluntad expresada en convenio escrito.

Tomando en cuenta lo dicho en el presente capítulo, podemos afirmar que la mediación en el ámbito del deporte tiene un futuro prometedor y, sin duda alguna, ayudará a resolver numerosos conflictos que se presentan en la práctica deportiva y competencias federadas, sea en el entorno local, autónomo, estatal o internacional, que actualmente no son resueltos, o bien, si lo son, no se alcanzan soluciones satisfactorias para las partes implicadas.

Si la Mediación está siendo asumida desde ciertos ámbitos como un sistema óptimo para la gestión y resolución de los conflictos, las instituciones deportivas deberían asomarse a la puerta abierta que supone la Mediación y así, dar respuesta a las controversias surgidas de las relaciones e intereses económicos, personales, incluso interculturales, propias del mundo del deporte; esto es, el conflicto deportivo.

Desde las propias instituciones deportivas, locales, autónomas, nacionales e internacionales siempre se han intentado mantener los conflictos deportivos al margen del ordenamiento jurídico común mediante sistemas de autorregulación, como la denominada disciplina deportiva, la conciliación extrajudicial y el arbitraje deportivo. Pero, ¿qué ocurre con la Mediación?

Cuando a la jurisdicción ordinaria, cada vez más, llegan conflictos a los que las Federaciones no han podido dar respuesta mediante sus sistemas auto compositivos y heterocompositivos, se hace necesario tender la mano a aquéllas, con el objetivo de mostrar los beneficios y ventajas que supondría la adopción de la Mediación como un método alternativo de la gestión de las controversias.

Cada vez se toma conciencia de esta necesidad y acogemos la oportunidad mostrada desde el mundo de la mediación, para impulsar la creación de un sistema que viene a dar respuesta a las disputas que surgen en las relaciones entre los clubs, los deportistas, entrenadores, árbitros, promotores, agentes, patrocinadores, medios de comunicación, compañías aseguradoras, incluso entre las entidades públicas y privadas, comités y Federaciones que giran en torno al mundo del deporte.

Pero la Mediación no sólo es una respuesta al mundo del deporte profesional, sino que también puede aplicarse al ámbito del deporte universitario, escolar, de base, amateur o de veteranos, son las principales instituciones donde los deportistas se forman y aprenden patrones de comportamientos, integración y aceptación, más si cabe cuando cada vez es mayor la presencia de la mujer en el deporte y la de deportistas de otros países.

Y es precisamente en estos ámbitos del deporte, donde la falta de recursos económicos, materiales y humanos o las limitaciones presupuestarias de los clubs, justifican que las Federaciones asuman y ofrezcan una alternativa como la *Mediación*, que ofrece ventajas por su rapidez, flexibilidad, igualdad, por la garantía de confidencialidad, por suponer una solución que se ajusta a las necesidades de las partes y es duradera en el tiempo, o por permitir incluso acuerdos parciales, además de ser la alternativa más barata respecto de otros procedimientos.

Todo ello supone una inmejorable oportunidad para que las Federaciones, asociaciones y clubs, recojan el guante lanzado desde la Mediación, especialmente aquellas que tutelan los deportes de mayor seguimiento en nuestro país, como el Fútbol, el Béisbol, el Box, sin olvidar, por supuesto, el resto de disciplinas.

Pero, ¿cómo? Sin duda, primero conociendo la Mediación, acercándose, promocionando, fomentando y divulgando la Mediación deportiva y finalmente, asumiendo los servicios y protocolos de la Mediación en su normativa, reglamentos y estatutos.

La singularidad del conflicto deportivo ha propiciado que éste sea un ámbito muy permeable a encontrar fórmulas privadas para resolver los conflictos y alejarlos de la complejidad, costo y lentitud de los procedimientos judiciales.

El conflicto deportivo, por norma general, no puede permitirse esperar años para ser resuelto.

Necesita de una pronta respuesta que permita amortiguar, en la medida de lo posible, el efecto que pueda producir en la competencia que está en curso.

La educación y deporte van de la mano ¿Por qué no educar en el mundo del deporte en un nuevo modelo, una nueva vía de entender y resolver conflictos, como es la mediación que surge como una forma alternativa para resolver problemas o disputas? En nuestro país, el concepto de mediación se implementa de forma amplia como en casos escolares, laborales, familiares, comunitarios, y ahora en el deporte.

Dentro del mundo del deporte, no existen muchos espacios de implementación de la mediación, sin embargo, en países europeos como España se vienen realizando cursos y talleres especializados, encuentros, mesas redondas, debates sobre la mediación deportiva como una necesidad inminente en éste contexto, esto es una práctica que se viene gestando desde hace ya un tiempo atrás, de modo que actualmente la mediación en el deporte está teniendo aceptación, son diversos los sitios en este país Europeo en donde se desarrollan estos procesos alternativos de resolución de problemas.

Por ejemplo: en la Universidad de Navarra España se puso en marcha el curso de la especialización en derecho deportivo, “La mediación deportiva: Realidad actual y perspectivas de futuro”. Una de las instituciones que también está a la vanguardia en este ámbito, es la Federación Española de Balonmano, que ha puesto en marcha un servicio de mediación ajeno al comité de competición, con especial atención a la mediación telemática (conjunto de técnicas y servicios que asocian la informática y los sistemas de telecomunicación) ello para lograr un alcance internacional. “Es precisamente el ámbito federativo el que mayor necesidad tiene de implementar la mediación”, María Tato, Presidenta del Tribunal de Arbitraje Deportivo del País Vasco (Recuperado de comunicado de prensa de la Universidad Europea).

Así mismo en Galicia España, el 18 de noviembre de 2016 se realizó la presentación oficial del Programa de Mediación Deportiva. Un programa que pretende ser el principio de la extensión de la Cultura de la Paz en el deporte y una alternativa real a la vía judicial para la resolución de conflictos.

En Puerto Rico, con la finalidad de manejar los conflictos dentro de las instalaciones recreativas y deportivas dependientes de la Administración pública, se elaboró un reglamento de métodos

alternos de solución de conflictos en 2005. En él, se plantea que la mediación como primera vía de solución de conflictos, y en caso de no llegar a acuerdo, las partes podrán acudir a un sistema de arbitraje.

En Argentina, desde los años noventa, se han realizado algunas experiencias de mediación en el fútbol base con la finalidad de erradicar la violencia y fomentar el juego limpio

En EEUU, el Servicio Federal de Mediación y Conciliación, fundado en 1947, ha mediado en los conflictos laborales producidos entre asociaciones de jugadores y propietarios de los clubes en los principales deportes del país. Así, participó en la resolución de los lockouts de la NBA y de la NFL en 2011. (Recuperado de Revista de mediación, “Mediación Deportiva” por Olga Montesinos 2012)

También existen diversos artículos relacionados con el tema como:

La mediación deportiva: hacia un nuevo paradigma de resolución de conflictos, Pérez, N (2012).

La mediación deportiva “Una apuesta al futuro”, Santana, M. (2016).

Mediación Deportiva, Merelles M. (2014)

Mediación deportiva, Montesinos O. (2012)

Igualmente, el texto Mediación y deporte de Pérez- Ugena, M. (2016)

Asociación española de mediación deportiva, Madrid, (2015)

Frente a esta realidad de la mediación deportiva, se busca a través de este proyecto de investigación, llegar a conocer cómo puede aportar la mediación dentro del contexto deportivo universitario. Con lo que se podría realizar un gran aporte a muchas instituciones incluidas las gubernamentales para que se puedan implementar a futuro espacios de mediación deportiva para tratar temas exclusivos en este entorno, interviniendo no sólo en conflictos entre deportistas, sino también discrepancias con, entrenadores, padres de familia y demás personas involucradas al mundo del deporte.

3.3. Definición y perfil del mediador deportivo

Actualmente la mediación cobra importancia como un sistema eficaz en la gestión de resolución de conflictos y por ende las instituciones deportivas han empezado a implementar dicho método para dar respuesta a las controversias surgidas en éste contexto del mundo deportivo, donde se observan dos aspectos significativos que predisponen a los mismos, como lo son, la competencia y la confrontación. En el ámbito deportivo la mediación surge como un método alternativo de resolución de controversias cuyas características indican que son las partes (jugadores, entrenadores, club, directivos, padres, etc.) los que juegan un papel activo en la búsqueda de soluciones a los conflictos con la ayuda de un tercero neutral que es el mediador deportivo.

¿QUÉ NO ES UN MEDIADOR?	¿QUÉ ES UN MEDIADOR?	CARACTERÍSTICAS DEL BUEN MEDIADOR
Aquel que asesora a las partes	Un Profesional del Conflicto	Generador de confianza
El que propone alternativas	Un Facilitador del Dialogo que se ocupa en que los mediados se escuchen	Imparcial, no comprometido con ninguna de las partes
Quien dictamina el que tiene la razón	Conductor del Procedimiento	Oyente activo
El que ofrece la solución a la controversia	Un guía en la búsqueda de soluciones y acuerdos	Empático y persuasivo

Tabla 6 El Mediador. (Elaboración propia).

Por consiguiente, es importante reconocer la figura del mediador deportivo quien implementara la estrategia y método que posibilite, por un lado, prevenir la aparición del conflicto y por otro la resolución del mismo, ¿pero ¿quién es un mediador deportivo? Qué características deberá reunir para considerarlo como tal, que perfil debe poseer, en éste punto se establecen ciertas condiciones que podrían ayudar a la profesionalización en la resolución de los conflictos, por ejemplo:

-Contar con un título profesional que avale que cuenta con una formación superior. (No obstante, la ley permite aún y que no sea un profesional certificarse como mediador)

Esta particularidad permite al mediador deportivo actuar con un criterio amplio en un proceso de mediación puesto que lo acredita y respalda en su caso una profesión alcanzada donde se espera un perfil deseado en el manejo de las relaciones humanas y toma de decisiones.

El propósito de ésta característica es asumir la toma de conciencia, el conocimiento y formación en las técnicas y herramientas propias para ejercer la mediación en la resolución de controversias.

-Capacitación y actualización en mediación deportiva mediante cursos y seminarios cada dos años.

La preparación continua es una de las fortalezas del mediador deportivo, es conveniente asistir a los cursos especializados para estar a la altura de las circunstancias en un proceso de mediación.

En cuanto a las cualidades pretendidas en este mediador que aplicará las técnicas y estrategias de la mediación en el contexto del deporte, aunque sabemos que pueden existir muchas más mencionamos las siguientes.

Atributos y características del mediador deportivo:

Empático: De acuerdo con la real academia española el significado de *empático* es la capacidad de identificarse con alguien y compartir sus sentimientos. El mediador deportivo conectará con las emociones y sentimientos procurando establecer un entorno de confianza en el que las partes en disputa se sientan firmes y seguros en que van a ser escuchados y que van a poder expresar sus opiniones y conceptos libremente.

Congruente: La real academia española define el concepto *congruente* como conveniencia, coherencia, relación lógica. Es importante que el mediador deportivo esté familiarizado con el deporte y sus características, el mediador además de la formación general que lo habilita para llevar a cabo el proceso entre las partes, tenga conocimientos amplios del deporte como fenómeno y del deporte como industria, Nadal, M. (2015)

El mediador deportivo ha de estar atento en la sesión de mediación, además de adaptarse a los cambios de humor y actitud de los intervinientes para descodificar los conflictos, por otro lado, es el creador de un ambiente proactivo y conciliador con la finalidad de establecer una buena

comunicación que permita llegar a un buen entendimiento. Otra característica importante respecto a la congruencia es la honestidad, los ideales y valores deberán estar ordenados y alineados de acuerdo a su actuar en la vida privada y laboral.

Equilibrado: En cuanto al concepto *equilibrado* la real academia española lo define como el disponer y hacer que algo no exceda ni supere a otra cosa, manteniéndolas proporcionalmente iguales. La posición de equilibrio que debe mantener un mediador deportivo respecto de las partes en disputa es fundamental, toda vez que el deporte es pasión, confrontación competitividad, tratará de reducir la tensión causada por enfrentamientos previos y contener los ánimos y actitudes que pudieran poner en riesgo el procedimiento de mediación, establecerá las reglas del proceso desde un inicio, dejando a un lado la postura de autoridad que representa y ubicarse cara a cara con los intervinientes a fin de favorecer el acuerdo.

Creativo: Con respecto al término *creativo*, la real academia española lo define como aquel que posee o estimula la capacidad de creación de invención, etc. La imaginación y creatividad son parte del juego y no es posible separar tales conceptos puesto que son características inherentes del mundo deportivo, en éste contexto el mediador propone ideas creativas, sugerencias y soluciones posibles para ayudar a las partes a resolver el conflicto, dado que el espíritu de la creatividad es el impulso de explorar, el mediador deportivo tendrá las habilidades para desarrollar ideas originales e innovadoras en las partes enfrentadas y así llegar al acuerdo consensuado

Paciente: el concepto de paciencia refiere el hacer cosas minuciosas o saber esperar, en la mediación deportiva, paciencia significa trabajar de manera más profunda con la finalidad de alcanzar el interés común, encaminados a la construcción de un futuro acuerdo. Eso solo se hace sabiendo esperar el momento clave para una intervención oportuna. Un ejemplo fuera de contexto pero que viene al caso por tratarse de deporte y destacar el concepto paciencia, Cuantos entrenadores deportivos se equivocarían menos si tuvieran paciencia en una jugada mal ejecutada, en una decisión mal tomada que redundaría en la posibilidad de que por no saber esperar se nos escapan buenos resultados.

Tolerante: Según el diccionario de la Real Academia Española tolerancia significa, la disposición a ser paciente o indulgente frente a opiniones o prácticas de otros; liberarse de prejuicios o desmedida severidad en el juicio de comportamiento de otros.

El ser empático es un buen comienzo para tolerar a otros en una situación de conflicto, el mediador deportivo entenderá mejor a las partes pidiéndoles su explicación del caso ignorando las diferencias que están presentes en el momento de la mediación adoptando una actitud más abierta a los puntos de vista, actitud y cultura de los intervinientes.

Sentido del humor: El contar con habilidades de adaptación a cada caso que llega a mediación es ya de por sí un punto a favor, pues nos permite implementar acciones encaminadas a la buena conducción del proceso como el sentido del humor, al presentarse momentos de tensión debemos ser prudentes y saber utilizarlo con mucho tacto, romper el hielo, utilizando técnicas de distracción con algo de humor, saber manejar los momentos de tensión y crear comentarios que permitan desfogar la presión, angustia y estrés del momento con el fin de que las partes se encuentren cómodas durante el proceso.

Los mediadores son profesionales que poseen conocimientos académicos suficientes, de distintas aéreas y profesiones para ejercer o desempeñar esta función, sin embargo un mediador puede no saberlo todo hay aéreas que el mediador desconoce y pudiera no dominar, es decir la formación profesional del mediador no lo es todo, se requiere de habilidades innatas, conocimiento del comportamiento humano, comportamiento ético y formación y capacitación continua en los métodos alternativos de solución de controversias.

La mediación es un procedimiento basado en un acuerdo, y a través de un tercero neutral intervenir en un conflicto, en el cual cada parte se compromete a tratar de buena fe para negociar con la otra parte con el fin de resolver una controversia relacionada con el deporte, Montero, J. R. (2015). De acuerdo con Montero, y respecto a una definición del mediador deportivo considerando que pueden existir muchas más, es la siguiente *“un mediador deportivo es un profesional en el manejo y gestión del conflicto que guía a las partes involucradas en la controversia de forma neutral facilitando la función reparadora de las relaciones y comunicación entre las partes”*, conviene subrayar que el principal objetivo de la mediación deportiva es influir a todos los actores deportivos desde una perspectiva amplia sobre el conflicto y la mediación como herramienta indispensable para la resolución del mismo.

Evidentemente la mediación deportiva cuenta con los principios básicos y alcance de la mediación aplicada en otros ámbitos, sin embargo, aquellas personas que deseen incursionar como mediadores deportivos deberán contar con un perfil deseable, es decir cuenten con una formación adecuada, en la que conjunten las competencias teóricas y prácticas de las técnicas y herramientas de la mediación con el mundo del deporte. Por lo que se refiere al entorno deportivo la gestión eficaz de los conflictos es determinante para la buena marcha y desarrollo de los equipos deportivos ya sea de conjunto o individuales, un trámite o gestión equivocada puede influir psicológicamente de manera negativa en todos los actores deportivos y el rendimiento se verá disminuido.

Otro punto importante en cuanto al mediador deportivo, es el que se refiere a las emociones en el deporte, consideramos que dentro del perfil deseable para el mediador deportivo se requieren habilidades en cuanto al conocimiento del comportamiento humano en situaciones de crisis, dicho de otra manera, el poseer conocimientos básicos de la conducta humana favorecerá exitosamente el acto de la mediación deportiva puesto que coadyuvaría de manera importante en distinguir las variables psicológicas que se encuentran presentes en una mediación.

Sin duda alguna, este factor ayudará a resolver numerosos conflictos que se presentan en la práctica deportiva y que actualmente no alcanzan su resolución ,o por otro lado, no se alcanzan resoluciones convenientes en las partes implicadas del conflicto, con esto queremos decir que las emociones se encuentran inmersas en el proceso de la mediación, cuando estas se encuentran en un estado alterado, es conveniente mantener el control emocional de las partes, incluso del mediador mismo quien no está exento de poder pasar por una transferencia emocional que pudiera complicar el proceso de mediación, por consiguiente uno de los requerimientos básicos en el mediador deportivo es el manejo de control de emociones y esto se da conociendo el comportamiento humano en situaciones de crisis, por ejemplo el **control de la ira** cuándo está presente en una mediación.

La ira expresada en un procedimiento de mediación, independientemente de ser una emoción que se puede tratar en terapia psicológica, deberá ser identificada y manejada por el mediador deportivo, así como las emociones exacerbadas con la intención de allanar el camino y tender puentes para una comunicación efectiva en el proceso de mediación.

"La mediación no es una terapia, los terapeutas son los psicólogos. Nadie puede ir a mediación a buscar terapia, pero sí tiene un efecto terapéutico en las personas. Mérida, A. (2015)

La mediación en este contexto se convierte en un factor necesario para disminuir la ira y cambiar las actitudes violentas transformando la situación presente en una comunicación de entendimiento y control emocional. La ira puede ser eliminada o redirigida con el propósito de inhibir o reprimir la rabia y convertirla en una conducta más constructiva.

Otra característica requerida en cuanto al perfil del mediador deportivo, es que éste debe ser externo, independiente y neutral, esta particularidad es esencial en la mediación, el mediador estará plenamente identificado con estos principios, además como comentamos antes, de un título universitario que dé cuenta de su formación profesional, así como la formación específica para ejercer la mediación con la consecuente capacitación y actualización de este rol al menos cada dos años.

Por otra parte el mediador deportivo deberá mostrar evidencia y confirmar que es independiente, dará cuenta ante cualquier eventualidad que pudiera generar algún conflicto de intereses o que pueda perjudicar su posición neutral, por ejemplo: un mediador deportivo que también es directivo de un club no debe actuar como mediador de su equipo donde aparece el problema, en este caso no aplica la mediación puesto que existe una relación, igualmente si ha estado empleado por una de las partes en conflicto, o bien que exista algún vínculo personal o familiar.

Capítulo 4: Los factores emocionales y el rendimiento en el deporte, una interacción causal para el proceso deportivo

Antes de implicar la emoción en el deporte resulta conveniente definir el concepto es “un sentimiento que afecta a los propios pensamientos, estados psicológicos, estados biológicos y voluntad de acción” (Goleman, D.1996).

Las emociones tienen una gran importancia y utilidad en nuestras vidas, puesto que nos ayudan a responder a lo que nos sucede y a tomar decisiones, mejoran el recuerdo de sucesos importantes y facilitan nuestras relaciones con los demás. No obstante, también pueden hacernos daño cuando suceden en el momento inapropiado o con la intensidad inapropiada, (Muñoz, A.2016).

Las emociones son definidas como un estado mental que surge espontáneamente, en vez de ser un esfuerzo consciente, y frecuentemente está acompañado de cambios fisiológicos, psicológicamente, las emociones alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas en la jerarquía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria.

Durante mucho tiempo las emociones han estado consideradas poco importantes y siempre se le ha dado más relevancia a la parte más racional del ser humano. Pero las emociones, al ser estados afectivos, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. De todas formas, es difícil saber a partir de la emoción cual será la conducta futura del individuo, aunque nos puede ayudar a intuirlo.

Apenas tenemos unos meses de vida, adquirimos emociones básicas como el miedo, el enfado o la alegría. Algunos animales comparten con nosotros esas emociones tan básicas, que en los humanos se van haciendo más complejas gracias al lenguaje, porque usamos símbolos, signos y significados, (Hafsa, M. 2015).

Cada individuo experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje, carácter y de la situación concreta. Algunas de las reacciones fisiológicas y comportamentales que desencadenan las emociones son innatas, mientras que otras pueden adquirirse

Cada que hablamos de las emociones diríamos que lo primero que se nos viene a la mente son los sentimientos, sensaciones en el cuerpo, o lo reducimos al simple hecho de estar felices o tristes, incluso llegamos a juzgar a los demás al observar que no demuestran sus emociones o por el otro extremo, que exageran o demuestran de más estas mismas y catalogamos a los demás; los reprimidos y los dramáticos. Pero ¿que son en realidad las emociones? ¿Qué tipos de emociones y cuantas existen? ¿Demostrarlas es bueno o es malo?, y en el deporte ¿existe algún código o lineamiento que nos diga lo que se debe o no hacer con ellas? Estas son algunas de las cuestiones que se intentara explicar a lo largo de este capítulo desde una perspectiva cognitiva conductual debido a que el hablar de emociones nos abarcaría una tesis completa y más aún reducirla al ámbito deportivo, puesto que aun hoy en día sigue siendo un tema interesante pero no del todo estudiado.

Las emociones han existido desde siempre, desde los inicios de la humanidad, sin embargo, no sabíamos definir eso que se expresaba, que se sentía y no se podía controlar ni ocultar. Desde el inicio de los grandes filósofos se creía que las emociones violentas o agresivas eran producto de espíritus malignos y lo tomaban como posesiones demoniacas.

De Sócrates la frase "Conócete a ti mismo", lo que entendemos como conocer nuestro mundo interior en el humano, sus sentimientos y emociones. Con Platón el miedo y el placer están presentes en su trabajo de "República". Pero Aristóteles en otro trabajo "Ética a Nicómaco" se refiere más a la necesidad de comprender sobre la cólera en el comportamiento humano. (Souza. 2011).

Para Descartes, en el alma es dónde están ubicadas las emociones, definidas como alteraciones pasivas resultado de los espíritus animales que activan el cuerpo empleó incluso en el estudio de las emociones aspectos fisiológicos como lo es la excitación física la percepción, lo que de una cierta manera contribuyó para el desarrollo de teorías posteriores tanto en el ámbito fisiológico como cognitivo (Souza, 2011).

James (1884/1985: 59) señaló que los cambios corporales siguen directamente a la percepción del hecho desencadenante, nuestra sensación de esos cambios según se van produciendo es la emoción, es decir, que las respuestas de los cambios fisiológicos son el desencadenante de alguna

alteración de orden psicológico, de esta manera la emoción es considerada como una percepción que el individuo tiene de los cambios físicos automáticos.

Analizando las diferentes perspectivas podremos observar la diferencia al delimitar el significado de las emociones, pero más aún del origen de las mismas en la antigüedad hasta lo que es ahora nuestra corriente. Es aquí donde las emociones dejan de ser algo que no se observa y pasa a formar parte del repertorio de la personalidad conformado por conductas las cuales son observables.

“La expresión de la vida emocional y motivaciones de la mente se ha descrito como uno de los grandes logros en la historia del pensamiento humano, pero es posible que haya sido uno de los grandes desastres. En su búsqueda de explicación interna, apoyada en el falso sentido de causa asociada a los sentimentalismos se ha oscurecido los antecedentes ambientales que habrían conducido a un análisis más efectivo” (Skinner, 1977: 153).

Skinner no apoyaba la idea que algunos de sus colegas se empeñaran en buscar algo no visible en el interior cuando él demostraba que todo estaba externado en el medio ambiente y en el cuerpo. Tomando en cuenta la diversidad de puntos de vista acerca de las emociones podemos optar por definir las emociones analizando los diferentes componentes que intervienen en ellas.

En este sentido se puede afirmar que las emociones son respuestas a estímulos significativos que se producen en tres sistemas o componentes: (1) el neurofisiológico - bioquímico, por ejemplo, cuando sentimos miedo: aumenta la frecuencia cardíaca, la respiración acelerada, dilatación de la pupila, sudoración de manos, tensión de músculos, segregación de adrenalina y aumento de glucosa en la sangre, etc. (2) el motor o conductual (expresivo), por ejemplo, expresiones faciales, movimientos corporales, conducta de aproximación - evitación, conducta verbal y (3) el cognitivo experiencial (subjetivo) se relaciona con el reconocimiento consciente que hacemos de nuestro estado emocional, es decir, con la “etiqueta” que le ponemos para identificarlos, por ejemplo decir que “soy feliz”, que “tengo miedo” o que “me siento culpable”.

Sin embargo, de igual manera como encontramos diferentes definiciones de las emociones, así también existen diversas clasificaciones respecto a las mismas y se puede creer que en todas ellas

siempre habrá alguna emoción que pueda faltar. En este capítulo utilizaremos la clasificación de Damasio (2010) separadas en emociones primarias o básicas, emociones secundarias y las autoconscientes o cognoscitivas.

Las emociones primarias o básicas, son aquellas que se dan en todos los seres humanos serían el miedo, enfado, tristeza y alegría/felicidad, a las que pueden añadirse el asco y la sorpresa que son acciones desencadenadas por un objeto o suceso identificable como un estímulo emocionalmente competente (Ekman, Levenson y Friesen, 1983; Damasio, 2010; Prinz, 2010). Tienen un claro fin social y de salvaguarda personal, aunque su producción y manifestación puede alterarse en función del nivel de desarrollo cognitivo y cultural que tengan las poblaciones humanas.

Las emociones secundarias se construyen a lo largo del desarrollo ontogenético, (proceso biológico de formación y desarrollo de todo ser vivo, desde que se forma el huevo fecundado hasta que el individuo alcanza su madurez) y parecen estar más ligadas al desarrollo cognitivo-cultural que a los procesos evolutivos. Se activan de una manera relativamente lenta, no tienen una expresión facial reconocible, comparten patrones de reactividad autónoma con otras emociones y pueden estar asociadas con un amplio rango de estímulos, incluyendo conceptos abstractos. (Damasio, 2010).

Su desarrollo a partir de diversas combinaciones es muy complejo, por lo que en su exposición no se puede obviar un importante componente subjetivo en su elaboración. Una clasificación podría ser: de la *alegría* (amor, placer, diversión, euforia, entusiasmo y gratificación); del *asco* (repugnancia, rechazo, antipatía, disgusto y desprecio); del *enfado* (cólera, rencor, odio, irritabilidad, rabia e impotencia); del *miedo* (angustia, desasosiego, incertidumbre, preocupación, horror y nerviosismo); de la *sorpresa* (desconcierto, sobresalto, admiración y asombro); de la *tristeza* (pena, soledad, pesimismo, compasión y decepción).

Siguiendo a Damasio, existen otra serie de emociones secundarias que no se derivan directamente de las emociones primarias, sino que son consecuencia de la socialización y del desarrollo de la autoconciencia, siendo muy susceptibles de variaciones socio-culturales. Serían las llamadas emociones autoconscientes o cognoscitivas superiores. Como ejemplo tenemos la culpabilidad, el desconcierto, el orgullo, la envidia y los celos.

La parte respondiente de las emociones es dirigida por el sistema nervioso autónomo encargado de las actividades fisiológicas como por ejemplo la respiración, el ritmo cardiaco, sudoración, etc. Es gracias a esto que nosotros respondemos de manera correcta al presentarse ciertas situaciones como, por ejemplo, correr al estar en peligro, gritar al sentir dolor, etc. Y aprendemos a describir todas estas reacciones y componentes de nuestras emociones como sentimientos. En otras palabras, el cuerpo responde de forma fisiológica al experimentar emociones.

4.1 Las emociones en el deporte

Cuando nos enfrentamos a algún evento que causa emociones experimentamos una reacción autónoma y muestras de emoción, la forma en que reaccionamos es gracias a nuestras experiencias de aprendizaje operante, (Damasio, 2010). Así como también ciertas reacciones manifestadas suelen ser universales sin embargo dependerá mucho de la cultura en la que la persona se desarrolle, dado que las emociones conforman una parte importante y constitutiva de la subjetividad del ser humano, están siempre presentes en todos los actos de nuestra vida, por supuesto también en el deporte.

Algunas son emociones que influirán positivamente y otras negativamente: tanto unas como otras intervienen y afectan en la performance, para mejorar el rendimiento y, por ende, el resultado, y otras lo empeoran hasta lograr paralizar al deportista.

Hay emociones que no provienen del deporte ni del campo de juego mismo, pero que igualmente influyen. Por ejemplo, si ha habido un problema familiar, dificultades de convivencia con el equipo, no va a jugar de la misma manera que se acaba de recibir una buena noticia o si se siente integrado y contenido por sus compañeros de juego, (Dávila, M.2009).

Las emociones juegan un papel preponderante en el contexto deportivo ya que depende en gran medida el estado anímico, la actitud, coraje y arrojo con que enfrenta la competencia un jugador llevándolo al triunfo o fracaso, de tal forma que mucho dependerá del manejo emocional del propio deportista.

La influencia negativa de las emociones a la hora de los entrenamientos o competencias suelen aparecer, es necesario ocuparse intensamente del tema de la concentración desde un trabajo en

equipo entre el DT, preparador físico y psicólogo. Cada uno, aportará desde su saber, los elementos que considere adecuados en cada caso, para evitar la dispersión. (Dávila, M.2009).

El trabajo psicológico resulta útil en los casos donde el deportista se encuentra emocionalmente inestable, ya sea por miedos, ansiedad, falta de concentración ya que ayuda a reorientar la focalización de la atención hacia las ejecuciones deportivas, las emociones en el deporte si no se encuentran en equilibrio traerán como consecuencia errores en la práctica deportiva.

Por otra parte las emociones pueden y deben entrenarse si se pretende mejorar el rendimiento deportivo, se “deben” entrenar, porque en el deporte de alto rendimiento hay más exigencias puesto que se requieren resultados que favorezcan a la institución, al entrenador y por supuesto a la trayectoria del deportista, desde luego que para que esto funcione dependerá de técnicas y estrategias motivacionales que permitan la estabilidad emocional en aquellos casos donde se encuentre el ánimo y actitud por debajo de lo esperado debido a factores que pudieran perjudicar el rendimiento deportivo como, ansiedades, terrores, depresiones y agresividad, entre otros.

Cuando se entrena, se compite y se gana o se pierde, se logran marcas, se reclasifican, tienen logros o no alcanzan el mínimo para una competencia en la que se sentían seguros, son algunas de las situaciones que tanto para los atletas como para los entrenadores son muy conocidas. La diferencia que logra mejores resultados es el conocimiento de las emociones y el manejo de éstas, para lograr la autorregulación –habilidad fundamental en deportistas y entrenadores de alto rendimiento (Cerviño, M. 2014)

Uno de los grandes retos de los Deportistas y Entrenadores es precisamente, conocer, analizar, procesar y poner en práctica las habilidades que les permitan relacionarse -de manera efectiva- con las personas que, también inmersas en sus emociones, estarán en contacto con ellos día con día, promoviendo así la permanencia en la actividad física y el deporte.

Otra de las causas de que estas emociones en los atletas se manifiesten es la administración de los reforzadores y castigos. La presentación de reforzadores causa la felicidad de los atletas al ganar una medalla, recibir halagos del entrenador o algún bono deportivo. Así como también la aplicación de algún castigo desencadenara la emoción de enfado o disgusto por parte de los atletas, por ejemplo, al golpear su cuerpo con la raqueta, maldecirse a sí mismo o al entrenador, etc.

Las emociones son la manifestación corporal de los sentimientos. Los sentimientos son elementos de información inscritos en la mente, que al ser activados crean sensaciones placenteras o displacenteras y que dan significado a nuestros pensamientos, percepciones y sensaciones internas. (Cerviño, M. 2014).

Es ahí donde nos interesa analizar detenidamente este tema con los deportistas, ya que las emociones tienen gran influencia en el rendimiento antes, durante y después de una competencia. Afortunadamente para la psicología en el deporte, es una gran área de oportunidad y campo de trabajo, puesto que al implementar acciones encaminadas a la enseñanza y aprendizaje del control de emociones tanto positivas como negativas en los deportistas, traerá como consecuencia mejores resultados en su aplicación.

En cuanto a la influencia de las emociones en la toma de decisiones se encuentran los estados afectivos positivos que suponen un procesamiento de la información más esquemática; en cambio, los estados afectivos negativos suponen un procesamiento de la información más detallado, (Cerviño, M. 2014). Así, si un jugador tiene un estado afectivo positivo tenderá a decidir rápido y lanzar a canasta; en cambio, un jugador con un estado afectivo negativo puede pensárselo dos veces y al lanzar más tarde, da tiempo a que llegue el defensor.

Así también las emociones de alta activación como el enfado, ira, euforia, entre otras, tienden a favorecer la impulsividad, impidiendo la valoración de las consecuencias de nuestros actos y haciéndonos perder el control. Por ejemplo, una discusión o pelea por un choque entre jugadores. Una forma de evitar estas situaciones desagradables es favorecer la enseñanza de habilidades de autocontrol.

El trabajo con emociones es muy habitual en la psicología del deporte. Las personas nos vemos continuamente influidas por las circunstancias y particularidades de cada situación, lo cual fomenta el desarrollo de la "Inteligencia Emocional".

Este concepto fue popularizado por el psicólogo Daniel Goleman y hace referencia a la capacidad de reconocer y manejar adecuadamente los sentimientos y emociones, tanto los propios como los ajenos. Según Goleman, la inteligencia emocional implica 5 capacidades básicas: descubrir las

emociones y sentimientos, reconocerlos, manejarlos, crear una motivación propia y gestionar las relaciones personales. (Borja, Franganillo. 2015)

Las principales emociones trabajadas en el ámbito deportivo son la ansiedad, el estrés competitivo y el burnout. La ansiedad es un estado emocional negativo que incluye sensaciones de nerviosismo, preocupación, y aprensión, relacionadas con la activación o el *arousal* del organismo.

El *arousal* es “una activación general fisiológica y psicológica del organismo, variable a lo largo de un continuo que va desde el sueño profundo hasta la excitación intensa.” (Gould y Krane, 1992). La ansiedad la forman dos componentes: la ansiedad cognitiva (pensamientos, preocupaciones, etc.) y la ansiedad somática (sensación física, activación).

Las emociones son fisiológicas, cognitivas y expresivas, para trabajar con ellas, se han de tener en cuenta estos tres componentes de la emoción: el fisiológico (nivel de activación, arousal), el cognitivo (pensamiento e imágenes) y el expresivo (acción física y/o verbal). Como ya se ha visto con anterioridad Hablar de las emociones en el deporte es un tema muy amplio. Dependiendo del deporte, experimentamos emociones diferentes.

Un ejemplo son los deportes de riesgo que nos llevan a experimentar emociones como el miedo y la ansiedad, el miedo es la emoción más intensa, su función es buscar la estrategia para sobrevivir.

En el deporte es un miedo provocado y que, en gran medida, podemos controlar. También podemos experimentar emociones diferentes si se trata de un entrenamiento o estamos en plena competencia. Los nervios previos a una competencia son generados por nuestros pensamientos, la concentración forma parte de la vida deportiva y aprender a gestionar nuestras emociones es el primer paso para conseguir un equilibrio mental y emoción.

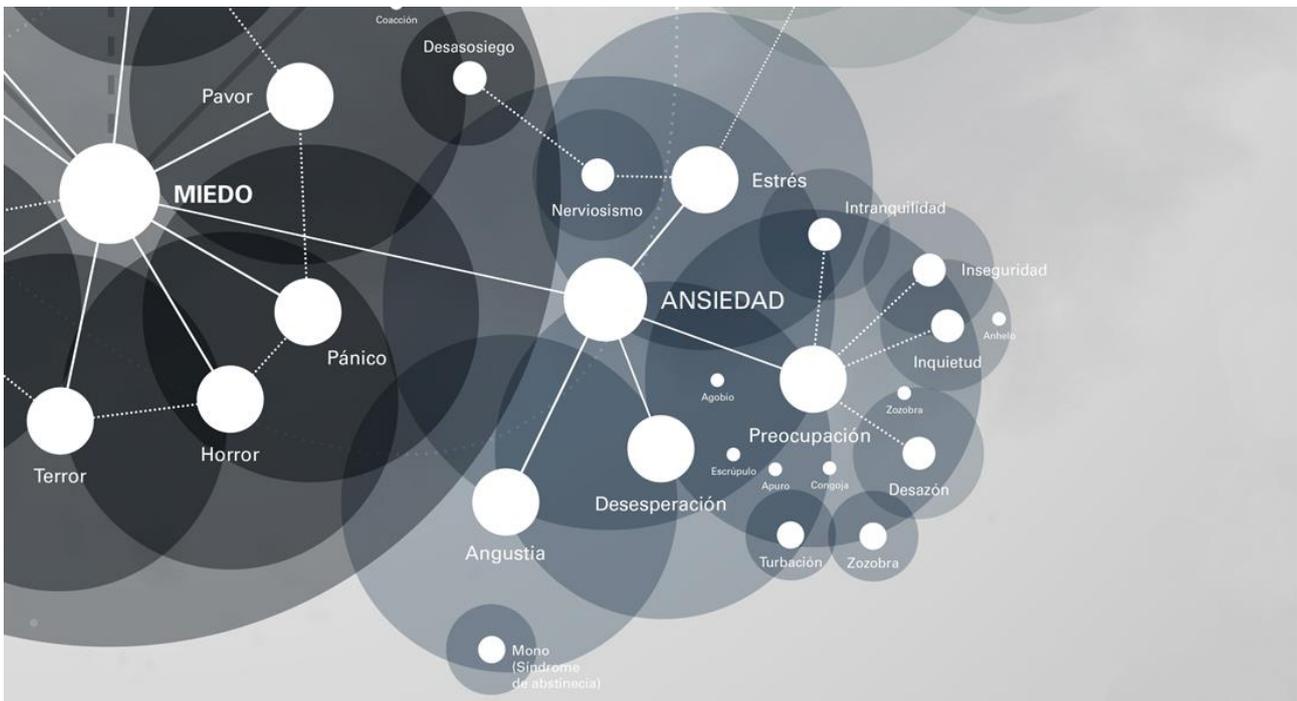


Ilustración 2 Las emociones, (Recuperado deuniversodeemociones.com, 2016.)

Los deportistas experimentan una gran diversidad de emociones en competencias o entrenamientos, sobre todo si está en juego una final, las emociones negativas tales como pánico, apatía, nerviosismo, pavor, entre otros, si no son controladas, difícilmente se lograrán buenos resultados.

Las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida y de dominar los hábitos mentales que favorezcan su propia productividad; las personas que no pueden poner cierto orden en su vida emocional libran batallas interiores que sabotean su capacidad de concentrarse en el trabajo y pensar con claridad, (Goleman, D.1996).

Para hablar de las emociones es pertinente citar algunos conceptos vertidos sobre la inteligencia emocional de Daniel Goleman y relacionar dichos conceptos con el contexto deportivo.

Emoción es aquella perturbación fisiológica que nos impulsa a la acción. Emoción es lo que nos permite comunicarnos y adaptarnos al entorno. Emoción es el punto de encuentro entre la mente y el cuerpo. Las emociones se representan en el escenario del cuerpo y están presentes en todos

los procesos físicos y mentales del ser humano. Su identificación, su uso, su comprensión y su gestión, en nosotros mismos y en los demás, es lo que los estudiosos han definido como Inteligencia Emocional (Fernández. 2015).

La Inteligencia Emocional y el Deporte están íntimamente relacionados, porque muchas de las técnicas psicológicas como la relajación, la concentración, la visualización, el establecimiento de objetivos son aplicadas en el mundo deportivo, hasta tal punto que cada vez más los clubes, las federaciones e incluso los entrenadores están contratando más y más profesionales de la psicología para que implanten estas técnicas y se pueda mejorar el rendimiento de los deportistas. (Villanueva, 2014).

Las emociones juegan una parte integral del desarrollo y rendimiento deportivo. En lo que respecta a la Inteligencia Emocional, los investigadores de la Psicología del Deporte, en los últimos años, han llegado a la conclusión de que puede considerarse como un constructo importante en el ámbito deportivo. Componentes de la Inteligencia Emocional como el *percibir emociones* y *controlarlas* son consideradas como muy importantes para poder incrementar el rendimiento.

Tradicionalmente, los programas de preparación y entrenamiento del deportista, en especial para el alto rendimiento, se han preocupado mucho más por el progreso técnico y la mejora de la forma física que por el desarrollo de los factores psicológicos (emociones, motivación, transmisión de una buena comunicación y empatía por parte del entrenador, etc.). Sin embargo, las altas exigencias de la competición, el elevado nivel de compromiso personal y la necesidad de estar rindiendo siempre al máximo han hecho que la preparación psicológica del deportista se convierta en algo tan imprescindible como son la preparación física o la preparación técnica. (Villanueva, 2014).

De hecho, como las diferencias en destreza y preparación física entre los atletas son cada vez menores, tendiendo a igualarse en la elite, los especialistas han llegado a la conclusión de que es la preparación psicológica la que permite al deportista "*jugar con ventaja*" y obtener el máximo rendimiento deportivo. Actualmente esto se podría comprobar, ya que están empezando a ser conscientes (federaciones, clubes, los propios entrenadores, deportistas, etc.) de que los factores

psicológicos juegan un papel primordial en la ejecución motora, técnica y táctica de carácter deportivo.

4.2. Motivación

Las teorías de la motivación en Psicología han sido de gran interés para el conocimiento humano. A la hora de estudiar la motivación se han producido diversos enfoques que abarcan desde las teorías de la motivación humana, teorías de la motivación en el trabajo, teorías de la motivación del aprendizaje hasta teorías de la motivación más significativas entre otras, Condori, R. (2012).

Por ejemplo: La explicación más convincente sobre los efectos de la motivación en los individuos fueron formulados por el psicólogo Abraham Maslow y la famosa Pirámide de Maslow, la jerarquía de necesidades humanas, conforme se satisfacen las más básicas, se desarrollan necesidades y deseos más elevados, existirá mayor motivación por lo que buscan que por lo que ya tienen.

4.2.1. La jerarquía de necesidades de Maslow:

Afirma que los seres humanos tenemos una escala de necesidades que debemos cubrir, para ello, Maslow elabora una pirámide en la que hay 5 necesidades:

- Necesidades fisiológicas: respirar, comer, dormir, beber, procrear.
- Necesidades de seguridad: empleo, seguridad física, familiar, moral, de salud.
- Necesidades de afiliación: amistad, afecto, amor, intimidad sexual.
- Necesidades de reconocimiento: éxito, logro, respeto, confianza.
- Necesidades de autorrealización: moralidad, creatividad, falta de prejuicios.

En la base están las necesidades fisiológicas y en la cúspide las de autorrealización. Es necesario cubrir todas las necesidades desde la base para poder pasar a las siguientes. Es decir, hasta que no se cubran las necesidades fisiológicas no se podrán pasar a las de seguridad y así consecutivamente.

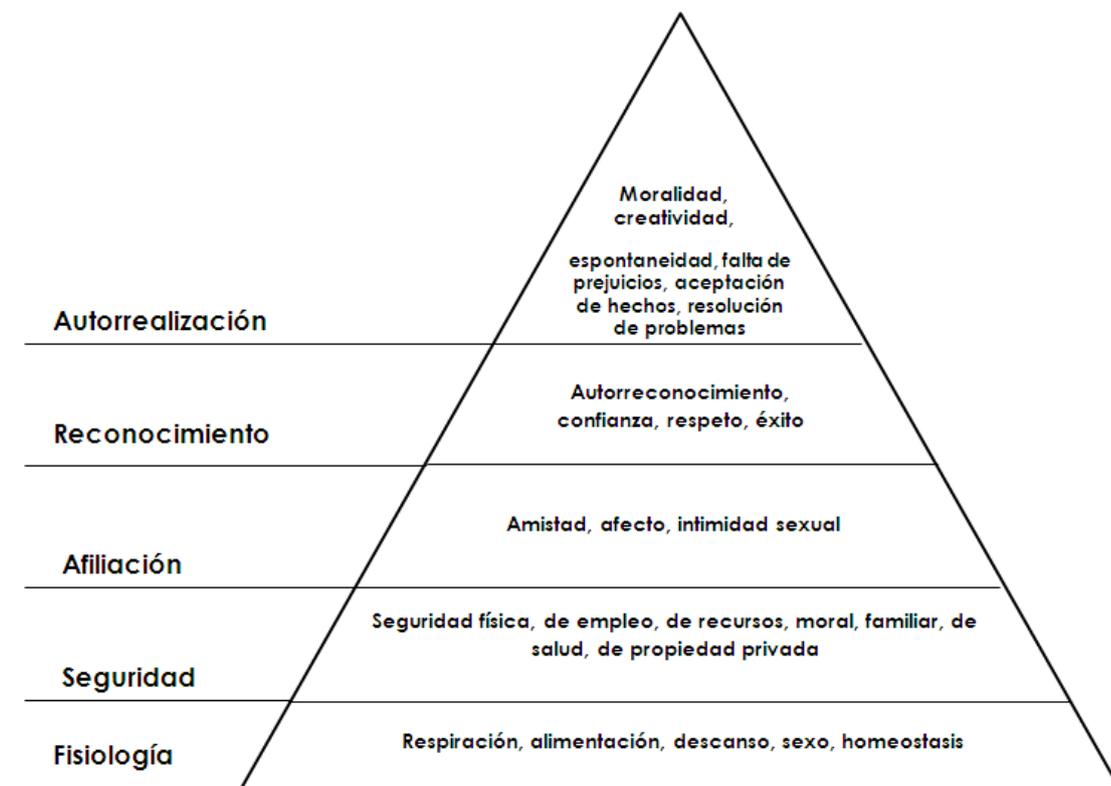


Ilustración 3 Jerarquía de necesidades de Maslow. Extraído de: <https://psicologiaymente.net/psicologia/piramide-de-maslow>.

Maslow afirmó: *“Un músico debe hacer música, un artista debe pintar, un poeta debe escribir, si quiere finalmente sentirse bien consigo mismo. Lo que un hombre puede ser, debe ser”*.

Con ello, Maslow da a entender que no todos los hombres estarán motivados a satisfacer las mismas necesidades, por lo que está en cada uno satisfacer las necesidades que crea oportunas para llegar a su propósito. Entonces dependerá exclusivamente de las personas el descubrir sus propios intereses para llegar a los objetivos planeados de acuerdo a su escala de necesidades, pues como expresa Maslow si tú puedes ser, entonces debes ser, pero esto en la medida de esa introspección que realice cada persona para dar el paso en la dirección correcta con la finalidad de alcanzar la motivación y sentirse bien consigo mismo.

4.2.2. Los tres factores de McClelland:

Su teoría centra la atención sobre tres tipos de motivación:

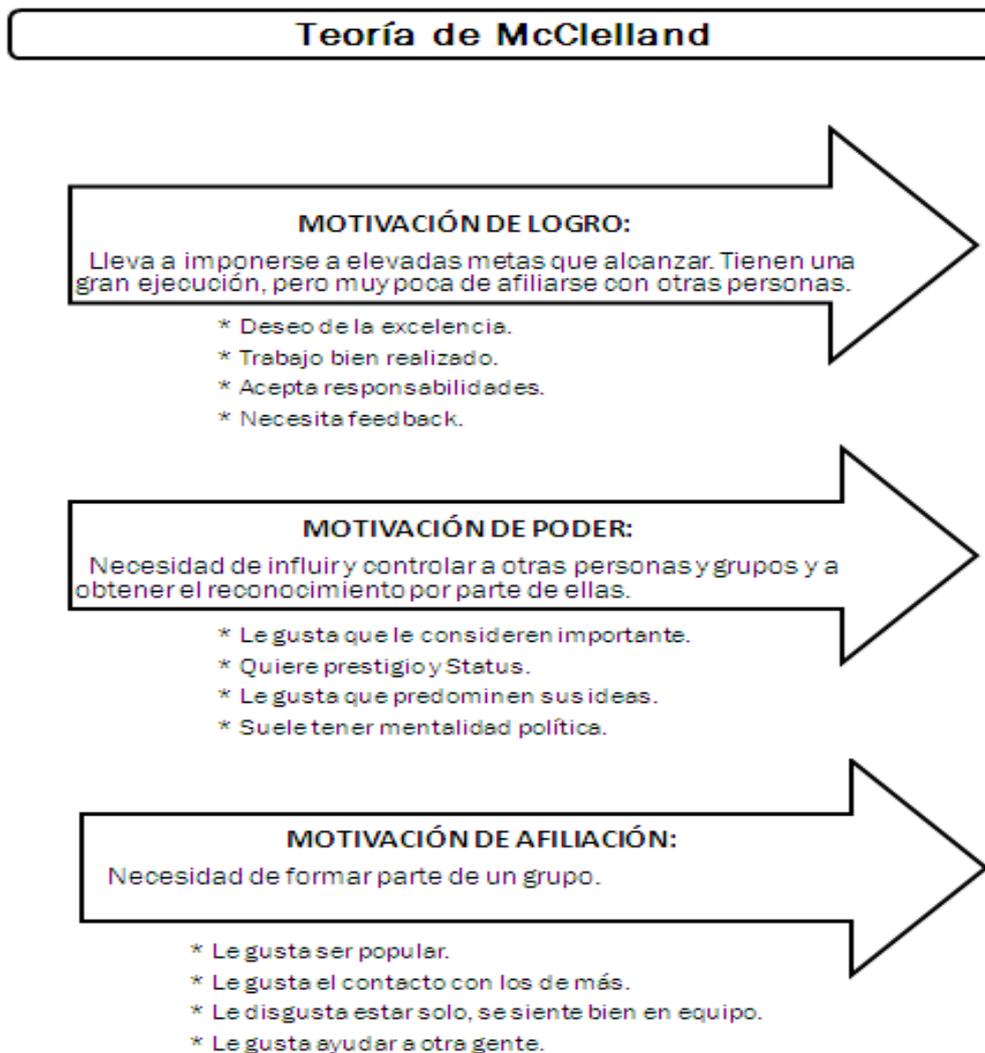


Ilustración 4 Los tres factores de McClelland. Extraído de: mariug.blogspot.com/2013/02/teoria-de-mcclelland.htm

Logro: se trata del impulso de obtener éxito y destacar. Y por tanto la motivación surge de establecer objetivos importantes, apuntando a la excelencia, con un enfoque en el trabajo bien realizado y la responsabilidad. Las personas dominadas por esta necesidad viven para el éxito, necesitan recibir retroalimentación positiva con frecuencia y en general, prefieren trabajar solas a trabajaren equipo, (Pulido, F.M. 2014) en el contexto del deporte la motivación de Logro la poseen

deportistas con un alto grado de compromiso , muchos con ésta característica escogen deportes individuales en lugar de los deportes en conjunto, lo prefieren así que escoger un deporte de conjunto, demandan ser retroalimentados para convencerse de sus logros, se exigen mucho pero siempre con una actitud de ser los mejores, es una orientación hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, la persistencia a pesar de los fracasos y la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas, la motivación de Logro y la competitividad no sólo tienen que ver con el resultado final o la búsqueda de la excelencia, sino también con la ruta psicológica como el autocontrol y la autoestima puestos en marcha para llegar hasta allí, según esta teoría, desarrollada por Atkinson y McClelland, el deporte es un entorno considerado “de logro”, pues se participa de forma competitiva con otros y se busca ante todo conseguir una cierta excelencia. Por si esto fuera poco, las ejecuciones de los deportistas se ven evaluadas continuamente por público, periodistas, entrenadores, familiares y todo tipo de personas vinculadas con la actividad. (Monroy, A. Sáez.2012).

En un entorno así, los deportistas acaban siendo movidos por factores personales, como pueden ser los de conseguir el éxito o evitar el fracaso, y por factores situacionales, como la probabilidad de conseguir dicho éxito y el incentivo asociado al mismo o a la derrota la motivación de logro es, en definitiva, el resultado de la interacción de los dos tipos de factores personales y situacionales, es entonces aquellos casos donde el deportista busca el éxito, ser lo mejor que pueda ser y hacer hasta donde pueda para poder destacar en su deporte.

En síntesis, McClelland, junto con sus ayudantes, desarrolló esta teoría basada en tres necesidades: logro, poder, y afiliación, el deporte obviamente puede proporcionar debido cumplimiento a todas ellas, pues a través de él se pueden lograr una serie de objetivos, superando a los adversarios o los propios registros personales, a la vez que se interactúa con otras personas en las que, además, se puede influir para que se comporten de forma distinta a la habitual.

Poder: De acuerdo con McClelland, se trata del impulso de generar influencia y conseguir reconocimiento e importancia. Se desea el prestigio y el estatus, las personas que se guían por esta necesidad disfrutan con la responsabilidad, los altos cargos y tratan de influir en los demás, se preocupan más por lograr dicha influencia que por su propio rendimiento, en este tipo de necesidad se ocupan más de destacar de manera personal se sienten mucho mejor al ser admirados y que dependan de ellos.

Las personas motivadas por esta necesidad llegan a ser excelentes líderes deportivos si sus aspiraciones van encaminadas hacia el poder de alguna institución más que hacia el poder de su propia persona por ejemplo como entrenador o directivo de algún equipo deportivo, al lograr cierto poder institucional logrará influir en la conducta de los demás. Dicho de otra manera, estas personas buscan el poder por otras vertientes de liderazgo y al alcanzarlas son aceptadas por los demás compañeros del equipo favoreciendo su posición de liderazgo debido a su desempeño y trayectoria deportiva.

Sin embargo, existe un riesgo y estará presente si el deseo va encaminado a la propia satisfacción personal redundara en la posibilidad de obtener bajo rendimiento deportivo al no actuar ni participar en equipo, las individualidades en las ejecuciones deportivas merman el trabajo colaborativo que se requiere en el deporte, dichas acciones traerán como consecuencia malos resultados, así como una imagen poco favorable para el equipo y la institución que representa.

Afiliación: Por el contrario, a la motivación anterior (poder) en este caso de motivación por afiliación se trata del impulso de mantener relaciones personales satisfactorias, amistosas y cercanas, sintiéndose parte de un grupo, de un equipo como lo es en el deporte. Se busca la popularidad y ser tomados en cuenta además de tener contacto con los demás y sentirse útiles a otras personas, es decir implicándose en los demás miembros del equipo. Este tipo de personas valoran más la cooperación que la competencia, son altamente colaborativas y acatan las normas, su meta es la integración y la valoración positiva por parte de sus compañeros.

"La motivación por afiliación es un impulso que mueve a relacionarse con las personas". Las comparaciones de los empleados motivados por el logro o el triunfo con los que se inspiran en la afiliación, mostrarán la manera en que estos dos patrones influyen en la conducta. (Quesada, L.A, 2007)

Los jugadores, deportistas o atletas motivados por afiliación tratan de sobresalir al observar los movimientos, jugadas, ejecuciones que culminan en éxito por parte de sus compañeros y se apasionan por el triunfo, trabajan con mayor esfuerzo cuando son tomados en cuenta por su propio entrenador, cuando reciben retroalimentación en el momento de una buena jugada o una buena ejecución deportiva.

Por otra parte, los deportistas con pertenencia al equipo tienen motivaciones de afiliación y la resultante será que tendrán mejor rendimiento deportivo toda vez que reciba felicitaciones por su desempeño y colaboración al equipo deportivo que pertenezca.

Por un lado destacamos que hay una diferencia entre Las personas motivadas por el logro que son las que seleccionan asistentes competentes y comprometidos hacia el triunfo no importando los sentimientos personales que tengan hacia ellos, en este punto cabe destacar que no importa si el jugador cae bien o mal al equipo, lo importante es que es un deportista que juega muy bien y hay que conservarlo en el cuadro titular puesto que la finalidad en la motivación de logro es por ejemplo el conseguir el campeonato. Por otro lado, los que se sienten motivados por la afiliación, seleccionan amigos para rodearse de ellos. Sienten una satisfacción interna mayor al encontrarse entre conocidos.

El Significado del logro

Las personas afrontan las situaciones de riesgo con:

- Distintos niveles de expectativas: expectativas de éxito y fracaso.
- Sistemas de creencia sobre la valía personal: distinguiendo entre su consideración como una cualidad fija y estable (inteligente), o por el contrario como habilidades específicas, flexibles y fáciles de modificar (el esfuerzo).

MOTIVACIÓN AL LOGRO	
<i>Motivos de logro</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Necesidad de conseguir éxito ▪ Necesidad de evitar el fracaso
<i>Procesos de atribución causal</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Locus de contexto externo ▪ Locus de contexto interno
<i>Metas</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De aprendizaje: centradas en el placer de ejercitar las propias habilidades ▪ De ejecución: Centradas en demostrarla capacidad personal

Tabla 7 Motivación al logro. (Elaboración propia).

La Motivación de afiliación: Tiene que ver con el deseo de sentirse parte de un grupo. Ser socialmente aceptado.

CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS CON ESTÁ MOTIVACIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mayor dedicación temporal a interactuar con los demás 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mayor tendencia a convertirlas relaciones interpersonales en amistades
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mayor satisfacción con las relaciones interpersonales 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mayor tendencia a evitar el conflicto y los juegos competitivos

Tabla 8 Motivación de afiliación. (Elaboración propia).

Los tres factores de McClelland aplicados al deporte

FACTOR	IMPLICACIÓN	EXPLICACIÓN	INTERPRETACIÓN EN EL DEPORTE
Motivación de logro	<p>Deseo de la excelencia Trabajo bien realizado Acepta responsabilidades Necesita feedback</p>	<p>Lleva a imponerse elevadas metas que alcanzar. Tiene una gran necesidad de ejecución, pero muy poca de afiliarse con otras personas</p>	<p>En el contexto del deporte la motivación de Logro es una orientación de la persona hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, (la persistencia a pesar de los fracasos y la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas, la motivación de Logro y la competitividad no sólo tienen que ver con el resultado final o la búsqueda de la excelencia, sino también con la ruta psicológica que se emprende para llegar hasta allí.</p>
Motivación de poder	<p>Le gusta que le consideren importante Quiere prestigio y status Le gusta que predominen sus ideas Suelen tener mentalidad política</p>	<p>Necesidad de influir y controlar a otras personas y grupos y a obtener el reconocimiento por parte de ellas</p>	<p>Las personas motivadas por esta necesidad llegan a ser excelentes líderes deportivos si sus aspiraciones van encaminadas hacia el poder de alguna institución más que hacia el poder de su propia persona.</p>
Motivación de afiliación	<p>Le gusta ser popular Le gusta el contacto con los demás Le disgusta estar sólo, se siente bien en equipo Le gusta ayudar a otra gente</p>	<p>Necesidad de formar parte de un grupo</p>	<p>Los jugadores, deportistas o atletas que tratan de sobresalir y se apasionan por el triunfo, trabajan con mayor esfuerzo cuando son tomados en cuenta por su propio entrenador. Por otra parte, los deportistas que tienen pertenencia al equipo tienen motivaciones de afiliación tendrán mejor rendimiento deportivo toda vez que reciba felicitaciones por su desempeño y colaboración al equipo deportivo que pertenezca.</p>

Tabla 9 Teoría de McClelland con aplicación al contexto deportivo. (Elaboración propia).

4.2.3. La Teoría motivacional de las Metas de Logro.

Dicha teoría es importante mencionarla puesto que surge de las investigaciones en el ámbito escolar de varios autores (Ames, 1987; Dweck y Elliott, 1983; Maehr, 1974; Nicholls, 1978, entre otros), y se aplicó posteriormente en el ámbito deportivo (Duda, Fox, Biddle, y Armstrong, 1992; Duda Y Nicholls, 1992; Roberts, 1992; Roberts y Ommundsen, 1996). Esta teoría se engloba, dentro del marco de las teorías cognitivo-sociales, que se van a construir, a la vez, sobre las expectativas y los valores que los individuos otorgan a las diferentes metas y actividades a realizar. (Hellín, M.G, 2006). En este sentido dicha teoría refiere que la formación que recibirán las personas a través de la práctica deportiva servirá en este caso para introyectar en las mismas, la competitividad como parte fundamental de su formación integral

Esta teoría plantea como idea principal que el individuo es percibido como un organismo intencional, dirigido por unos objetivos hacia una meta que opera de forma racional (Nicholls, 1984). El entramado central de la Teoría de las Metas de logro hace referencia a la creencia de que las metas de un individuo consisten en esforzarse para demostrar competencia y habilidad en los contextos de logro (Dweck, 1986; Maehr y Braskamp, 1986; Nicholls, 1984), siguiendo a Hellín, M.G, (2006), donde expresa que estos contextos de logro son aquellos en los que el alumno o deportista participa, tales como el entorno educativo, el deportivo y/o el familiar, y de los que puede recibir influencias para la orientación de sus metas. Se puede afirmar entonces que es importante la influencia en cuanto a su entorno puesto que estos deberán ser significativos para la consecución de sus objetivos, pero también deberán considerarse sus habilidades y destrezas.

La teoría motivacional de las metas de logro fue desarrollada principalmente para el ámbito empresarial donde el trabajador estará motivado siempre y cuando tenga objetivos o metas que alcanzar y estos conceptos son indicadores que requerirán de esfuerzo para poder alcanzarlos.

Así, algunos deportistas eligen grandes desafíos y ejercen el esfuerzo adecuado superando todas las dificultades inherentes a ellos, mientras que otros no saben adecuar sus metas a sus capacidades. (Monroy, A. Sáez. 2012) Por poner un ejemplo en el primer caso un atleta que corre cien metros planos y que ha cumplido cabalmente con sus entrenamientos su meta es disminuir sus tiempos para posicionarse en el primer lugar en una competencia, en el segundo caso un deportista con un campeonato en puerta con la mentalidad de alcanzar el primer lugar pero que no ha entrenado lo suficiente y no domina completamente la técnica de su disciplina deportiva.

De acuerdo con Hellín, M.G, (2006) Las dos metas de logro existentes en el deporte serían la *meta de competitividad*, en la cual los deportistas desean demostrar su habilidad y compararla a la de los demás, es decir que se requiere obviamente de un adversario para dejar constancia de que se es mejor deportivamente, en lo que se refiere a la *meta de maestría*, en la que los individuos solo desean demostrar aprendizaje y maestría en la materia de que se trate, aquí la pretensión del deportista es solamente el dominio de la técnica de su disciplina deportiva.

Se puede afirmar que ambas metas mejoran el rendimiento en el deporte. En la medida de que las metas sean más difíciles de alcanzar se obtendrá un mejor rendimiento deportivo que con metas más fáciles.

4.2.4. La teoría del factor dual de Herzberg:

Cuando se habla de deporte, surge inevitablemente la pregunta acerca de cuál es la motivación que lleva a ciertos deportistas a sacrificar gran parte de su tiempo libre y dedicar grandes esfuerzos y, en definitiva, una gran parte de su vida, a la práctica deportiva. Monroy, A. (2012) Se habla de diferentes factores que pueden ser motivantes en la práctica deportiva como el estatus en el deporte, lo económico, popularidad, prestigio, reputación entre otros, pero aún no existe un consenso sobre cuáles son las motivaciones –extrínsecas o intrínsecas que responda a esa pregunta.

Mediante un estudio profundo que se basó en determinar la motivación humana en el trabajo, se llegó a la conclusión de que el bienestar del trabajador está relacionado con:

Factores higiénicos: son externos a la tarea que se realiza (relaciones personales, las condiciones de trabajo, las políticas de la organización, etc.).

Factores motivadores: son los que tienen relación directa con el trabajo en sí (reconocimiento, estímulo positivo, logros, sueldo e incentivos.).

Siguiendo a Monroy, A. (2012) esta propuesta de Herzberg se basa en la creencia de que la relación de un individuo con su trabajo es básica y que su actitud hacia ese trabajo puede ser determinante en el éxito o el fracaso del individuo. Por tanto, entendiendo el deporte como un trabajo, en el caso de deportistas profesionales, se puede deducir la importancia de su actitud o

de los factores ambientales que le rodeen, por lo tanto, deberá estar convencido de que está bien ubicado en la disciplina deportiva que practica es decir que la disfruta y se divierte.

Herzberg señala que las personas, cuando se sienten bien en el trabajo, lo atribuyen a circunstancias muy distintas de las referidas cuando se sienten mal, por ejemplo cuando se está trabajando con una actitud positiva es porque existe cierta motivación intrínseca que los hace sentir muy bien como el reconocimiento a su buen desempeño, el desarrollo, la responsabilidad todo ello se encuentra a la par con la satisfacción en el trabajo, mientras que los factores extrínsecos, como la política de la empresa, su administración, las relaciones laborales interpersonales y las condiciones de trabajo parecen ser los que explican la insatisfacción.

Aplicando lo anterior al contexto del deporte y de acuerdo con Monroy, A (2012) dependerá que tanto influye el estado de las relaciones personales en el equipo deportivo, sin lugar a dudas que las relaciones interpersonales entre los miembros del equipo es un factor preponderante que determinara eficazmente el rendimiento deportivo tanto del equipo deportivo como de la institución que representa, así entonces por una parte el reconocimiento y la satisfacción del trabajo y por la otra, la responsabilidad y crecimiento son factores imperantes para la satisfacción y rendimiento deportivo

Monroy, A (2012) nos dice que la insatisfacción en el puesto de trabajo o en nuestro caso la posición o lugar que se tiene en el deporte tiene mucho que ver con el entorno, el control, las relaciones con los compañeros y el contexto general, es decir, de los denominados “factores higiénicos”.

4.2.5. La Teoría X y Teoría Y de McGregor:

La Teoría X: presupone que los seres humanos son perezosos, tendiendo a eludir las responsabilidades, y por tanto deben ser estimulados a través del castigo.

De acuerdo con **Gutiérrez, J, A.** (2017) Las premisas de la teoría X son:

Los seres humanos promedio poseen disgusto inherente por el trabajo y lo evitaran tanto como sea posible.

La persona debe ser obligada, controlada, dirigida y amenazada con castigos para que desempeñen los esfuerzos necesarios para el cumplimiento de los objetivos.

Los seres humanos promedio prefieren que se les dirija, desean evitar toda responsabilidad, poseen una ambición limitada y, por encima de todo, ansían seguridad.

En el contexto del deporte es aquel atleta que requiere de apremio y empuje para mejorar su rendimiento deportivo, aquellos donde el entrenador necesita insistir para que lleve a la práctica lo aprendido en los entrenamientos, la iniciativa y la acción se encuentran ausentes en este deportista, prefieren permanecer en su zona de confort.

La Teoría Y: Los supuestos que fundamentan la Teoría Y son:

La invención de esfuerzo físico y mental en el trabajo es tan natural como el juego o el descanso

El control externo y la amenaza de castigo no son los únicos medios para producir esfuerzo dirigido al cumplimiento de objetivos organizacionales.

Las personas ejercen autodirección y autocontrol a favor de los objetivos con los que comprometen Gutiérrez, J, A. (2017)

En ésta teoría las personas no presentan rechazo al trabajo, por el contrario, disfrutan y logran satisfacción con él, sus esfuerzos los dirigen hacia los objetivos de la organización sin controles ni amenazas, si tomamos como referencia lo anterior, todos aquellos que practican deporte lo hacen sin presión lo hacen porque disfrutan en los entrenamientos y competencias esperando dar lo mejor en su disciplina deportiva.

4.2.6. La teoría de las expectativas:

Está basada en determinar qué es lo que busca conseguir una persona dentro de una organización, y el modo en el que intentará alcanzarlo, en esta teoría cabe destacar que es precisamente esa determinación con la cual deberá contar el deportista para llegar a los objetivos planteados por él mismo, es decir, se basa definitivamente en la iniciativa para actuar eficazmente en el cumplimiento ahora sí que de sus expectativas.

4.2.7. Teoría de la autodeterminación: (Deci y Ryan, 1985,2000; Ryan y Deci, 2000).

Esta teoría contempla los contextos sociales en los que se desenvuelven las personas, y el grado en que sus comportamientos son volitivos o auto determinados, la motivación autodeterminada está altamente relacionada con la motivación intrínseca, Moreno, J.A; y Martínez. A (2006) por consiguiente podemos decir en qué medida realizan sus acciones de forma voluntaria, es decir por propia elección, de acuerdo con Moreno, J.A; y Martínez. A (2006) Las implicaciones prácticas en el ámbito de la práctica físico-deportiva sugieren la conveniencia de desarrollar estrategias para desarrollar la motivación intrínseca y sus formas de regulación ya que al hablar de ésta estamos hablando de la motivación autodeterminada, La teoría analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o auto determinadas, en otras palabras cuando las personas realizan sus acciones lo hacen reflexionando con un alto sentido de responsabilidad y compromiso en su elección.

Las aplicaciones prácticas de la TAD deberán ir encaminadas a estimular la orientación del individuo que practica alguna actividad físico-deportiva hacia la conducta autodeterminada, pasando por la mejora de la motivación intrínseca.

4.3. Motivación en el deporte

Después de revisar definiciones y teorías de la motivación, corresponde ahora hablar de la motivación en el contexto del deporte, esta variable psicológica cobra importancia, toda vez que el entrenador es el principal motivador y por tanto su personalidad, su convicción, sus fines y sus técnicas de motivación son fundamentales para el desarrollo de las actitudes y el éxito de los jugadores. El entrenador puede estar sacrificando otros elementos del juego también importantes para reforzar su área (por ejemplo, un entrenador muy ordenado tendrá equipos ordenados, uno amante de la defensa tendrá equipos de grandes defensores...) (Monroy, A; Sáenz, 2011).

Son muchas y muy variadas las definiciones que se han enunciado en un intento de delimitar y comprender la motivación. El diccionario de la Real Academia Española define motivación como un ensayo mental preparatorio de una acción para animar o bien animarse a ejecutarla con interés

y diligencia, (Condori, R.2012). Etimológicamente la palabra motivación significa “motivus” que quiere decir movimiento, en seguida se exponen algunas definiciones que amplían dicho concepto.

Para Vallerand y Thill (1933) la motivación es un constructo hipotético utilizado para describir fuerzas ya sean externas, internas o una combinación de ambas que producen el inicio, la dirección, la intensidad y la persistencia de la conducta.

En este caso se entiende que es toda esa energía introyectada que forma una actitud positiva para ser encaminada hacia el cumplimiento de una meta, es decir es la fuerza dirigida con tenacidad hacia un objetivo

Ryan y Deci (2000) la motivación hace referencia a la energía, a la dirección, a la persistencia y a la consecución de un resultado final, aspectos que conciernen tanto a la activación como a la intención. Con esto se nos sugiere que la constancia es un referente principal para conseguir los objetivos y dar fiel cumplimiento a las metas planteadas.

Valle, Núñez, Rodríguez y González-Pumariiega (2002) entienden que la motivación hace referencia a un conjunto de procesos implicados en la activación, dirección y persistencia de la conducta. De acuerdo con lo anterior se hace hincapié a los procesos que tengan incidencia en la focalización del desarrollo de la acción, rumbo y continuación del comportamiento.

Fernández-Abascal, Palmero y Martínez-Sánchez (2002) La motivación se refiere a un proceso adaptativo, que es el resultado del estado interno de un organismo que le impulsa y le dirige hacia una acción en un sentido determinado. Estos autores refieren que la motivación es un proceso básico que tiene relación con la consecución de objetivos que tienen que ver con el mantenimiento y mejora de la vida de un organismo.

Para Pintrich y Schunk (2006) Es el proceso que nos dirige hacia el objetivo o la meta de una actividad que la instiga y mantiene. La mayoría de los autores coincide que la motivación es un proceso dinámico, interno sujeto a posibles cambios e impulsos y que están determinados por la persistencia y la intensidad en la conducta y por otro lado establece la dirección y orientación de esa conducta, es decir que determina la meta u objetivo a alcanzar.

En el contexto del deporte es importante considerar ciertos factores que nos encaminen a la motivación, los actores deportivos pueden ser los árbitros, la directiva de un club, el público, etc., pero en este caso hablaremos principalmente del entrenador y deportista

El entrenador necesita reforzar su propia filosofía acerca de lo que es importante (factores de motivación), es importante que el entrenador conozca muy bien a su equipo interaccionando con todos y cada uno de los deportistas, esto le permitirá crear códigos disciplinarios que coadyuven a la motivación.

En qué aspecto se queda corto a nivel de motivación, los entrenadores son una figura de respeto y autoridad en un equipo, resulta necesario que los entrenadores conozcan algunas técnicas motivacionales que conduzcan al deportista a la acción persiguiendo los objetivos hasta alcanzarlos.

El entrenador tiene que estar atento a cómo trabaja la motivación a nivel del equipo y cómo afecta a cada jugador. Es conveniente interaccionar con ellos, ésta acción permitirá distinguir a quien funciona cierta motivación y a quien no, puesto que hay una gran diversidad de personalidades en los miembros de un equipo es fundamental conocerlos para aplicar los conceptos o técnicas motivacionales según sea el caso.

La forma más efectiva de motivación es el compromiso sincero y entusiasta con sus jugadores para la consecución de una meta común, se debe tener en cuenta que la variedad motiva a los jugadores, por lo cual el entrenador debe utilizar técnicas motivacionales muy variadas, es importante recordar que existe cierta seguridad cuando los jugadores saben lo que va a suceder, donde el entrenador debe evitar usar siempre la misma clase de seguridad para mantener a los jugadores constantemente motivados.

Por otro lado, el entrenador debe estar atento a las razones fundamentales para motivar a los deportistas pudiendo ser éstas cuando lo que busca es obtener el prestigio y reconocimiento, o bien cuando el deportista quiere sentirse fuerte, también se dan casos como el querer agradar a la familia o amigos.

El jugador puede estar intentando desahogar sus sentimientos de frustración, coraje, ira, etc. Los deportistas que pasan por este tipo de experiencias canalizan su energía a través de la práctica

deportiva, traen mucha carga emocional que liberan en los entrenamientos y competencias con esto no se quiere decir que los resultados serán siempre satisfactorios, pues lo que se busca como se mencionó antes, es descargar todo lo negativo, no se busca en todo caso buenas ejecuciones deportivas para alcanzar el éxito sino sentirse bien y aliviado.

La motivación en el deporte debe estar presente en toda la temporada e incluso en la pretemporada, la finalidad es que con el tiempo se conocerá a los miembros del equipo para un trato efectivo con respecto a la personalidad de cada uno de ellos esto redundará en buenos resultados deportivos.

Para que la motivación sea efectiva, el deportista debe sentirse único y especial de cierto modo. La retroalimentación es fundamental en el deportista y ésta deberá aplicarse con pertinencia, es decir, que si realiza buenas ejecuciones deportivas la retroalimentación será precisamente en ese momento y no un día después, otro punto importante lo es, el ser manejado a nivel personal, pueden existir momentos donde la confidencialidad es un acierto para que el deportista no se caiga emocionalmente y continúe motivado.

Los motivos que influyen en la decisión de las personas para iniciar y continuar la práctica físico-deportiva están determinados por un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que establecen la elección de una actividad física o deportiva, la persistencia en la tarea y en último término, el rendimiento (Escartí y Cervello, 1994). Tomando en consideración lo anterior, es la motivación la que determina porqué las personas practican o no algún deporte, conocer también las razones por las cuales las personas eligen cierta actividad deportiva así como su permanencia o abandono de la práctica deportiva, todo esto analizándolo desde la perspectiva de la teoría de la autodeterminación (Deci, y Ryan, 2000) que consideran tres necesidades psicológicas primarias que influyen en la motivación y bienestar de las personas: competencia, autonomía y relación con los demás.

4.3.1. Tipos de Motivación en el deporte

La motivación del deportista se puede modificar por lo que una característica importante es su carácter individual, una vez ubicadas las características del deportista resultara más fácil implementar acciones de intervención.

La clasificación de los tipos de motivación son los que a continuación se mencionan y estos dependerán de la predisposición motivacional de los deportistas.

Motivación Básica (Buceta, 1999): es la base estable de la motivación, la que determina el compromiso del deportista con ese deporte. Depende fundamentalmente, de los resultados y del rendimiento personal. Es la que precisa la responsabilidad del deportista de acuerdo a los logros obtenidos en su deporte.

Motivación cotidiana (Buceta, 1999): se refiere al interés del deportista por la actividad en sí misma, con independencia de los logros deportivos y mayoritariamente, relacionada con el rendimiento personal cotidiano, aquí lo importante es el sesgo que se le da a la práctica deportiva de diversión y juego entre compañeros.

Motivación Intrínseca (Krane, Greenleaf y Snow, 1997; Valdés, 1998): Se refiere a aquellos deportistas que están motivados desde sí mismos, intrínsecamente, es decir, su propia determinación a la actividad deportiva, con ello resulta suficiente para estar motivados, se sienten plenos en sus tareas deportivas como en los entrenamientos y competencias.

No están supeditados a refuerzos externos, son autosuficientes, con profundos diálogos internos de actitud positiva en aras de mejorar su rendimiento deportivo, sus marcas, sus tiempos psicológicamente se encuentran más satisfechos pues ellos mismos establecen sus auto recompensas.

Motivación intrínseca de conocimiento: practica una actividad por el placer y satisfacción que se experimenta cuando aprende o se explora. En este punto se explica que la motivación viene del descubrimiento y el gozo de algo nuevo.

Motivación intrínseca de ejecución: practicar una actividad por el placer y satisfacción que se siente cuando el deportista intenta ejecutar algún ejercicio, realizar algún movimiento o enfrentarse a una situación nueva. Aquí se habla de la sensibilidad placentera en la ejecución o actividad en situaciones que le son desconocidas.

Motivación intrínseca de experimentar sensaciones: practicar una actividad por el placer y satisfacción de experimentar sensaciones diferentes a las habituales.

Motivación extrínseca (Krane, Greenleaf y Snow, 1997; Valdés, 1998): Se relaciona con el deportista que depende de refuerzos que provienen del exterior, necesarios para entrenar y competir: becas, trofeos, prestigio social, etc. Varía constantemente de recompensas, por lo que se considera más inestable para el deportista (De Diego y Sagrado, 1992); Duda y Nicholls, 1989; Duda, Chi y Newton, 1990). El aplauso, el reconocimiento del público, las becas, las medallas, son los reforzadores externos que importan a estos deportistas, que no siempre garantizan buenos logros deportivos o permanencia en un equipo

Motivación Orientada hacia el Ego (Duda, 2001; Nicholls, 1989): Se refiere a que los deportistas están motivados por la competencia con otros deportistas, tanto en retos como en resultado (juzgan su nivel de capacidad, si son o no competentes, comparándose con los demás). Estos deportistas no tienen la intención de superar sus propias marcas, sus propios tiempos, ellos dependerán de medir a su adversario y de ahí planear su competencia.

Motivación Orientada hacia la tarea (Duda, 2001; Nicholls, 1989): Depende de retos y resultados, pero en comparación con los demás, conservan impresiones subjetivas de dominio y progreso personal. El desarrollo y progreso deportivo dependerá en gran medida de la comparación que realicen de sí mismos.

Muchas personas atribuyen el rendimiento deportivo sobresaliente al impulso interior del deportista para tener éxito. El diccionario Webster's define "motivo" como algún impulso interno que causa que una persona actúe de cierta forma (Garry, 2008).

Podemos entender, que la motivación es ese motor que te anima a moverte para conseguir o lograr algo que deseas. Este puede ser de manera intrínseca o extrínseca, que quiere decir esto, que puede ser por pensamientos e ideas personales (superación personal o alguna meta trazada, o

con el fin de obtener algún resultado y que este sea el equivalente a algún premio que desee la persona, en este caso el deportista.

Por consiguiente, en un deportista, hay que identificar qué es lo que lo mueve, que lo impulsa en su deporte, a que siga entrenando, a que sea puntual y asista a los entrenamientos sin importar contratiempos o la hora del día, que lleve todos sus implementos adecuados; ya que esta variable dará causa a que incremente su rendimiento deportivo, y por ende mejore sus resultados.

Capítulo 5: Ansiedad y concentración, elementos fundamentales en la actuación del atleta para su éxito deportivo

5.1. La ansiedad moderada como un componente de éxito deportivo

El concepto de ansiedad tiene su origen en el término latino *anxietas*. Se trata de la condición de una persona que experimenta una conmoción, intranquilidad, nerviosismo o preocupación. (Pérez, J. Porto y Gardey, A.2012). Las manifestaciones de la ansiedad consisten en una respuesta vivencial, fisiológica, conductual y cognitiva, caracterizada por un estado generalizado de alerta y activación (Sierra, J. Ortega, V. Zubeidat, I, I. 2003)

Para la medicina, la ansiedad es el estado angustioso que puede aparecer junto a una neurosis u otro tipo de enfermedad y que no permite la relajación y el descanso del paciente

La ansiedad es una emoción complicada y displacentera que se manifiesta mediante una tensión emocional acompañada de un correlato somático (Ayuso, 1988; Bulbena, 1986). El término ansiedad refiere a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales.

La ansiedad constituye quizá uno de los problemas más discutidos en el campo de psicología. Aunque con el paso del tiempo se han podido detectar un avance en el análisis teórico de la ansiedad y en la identificación de los factores determinantes de su desarrollo, todavía no se ha llegado a una descripción universal del concepto, Márquez, S. (2004). Las múltiples definiciones dadas hasta la fecha no son en lo absoluto completas. Podemos decir de estas definiciones que: se trata de un estado especial de agitación y tensión con reacciones somáticas y psíquicas especiales por anticipación, recuerdo o experimentación actual de situaciones de inseguridad o amenaza, tanto real como imaginaria.

Está claro que no es sencillo, dada su complejidad, dar una definición del concepto de ansiedad, ni llevar a cabo investigaciones sobre la misma. Hasta hace unos años, el énfasis en las investigaciones sobre la ansiedad se basaba sobre todo en la consideración de la misma con una propiedad de la personalidad estable, poco diferenciada y unidimensional. Si se parte de la teoría clásica de la activación, la ansiedad se considera simplemente como un punto en el continuo de la

activación. Este tipo de definición solo se fija en una parte de la ansiedad, en la respuesta fisiológica, pero la ansiedad implica además del componente de activación, un componente cognitivo.

El apoyo de dicho componente cognitivo, cuando la activación se interpreta como algo negativo que impide la adaptación, entonces los índices de activación se pueden considerar como indicadores de ansiedad.

En su obra “El significado y medida del neocriticismo y la ansiedad” (Catell y Scheire, 1961) se señala a existencia de dos factores relativos a la ansiedad: ansiedad-rasgo y ansiedad-estado. El primero se describe como diferencias individuales, relativamente estables, caracterizadas por dos aspectos: la predisposición a valorar gran número de situaciones como peligrosas o amenazantes y la tendencia a responder esas amenazas con reacciones de ansiedad. En cuanto a la ansiedad-estado se refiere a la situación orgánica actual y real, que produce la motivación puntual en una situación o momento temporal, específicos de las tendencias de conducta implicadas en conceptos de rasgo.

Un autor fundamental en las investigaciones sobre la ansiedad es Spiel Berger, quien hizo notar que para una definición de ansiedad fuera adecuada había que tener en cuenta la diferencia entre la ansiedad como un estado emocional y la ansiedad como un rasgo de personalidad. En su obra “Ansiedad y conducta” (1966) presenta su teoría del estado-rasgo, considerando que el rasgo suele ser estable, mientras que el estado aparece con una cierta transitoriedad temporal. Por otro lado, afirma que el rasgo de ansiedad es general, mientras que el estado se caracteriza por una especificidad situacional.

5.1.1. Tipos de ansiedad

La ansiedad no es una enfermedad con un cuadro sintomático único. Existen varios tipos de ansiedad, varias vertientes de esta enfermedad que deben ser conocidas si queremos saber cómo debemos tratar nuestro problema. Recuperado de (www.saludparticipativa.com.)el TAG, (Trastorno de Ansiedad Generalizado) suele ser el más común, pero no el único. Los trastornos obsesivos-compulsivos, las crisis de angustia, la fobia social o los trastornos pos-traumáticos son sólo algunos de estos desordenes que pueden afectar la vida del individuo y que pueden interferir

en su quehacer diario. Por esta razón es importante saber reconocer cada tipo de trastorno para poder enfrentarnos a él con la mayor eficacia posible.

Trastorno de Ansiedad Generalizado (TAG). -Normalmente cualquier persona puede sentirse puntualmente preocupada por algún problema en concreto que surge en su vida laboral o en el plano personal. Es normal preocuparse si surgen problemas en el ámbito económico o familiar, si tenemos un problema con nuestra salud que nos mantiene en vilo, pero el Trastorno de Ansiedad Generalizada suele infundir una preocupación casi constante en el individuo que, en la mayoría de casos suele ser infundada o excesiva.

Trastorno obsesivo-compulsivo. -Es un trastorno ansioso caracterizado, principalmente, por pensamientos no deseados y recurrentes. Obsesiones y patrones de conducta que son repetidos constantemente y que finalmente, llevan a la persona a desarrollar un comportamiento compulsivo.

Crisis de angustia. -También conocidos como ataques de pánico. Las crisis de angustia suelen aparecer inesperadamente. Sin previo aviso, el individuo comienza a sentir un fuerte sentimiento de miedo y angustia creciente que suele venir acompañado de una sensación de mareo y malestar general. Cabe distinguir los miedos habituales, los cuales todos tenemos, de las fobias. Toda persona tiene sus propios pequeños miedos irracionales, desde a ciertos animales a algunas situaciones como subirse a un avión o conducir. Sin embargo, estos miedos pasan a convertirse en fobia desde el mismo momento que, estos son tan intensos que interfieren en el día a día del sujeto.

Trastorno de Ansiedad de Separación. -Este trastorno de la ansiedad remite específicamente a los niños. Se trata del miedo y, por ende, el trastorno ansioso que estos pueden desarrollar al verse separados de su madre, padre o aquel familiar o adulto más cercano emocionalmente al niño.

Trastorno mixto de ansiedad-depresión. -Se trata de un cuadro en el que los síntomas de depresión y ansiedad están presentes, pero con una intensidad sub-sindrómica. Es decir, no alcanzan la intensidad suficiente como para cumplir criterios de trastorno depresivo o de trastorno por ansiedad (1).

Trastorno por estrés postraumático. -Surge como respuesta tardía o diferida a un acontecimiento estresante o a una situación (breve o duradera) de naturaleza excepcionalmente amenazante o catastrófica que causaría malestar generalizado en cualquier sujeto que haya sufrido una experiencia similar.

Existe un “trastorno de ansiedad” o “ansiedad generalizada” cuando la preocupación se vuelve excesiva y llega a interferir con el funcionamiento normal de nuestra vida, que surge de forma repentina y deja de centrarse en algún objetivo o situación particular. (Tomado de: <https://www.centrodetranquilidad.com>, 2013)

La “ansiedad generalizada” es una respuesta emocional muy debilitante que nos afecta de manera física y mental alterando el sistema nervioso. Se puede diagnosticar como una preocupación exagerada, excesiva o irracional cuando ocurre durante al menos 6 meses. Este trastorno puede afectar muchos aspectos de tu vida, trabajo, relaciones personales, la libido, tu manera de socializar y muchos otros aspectos.

Cuando existe un “Trastorno de ansiedad” las sensaciones y pensamientos negativos son de gran intensidad y se suceden de manera reiterada. Las personas con esta condición, se preocupan todos los días y cada día de manera constante, llegando a desarrollar síntomas físicos muy desagradables como tensión muscular, fatiga, insomnio, ritmo cardíaco acelerado, sensación de deshidratación, resequedad en la boca y ojos, náuseas, hiperventilación, dificultad para respirar, dolores de cabeza, mareo, sudoración, entre otros. Son múltiples las causas de estos trastornos, por ejemplo: determinados eventos que afectan tu vida, factores biológicos/genéticos y/o estrés cotidiano, por mencionar algunos

Cuando alguien está ansioso o se encuentra bajo tensión, esta se manifiesta de alguna manera, física, fisiológica o mentalmente generando malestar existen algunos factores que intervienen en el rendimiento del atleta, como principales es la demostración pública y la evaluación social.

5.1.2. Causas de la ansiedad.

Causas de la ansiedad. -Siguiendo a Márquez S; La ansiedad surge en ocasiones en las que uno se tiene que probar a sí mismo, en situaciones en las que se percibe un desequilibrio entre las exigencias impuestas y las propias capacidades.

La ansiedad será tanto mayor cuanto mayor sea la diferencia que percibe el individuo entre los requisitos y sus posibilidades personales. Se trata, pues, de una interpretación subjetiva de una inadecuación entre el fin a conseguir y las posibilidades de realizando en un momento dado.

De acuerdo con Rost y Schermer (1989) las causas de ansiedad se dividen en tres grupos: sensación de inadecuación, ansiedad cognitiva y ansiedad social.

Sensación de inadecuación. -Situaciones en las que el individuo duda si posee o las actitudes o técnicas necesarias para poder realizar una tarea, en que no sabe cómo resolverla de manera eficaz. No conoce la solución, no sabe cómo realizar una tarea y empieza a sentirse inseguro. Este es sentirse inseguro es una situación pasiva, que se caracteriza en una pérdida de autoestima (una empieza a sentirse inferior a los demás) y por una sensación de pánico.

Así como el fracaso o la mala ejecución influyen en el rendimiento por el incremento del componente de preocupación, también de la percepción de una desproporción entre el fin y las posibilidades tienen su influencia en la ejecución. Alguien percibe tal desproporción, va incrementando su preocupación, disminuyendo la confianza en sí mismo y percibiendo repentinamente su incapacidad. A causa de esta preocupación, la diferencia entre el fin de conseguir y las posibilidades parecerán aun mayor y la persona se volverá ansiosa.

Ansiedad cognitiva. -Aparece cuando uno se da cuenta de que no puede con su trabajo. Uno se compara con un criterio que puede estar orientado al fin de los estudios o una norma. Orientado hacia el fin de los estudios significa que, existiendo un determinado fin, si no es capaz de resolverlo en absoluto se fracasa. En el caso del criterio orientado a la norma se compara la ejecución o las posibilidades por la media de un grupo de referencia. Por ejemplo, si se está acostumbrando a resolver un problema de determinada forma y de repente hay que resolverlo de otra manera, la persona se encuentra desamparada, no sabe muy bien qué hacer y se entorna ansiosa.

Ansiedad social. -Surge cuando hay que realizar una determinada tarea ante otras personas. Uno teme que el público, en caso de fracasar la ejecución, exprese reacciones amenazantes para la autoestima.

Es sobre todo la actuación frente a otros la que causa la ansiedad. Uno tiene miedo a fracasa a los ojos de los demás. Este formado de ansiedad no se debe confundir con el miedo social que surge cuando uno tiene miedo a actuar o realizar algún trabajo en presencia de otros.

5.1.3. Manifestaciones de la ansiedad

Cuando alguien está ansioso o vive bajo tensión, esta se manifestará de alguna manera. Es decir, aparecerá ansiedad bajo distintas formas, que denominaremos manifestaciones de la ansiedad.

De la misma manera que la tendencia a la ansiedad depende de cada persona así también varían las manifestaciones de la ansiedad. Rost y Shermer (1987, 1989) diferencian entre manifestaciones emocionales, cognitivas y fisiológicas.

Muchos autores, sin embargo, defienden otra división entre manifestaciones fisiológicas, subjetivas y cognitivas tenemos que tener en cuenta que esta división puramente teórica. Aunque son experimentadas, con aspectos distintos, uno es consciente de su interacción. En realidad, los cambios en el cuerpo de un individuo influyen en las interacciones subjetivas, mientras que las interacciones subjetivas influyen en el funcionamiento fisiológico y las reacciones conductuales solo son posibles cuando el organismo se encuentra en el estado fisiológico adecuado.

Si mantenemos la división anteriormente expuesta, tenemos que considerar el hecho de que se trata realmente de un conjunto indivisible de reacciones que influyen unas en otras, mientras que el sistema social, organismo, comunidad, está en continua interacción con la situación de estrés y con su entorno.

Manifestaciones cognitivas. -Por manifestaciones cognitivas entendemos los pensamientos con los que un individuo intenta resolver una situación. Cuando se está ansioso, a veces se activan de forma automática un sistema cognitivo que lleva las respuestas inadecuadas en el funcionamiento cognitivo y en campo fisiológico, afectivo y del pensamiento.

Manifestaciones fisiológicas. -Un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo (Valdez y de Flores, 1985). Este incremento producirá cambios cardiovasculares y un aumento de

la actividad electrodérmica, del tono músculos esquelético y del ritmo respiratorio. La actividad electro dérmica es, en general, un índice adecuado del estado de miedo o ansiedad.

Manifestaciones emocionales. -En cuanto al concepto de emociones, hay que tener en cuenta que no tiene sentido estudiar fuera de su contexto. Partiendo de un punto de vista demasiado reduccionista en el que el individuo se concebía como un sistema sagrado, hasta hace poco se tendía a considerar la reacción emocional como un fenómeno físico desencadenante.

La ansiedad es una reacción emocional temporal que consiste, por un lado, en sentimientos subjetivos de tensión, temor, nerviosismo, inseguridad y preocupación y, por otra parte, en una mayor actividad del sistema nervioso autónomo.

La ansiedad puede tener como consecuencia determinados comportamientos afectivos así, una alerta cognitiva demasiado grande como consecuencia de la ansiedad provoca sentimientos de furia, agresión, irritación, etcétera. En general las reacciones más frecuentes son: temor, ira, culpa y enfado. En el caso de la ansiedad la gente a menudo siente pánico, se siente insegura, tiene miedo a lo desconocido, empezar a llorar o a reír, se siente desamparada e innecesaria (Angst y Vollrath, 1988).

5.1.4. La ansiedad en el deporte

Desde hace años se reconoce la importancia de la ansiedad y diferentes factores de la personalidad en la competición deportiva. Por ejemplo, Howard S. Slusher, en su importante texto "Hombre, deporte y existencia (1967) afirma "Como en la mayor parte de los aspectos de la vida, la ansiedad está también presente en el deporte... Cada vez que una persona sale al campo, no solo vive con ansiedad, sino que la aprovecha. La permite y le motiva hacia una mejor utilización de sus habilidades en la competición". El estudio de las diferencias individuales en las respuestas de ansiedad que generan las situaciones deportivas y la relación de la ansiedad con la ejecución deportiva, es uno de los más importantes campos de investigación en Psicología del Deporte (Pons y Cols, 1993).

Como afirman Pons y García Merita (1944), la competición fue en convertirse en amenaza y generar una situación de ansiedad por sus propias características, entre las que se incluyen el

trataste de hecho irreplicable, irreparable y efímero. Se trata de un hecho irreplicable porque es posible que un atleta haya participado en multitud de competiciones a lo largo de su vida deportiva, por un momento determinado a las consecuencias pueden ser de mucha mayor importancia que en otros. Pensemos, por ejemplo, en un equipo de fútbol de segunda división que consiga a llegar al final de la copa y cuyos jugadores saben que difícilmente podrá volver a repetirse esa oportunidad. Es también irreparable porque el deportista tiene que demostrar su habilidad y sus capacidades de forma puntual y sin posibilidades de rectificación. No vale de nada en lamentarse si se falla un penalti ni hay posibilidades de repetir el tiro. Por último, es un hecho efímero porque durante la competición es cuando se valora los resultados de todo el largo del tiempo de entrenamiento y de esfuerzo invertido en la preparación. Pensemos en una velocista que haya estado entrenando en varias horas durante años, para jugárselo todo en un periodo de segundo. A los hechos anteriores hay que sumarles otras características que pueden sustituirse en fuentes de ansiedad, tales como el riesgo de lesiones o el hecho de que la situación no siempre es controlable por el deportista y depende de numerosos factores que le condiciona (Hacfort y Spielberg, 1989)

Un autor clave en el estudio de la ansiedad competitiva es Rainer Martens, quien aplicó el modelo de estrés descrito en el anterior capítulo acentuaciones competitivas deportivas. Martens ha planteado la importancia de los procesos cognitivos relacionados con la ansiedad en el contexto del rendimiento deportivo: “¿Por qué algunos atletas son capaces de enfrentarse a la situación en competiciones importantes, mientras que otros se hunden bajo la presión? ¿Qué hay en la mente lo bastante importante como para determinar quién es un campeón y para ser que el deporte de competición se convierta en una experiencia agradable?”

Martens (1977) considera que la competición como proceso puede dividirse en cuatro elementos diferentes pero interrelacionados. El proceso se experimentará de forma distintiva por cada sujeto, quien a su vez podrá influir sobre la relación entre los diferentes elementos. La respuesta podrá verse modificada por diversos factores personales tales como las actitudes, los atributos personales, la experiencia previa o la motivación.

De acuerdo Jones y cols. (1994) En diversas investigaciones han puesto de manifiesto que los deportistas con niveles superiores de rendimiento tienen mejores índices de autoconfianza que

aquellos otros que se autocalifican como un nivel más bajo, donde consideramos que dependiendo del atleta con sus experiencias anteriores ya sea de fracaso o éxito en su desempeño deportivo se determina la autoconfianza y se puede prever el desempeño actual.

La ansiedad puede surgir en diferentes momentos; ya sea antes, durante y después de la actuación del atleta (Brustad y Weiss, 1987). Es importante estar monitoreando los niveles de ansiedad del atleta para así poder asegurar un buen rendimiento.

Según Gould y cols. (1984) la ansiedad surge cuando se piensa que los requisitos para la actuación son inalcanzables, de forma que el atleta experimenta una disminución de la autoconfianza. En base a lo anterior el atleta puede experimentar frustración y generar ansiedad al plantear sus objetivos demasiado exigentes ya sea por parte de él, por el entrenador o el equipo.

Ahora bien, otro factor importante es cuando el atleta está acostumbrado al ambiente en donde practica los ejercicios y al momento de cambiar estos mismos se encuentra con agentes estresantes. Estos cambios pueden ser en posicionamiento del equipamiento que utiliza, personas (adversario y equipo), y el espacio donde se desempeña.

Es de gran importancia conocer la percepción del atleta entre los estímulos que se presentan, ya que no podemos controlar lo que pasa en el ambiente sin embargo si podemos controlar cómo reaccionamos al ambiente.

5.1.5. Principios de la ansiedad en el deporte

El deporte, y sobre todo la composición deportiva, implican una demostración pública y no evaluación social de la capacidad motriz. La práctica deportiva se puede considerar en algunos casos como una amenaza a la autoestima y puede resultar en ansiedad. Márquez S. De la misma manera que ocurre en la ansiedad ante situaciones académicas o escolares, aquí también podríamos clasificar la mayoría de las causas en tres categorías: ansiedad como consecuencia de una inadecuación aptitud-rendimiento, ansiedad cognitiva y ansiedad social.

La ansiedad como consecuencia de una inadecuación aptitud-rendimiento surge porque las personas que tienen que actuar experimentan una diferencia demasiado grande entre el trabajo

que tiene que realizar y las posibilidades que piensa poseer. Se trata, pues, de una sobreestimación llevado a los requisitos de la situación y de la importancia de no fracasar. Los deportistas con niveles superiores de rendimiento tienen mejores índices de autoconfianza que aquellos otros que se autocalifican con un nivel más bajo.

El hecho de que la ansiedad sea una función de la observación del atleta mismo lleva a dos importantes consideraciones. En primer lugar, lo que percibe el atleta no tiene que corresponder necesariamente con la realidad. Es posible que un atleta sea muy aventajado y, sin embargo, tenga miedo porque sobrestima los requisitos de la situación y la importancia de fracasar o tener éxito.

En segundo lugar, la ansiedad puede parecer en cualquier momento, cada vez que el atleta percibe una desproporción entre los requisitos y sus posibilidades. Esto quiere decir que la ansiedad puede surgir antes de la actuación cuando se espera una mala actuación; durante la actuación, cuando el atleta anota que lo está haciendo mal podría fracasar; y también después de la actuación, cuando esta es interpretada como insatisfactoria. (Brustad y Weiss, 1978).

La ansiedad surge cuando se piensa que los requisitos para la actuación son inalcanzables, de forma que el atleta experimenta una disminución de autoconfianza (Gould y cols, 1984). Se empieza a comparar la propia actuación con un criterio, una norma. Si la norma está orientada a un fin, se trata de una ansiedad que ha surgido por que uno se ha puesto determinada meta y no es capaz de alcanzarlo. Por ejemplo, una atleta quiere correr los 100 metros en menos de 10 segundos. Antes de darse la salida está ansiosa por que considera que el objetivo autoimpuesto es inalcanzable.

(El deporte también puede provocar ansiedad porque significa una amplia evaluación social de la capacidad o aptitud del atleta) (Scanlan, 1978). (Los datos sobre la aptitud del atleta son el resultado de una interacción con los padres, los entrenadores, otros adultos significativos, compañeros de equipo y adversarios o de una comparación directa de aptitudes con iguales.) (Scanlan y cols, 1991). Esta comparación determina muchas veces de quien empieza en el campo y quien se va al banquillo, quienes están de suplente y quien compite. La participación en este ambiente donde se evalúa socialmente puede ser considerada como una amenaza para la

autoestima si el atleta se cree personalmente incapaz para responder satisfactoriamente a las expectativas y se arriesgan por consiguiente a un fracaso y/o a una apreciación negativa (Jones y cols, 1990; Markes y Zubiaur, 1991).

¿Que implica exactamente la evaluación social? Cuando hablamos de evaluación social entendemos por la misma el ser contemplado por otros, Que se forman una idea a la actuación realizada. El “publico” reaccionara según la opinión que se haya formado. Si el juicio es positivo, reaccionara satisfecho (Wann y Wilson, 2001). (El atleta no teme a las reacciones positivas, si no a las negativas, las que amenazan su autoestima, las que siguen a una mala actuación.) Esta reacción puede variar desde el insulto en el estadio hasta el rechazo o al castigo de familiares o entrenadores.

Si consideramos la evaluación social inherente al deporte, hay que tomar en cuenta su contexto específico. Algunos deportes son en sí más evaluativos que otros y, por ello, pueden inducir más fácilmente la aparición de la ansiedad. Así, por ejemplo, los deportes individuales están directamente dirigidos a la actuación general. La responsabilidad del resultado es el atleta mismo y el tener éxito o el fracasar está muy en la vista de todo el mundo.

Los deportes del equipo implican sin embargo un reparto de responsabilidad, la actuación individual atrae menos el interés y solo se es parte de la acción del grupo por lo tanto la importancia de la evaluación social resulta menor (Simón y Martens, 1979). No obstante, dentro del contexto de los deportes de conjunto existen situaciones particulares que acentúan la ejecución individual en las que el potencial de la evaluación social puede elevarse a niveles más propios de deportes individuales. Por ejemplo, la evaluación social puede ser muy intensa para una estrella de un equipo de futbol que ocupe una posición elevada, caso del delantero centro (Scanlan, 1984)

En el entorno deportivo, la mayor parte del apoyo social proviene de la relación compadres, entrenador y compañeros. Scanlan (1984) demostró como los luchadores jóvenes que se sentían presionados por sus padres para competir presentaban niveles más elevados de ansiedad precompetitiva que aquellos otros en los que no existía tal presión y que un factor adicional.

El papel del entrenador es especialmente importante. La forma en que los entrenadores estructuran la situación atlética, las prioridades de objetivos que establecen o la forma en que se relacionan con los deportistas son determinantes fundamentales del resultado de la participación deportiva y pueden construir una importante fuente de estrés para los atletas (Scanlan 19869)

A pesar de lo anteriormente expuesto, los entrenadores rara vez son conscientes de la forma en que aquellos mismos actúan o cuáles son las repercusiones sobre la conducta de los atletas (Smith & Cols, 1977) y, además, los efectos últimos de la conducta de los entrenadores están mediados por el significado que les atribuye a los deportistas (Smoll y Smith, 1989).

Smoll y Smith (1989) han desarrollado un modelo de conductas de liderazgo que permite entender estas complejas interrelaciones. Dicho modelo cognitivo conductual especifica que los entrenadores se comportan de una determinada manera y los deportistas perciben y recuerdan dichas conductas desarrollando una reacción evaluativa a la conducta del entrenador en función de dicha percepción. Los factores situacionales y las variables de diferencias individuales de atletas y entrenador median tanto la conducta del entrenador como la percepción y recuerdo del deportista.

5.2. Concentración como un elemento esencial para alcanzar la elite deportiva

De acuerdo con González, L. (2001) la concentración es la “Focalización de toda la atención en los aspectos relevantes de una tarea, ignorando o eliminando todo lo demás”. Dicho de otra manera, es la capacidad mental para dirigir, controlar y mantener la atención hacia una actividad determinada y que el entorno no influya como distractor en la consecución del objetivo planteado.

Sin la concentración no se logra una utilización al máximo de nuestras capacidades mentales, por ello, es de gran importancia desarrollar el hábito de la concentración con la finalidad de lograr un mejor resultado en las tareas y acciones que emprendamos, cuando mente y cuerpo actúan juntos se garantiza el éxito y el alcance de nuestros objetivos.

Por otra parte existe una relación entre la concentración y la atención, puesto que la concentración es el mantenimiento de la atención prolongada, ambas etapas de un mismo

proceso, la atención selecciona lo que se considera más importante¹⁷, es decir focaliza el objetivo y a esto le llamamos concentración. Podemos decir con claridad que es una cualidad esencial en el proceso del conocimiento y aprendizaje.

Si bien es cierto que la concentración es la capacidad para centrar toda la atención en una meta independientemente del entorno, dejando de lado objetos o acciones que puedan interferir en la consecución o ejecución de la tarea, también lo es que hay personas a las que se requiere poseer dicha habilidad como los cirujanos, controladores de vuelo, deportistas entre otros, cuando la concentración se encuentra presente en estos casos, los riesgos en una tarea se verán disminuidos.¹⁸

¹⁷ La atención es un proceso necesario, en nuestros receptores sensoriales llega al cerebro más información, muchas veces hemos oído decir a algunos deportistas “jugué todo el partido muy concentrado”, “perdí mi concentración y no pude recuperarla de nuevo”, “después del primer fallo perdí mi concentración”, o bien, hemos visto a los entrenadores gritando a sus jugadores: “por tu ojo en la pelota”, “céntrate en la jugada siguiente”, “concéntrate en el aro al lanzar”. Todas estas frases se refieren a la focalización de la atención del jugador. (Lorenzo, 2001, p.63).

¹⁸ Escena 1: El pítcher ve desde la loma de lanzamientos a su padre que está en las gradas y que por algún motivo lo llevan esposado dos policías, hay una pausa en el juego y el entrenador se dirige hacia él, y le pregunta: “¿Dónde está tu mente en este momento?” ... “en el juego” ... “no puedes preocuparte por cosas que no puedes controlar, ¿estás bien? ¿cómo está tu brazo?, apaga en ti todo ese ruido, solo preocúpate por el bateador, nos encargaremos de lo que sea después del juego. En este momento concéntrate en lo más simple.”

Escena 2: El pítcher a su psicólogo deportivo “¿esto es lo que haces con todos los jugadores, ver vídeos de jugadas señalando nuestros titubeos y errores y preguntarnos qué nos pasa en ese momento?” ... “Me ordenaron tranquilizarte ¿recuerdas algo en particular?” ... “Si, recuerdo estar a punto de lanzar 5 bolas malas y hacer el ridículo delante de todo mundo”, “pero, ¿recuerdas que estabas pensando O que sentías en ese momento?” ... “si, oí a un tipo en la tribuna, un vendedor, lo escuché gritar: ¡SODAS!” ...” entonces, debe de haber gritado fuerte para que lo oyeras” ... “si, pero cuando me concentro, cuando estoy... ya sabes lanzando, no escucho siquiera a quien tengo a mi lado. Recuerdo que oí al tipo y los ruidos de la multitud aparecieron.” (Película The Phenom, 2016).

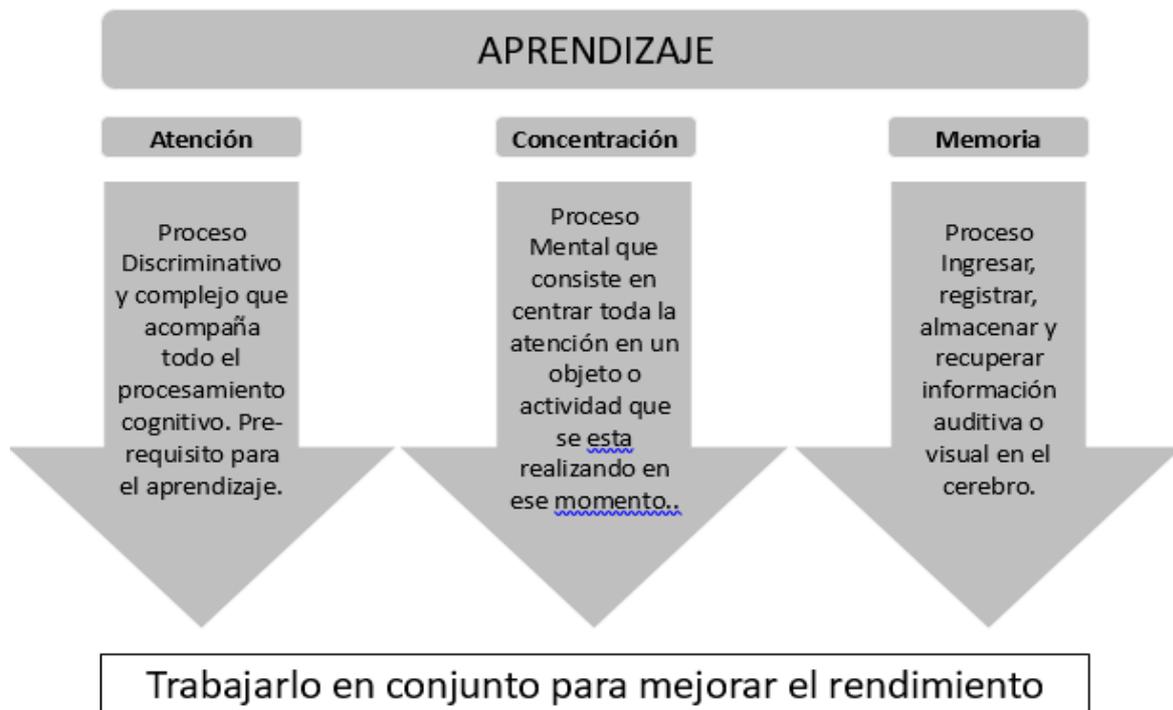


Ilustración 5 El proceso de aprendizaje. Recuperado de: León, K. (2012). Mapa Conceptual: Contenidos del PPA.

<https://http://atencionconcentacionymemoria.blogspot.mx/2012/11/mapa-conceptualcontenidos-del-ppa.html>.(Elaboración propia).

Resumiendo, la atención se puede definir como la disposición de elegir la información recibida a través de los sentidos y que nos permite guiar y controlar los procesos mentales, la concentración es la capacidad de mantener la atención focalizada sobre la tarea que se esté realizando

Al plusmarquista Michael Johnson en su prueba de 400 metros planos siempre se le veía antes del disparo de arranque, totalmente concentrado ¹⁹ con una rodilla sobre la pista mirando a su carril y en un profundo dialogo interno es decir focalizando toda su atención a su tarea deportiva.

¹⁹ “He aprendido a eliminar todos los pensamientos innecesarios mientras estoy en la pista. Simplemente me concentro en las cosas tangibles, en la pista, en la carrera, en los tacos, en las cosas que tengo que hacer. La multitud se desvanece y los otros deportistas desaparecen y ahora se trata de mí y de esta única calle” Michael Johnson

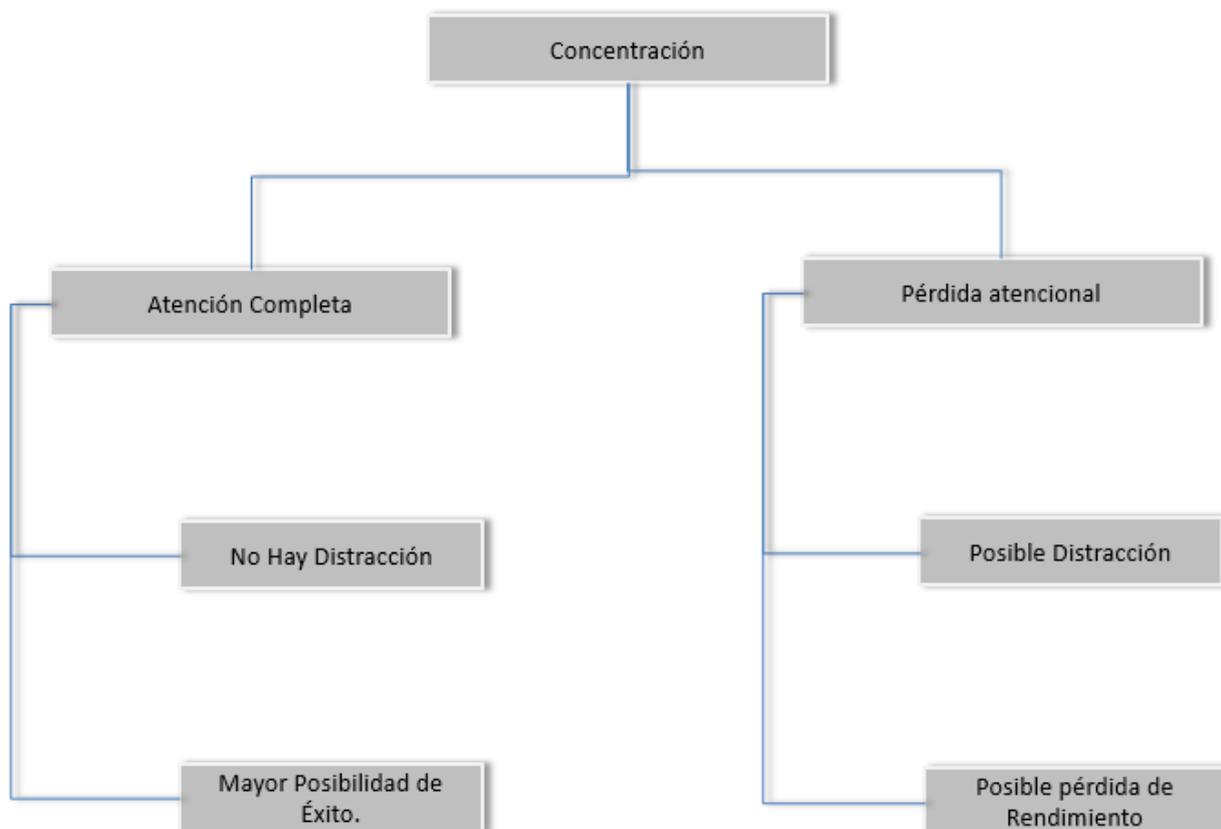


Ilustración 6 La concentración. Recuperado de González, M. (2016) La concentración en el deporte. <https://powerexplosive.com/la-concentracion-en-el-deporte> (Elaboración propia).

En ese contexto es esencial definir el que se entiende por atención y concentración, cuales, con las exigencias concretas de atención en determinadas modalidades deportivas y situaciones, y como puede desarrollar y entrenar la capacidad de atención y concentración.

El autor Wood, (1949). Nos ha proporcionado una idea de cómo el significado del concepto concentración no es identificado plenamente por diversas personalidades, ya que existe una serie de evidencias fehacientes que el termino de concentración circulo deportivo no es entendida de igual manera por los entrenadores y los deportistas, incluso frecuentemente se da por asentado que la sociedad sostiene un entendimiento generalizado e idóneo, sin embargo, no es de esta manera. Por lo cual es importante hacer hincapié en el significado simple de la concentración. Como hemos repetido reiteradamente y de diferentes formas a lo largo de este texto, a concentración es enfocar completamente nuestra atención en las características importantes de la

actividad que se esté realizando, suprimiendo o dejando de lado todo estímulo que ponen en riesgo el objeto de nuestro haber, que en el ámbito deportivo es sostener de manera continua la concentración durante la actividad física, llámense competiciones, e incluso en los entrenamientos.

Al aplicar la totalidad focal de atención en la acción que se está llevando a cabo favorece a la utilización de mecanismos psicofisiológicos necesarios para llevar a cabo la actividad que nos concierne con el éxito esperado, gracias a esto podemos sustentar la convicción de que de esta manera se optimiza el rendimiento deportivo. Es predecible que a lo largo de la realización de la actividad deportiva se presentan variables que se encuentran fuera del control del sujeto, y que por más débiles o tendenciosas que sean ostentan de influencia que puede desembocar en la pérdida de concentración, que a su vez podría conducir al fracaso deportivo.

Un ejemplo puede ser cuando el deportista tiene temor a no obtener los resultados esperados y decepcionar a quienes confiaron en su talento, este tipo de pensamientos produce la marcha de los mecanismos correspondientes, lo cual conducirá al deportista a cometer errores, puesto que su atención no está centralizada. Es por esto que la concentración es una poderosa herramienta de alto rendimiento que exige al deportista enfocar su atención total y no solo una fracción de la misma.

No concentrarse en la concentración, en el deporte es posible malograr una actuación, esto si el atleta pretende fijar su atención en todas y cada una de las partes de su ejercicio. Por ejemplo, un saltador de altura que quiera ser consciente de cómo coloca las manos, la cabeza y en qué movimientos hace en su actuación lo más probable es que falle (Smith, 1996; Stirling, 1979). Es decir, las actividades que con anticipación han sido ejecutadas de manera “instintiva o espontánea”, debe ser efectuadas de la misma manera en que fueron aprendidas, es decir de manera automática, pues si el deportista le presta demasiada atención a cada uno los movimientos que componen la actividad física, esto no permitirá sean realizadas de manera natural, pues gracias a la excesiva atención prestada, los movimientos serán efectuados deliberadamente, lo cual provocara que se cometan errores en el desarrollo de la misma. Es importante que el deportista no centre toda su atención en lo que va a suceder, más bien debe dejar que suceda.

En cuanto la Mejora de la atención/concentración en los entrenamientos, es conveniente que en el diario entrenamiento se implementen actividades que permitan al sujeto el mejorar e incrementar la concentración en sus labores deportivas y estas mismas actividades implementadas cumplan con la función de dar a conocer las exigencias atencionales de la modalidad, las vicisitudes en las mismas, las limitantes y como optimizarlas.

5.2.1. Atención Vs Concentración

De acuerdo con Zamulski, D. (2007), en el ámbito deportivo el buen rendimiento comúnmente está relacionado con la amplitud de concentración al llevar a cabo la actividad deportiva. Es necesario que antes de definir el concepto de concentración desde la visión psicológica, debe ser simplificado también el concepto de atención, que de igual manera está bien definido en la literatura de la psicología.

Atención: es entendida, de modo general, como un estado selectivo intensivo y dirigido la precepción.

Según Weinberg y Gould (1999:326). La concentración puede ser considerada como la cualidad de un sujeto para mantener el foco de atención por encima de cualquier estímulo externo presentes en el entorno en que se encuentra. En ocasiones el ambiente se modifica con rapidez, subsiguiente a esto el foco de atención se ve forzado a menguar de igual manera.

Estos mismos autores distinguen tres importantes elementos para la correcta definición de la concentración:

- Focalización de estímulos relevantes. Es decir, Sostener por un tiempo definido el grado de atención
- Toma de conciencia de la situación. Rutzel (1977:49) define la atención como “Un proceso selectivo: la precepción e imaginación interna son dirigidas, focalizadas y fijadas.

Esta definición permite apreciar con claridad que la atención no solo consiste de ser un proceso de entrada de información de forma estática o inactiva, más bien es proclive a procesar la

información de forma dinámica. Schuber (1981), considera que la atención es una condición de consciencia a través de la cual un individuo gestiona procesos psíquicos sobre determinados objetos, acciones o iguales.

La atención es, según Konzag (1981), el método de selección y regulación de la consciencia de todo ser humano, y en relación a la actividad deportiva, destaca tres diversos tipos de concentración, los cuales son:

- Atención concentrativa
- Atención distributiva
- Capacidad de alteración de la atención

La atención concentrada puede ser concebida como la focalización de atención en algún objeto o acción en concreto. Es la condición de conducir conscientemente la atención a un sitio determinado en el campo de la percepción, llámese percepción visual, percepción auditiva o táctil (ej.: la atención de un jugador de basquetbol del momento del lanzamiento libre).

El concepto de atención distributiva es, como propiamente lo dice su nombre, la distribución o repartimiento de la atención sobre objetos diversos. La atención distributiva es indispensable, por ejemplo, para un jugador de futbol soccer que tiene como primordial misión elaborar las jugadas al tiempo que tiene el balón en sus pies. A pesar de que bien pudiéramos considerar una admirable virtud el empleo de este tipo de atención, es necesario mencionar que la potencialidad de la atención distributiva es inferior al ser comparada con la concentración de la atención, esto por la contemplación de varios objetos y situaciones a la par.

En muchas ocasiones el deportista precisa tener la habilidad de mantener constante un alto nivel de concentración durante un periodo prolongado de tiempo, esto sin que se vea perjudicada la intensidad de la atención, un ejemplo de ello sería, un tenista conserve intacta la resistencia de la concentración inicial a lo largo de un juego de 5 sets.

FUNCIONES DE LA ATENCION

Según Neisser (1974:179), la identificación primaria de informaciones antecede la atención focal, o sea la recepción y asimilación de informaciones objetivas en proceso pre-atencionales. Ellos

abastecen el material bruto, el cual, por medio de la atención focal, es reunido en una figura uniforme. Se puede aceptar que la fracción de segundo en que se observa un objeto es suficiente para que eso pueda ser guardado en corto plazo en la llamada <<memoria de tiempo ultracorto.

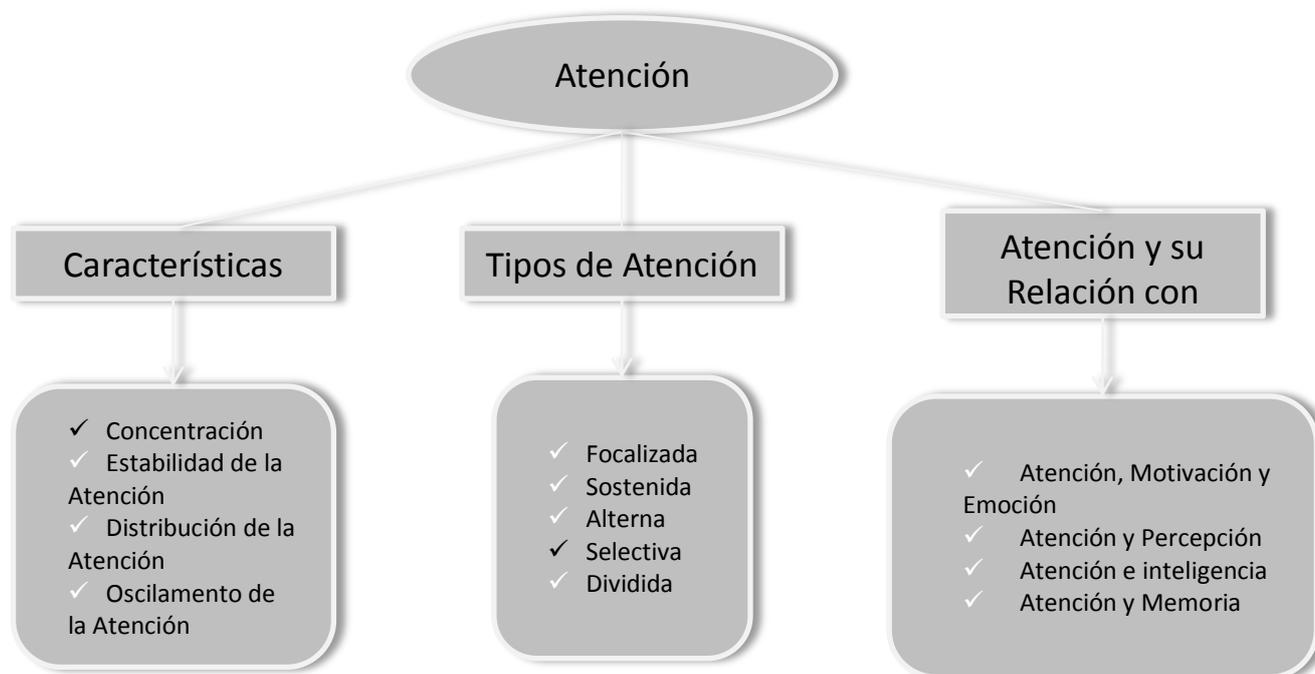


Ilustración 7 La Atención. (Elaboración propia).

5.2.2. Exigencias de la Concentración

Frester y Worz (1997), las exigencias de la concentración son resultantes de la interrelación sostenida entre la estructura y la dificultad del ejercicio deportivo al ser efectuado y capacidades psíquicas de quien lo practica, es decir del deportista.

Las exigencias de la concentración en el deporte reúnen ciertas características dependiendo del deporte o exigencia deportiva como la duración de la intensidad del ejercicio, su dirección, su finalidad, éstas exigencias de concentración requieren de un nivel superior a nivel técnico como lo refiere Frester y Worz (1997).

En los deportes individuales son orientadas para el propio cuerpo/ movimiento focalizadas en la tarea de corta duración con alto nivel de intensidad de concentración.

En los deportes colectivos, el jugador precisa orientar sus acciones externamente, anticipar y selecciona las informaciones importantes y ante un nivel de concentración durante un todo el tiempo de juego

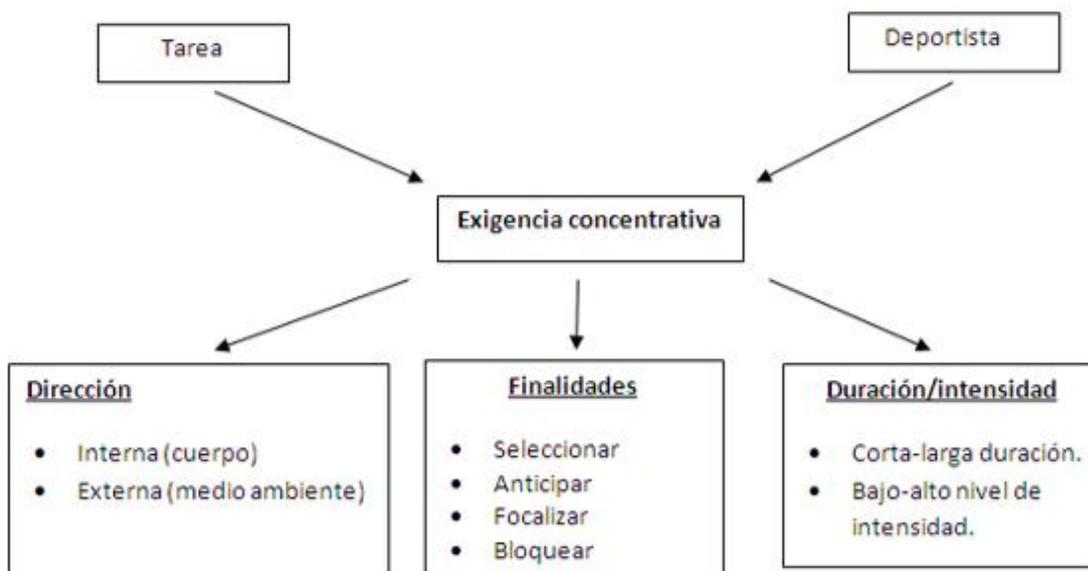


Ilustración 8 Determinantes de las exigencias concentrativa en el deporte. Según Frester y Worz (1997:50).

Un modelo bidimensional de la atención fue sugerido por Nideffer (1976,1979). En ese modelo se prestan dos dimensiones: amplitud de la atención y dirección de la atención.

La dimensión de la amplitud de la atención se encuentra vinculada con la cantidad de información a la cual damos uso de manera consciente en algún preciso momento o situación una atención muy amplia o prolongada exige de una atención simultánea a la diversidad de información recibida a través de la percepción y, por otro lado, una atención pobre o estrecha conduce la concentración a una sola perspectiva de la situación.

La segunda dimensión está relacionada con la dirección de la atención. En dicha dimensión se encuentran dos polos extremos: la persona (atención interna) y el ambiente (atención externa). En la atención externa, el deportista guía su concentración solamente a los estímulos externos, y

cuando nos referimos a la atención interna, es hablar sobre el requerimiento de una concentración sobre las propias percepciones, sentimientos y pensamientos.

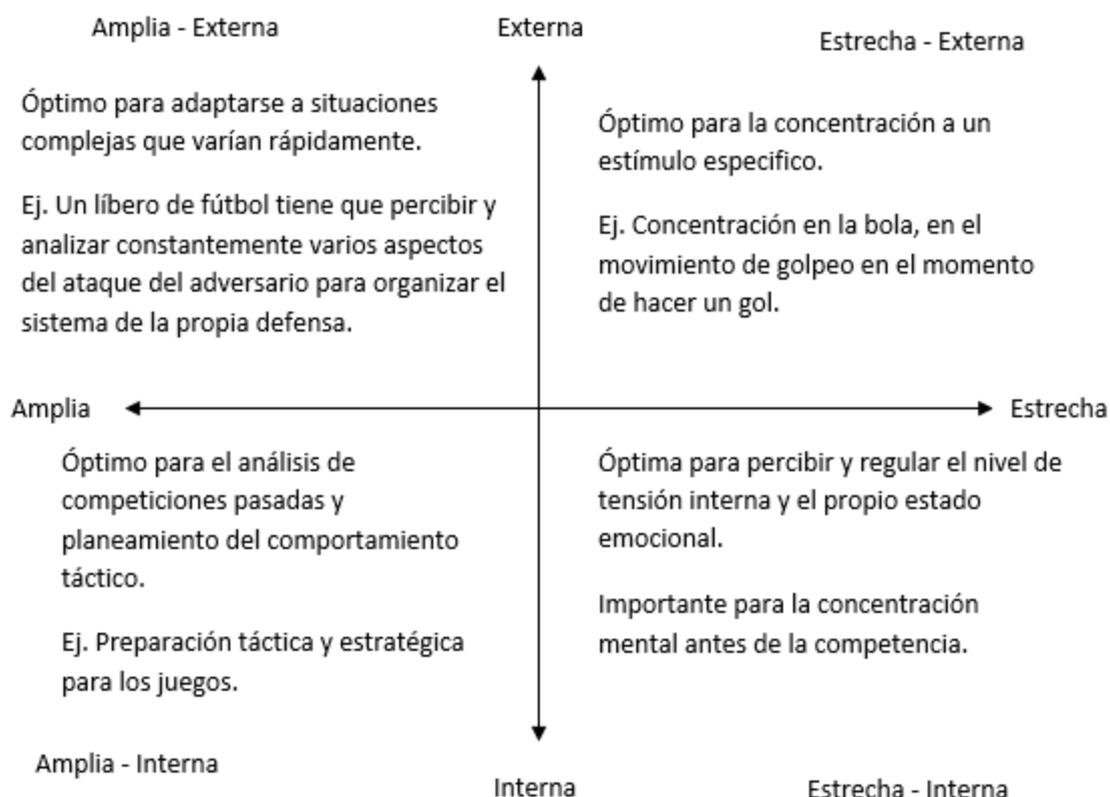


Ilustración 9 Las diferentes formas de atención en el deporte según Nideffer (1976). (2007). Manual de psicología del deporte.

Weinberg y Gould (1999:336) establecen diferencias entre distractores internos y externos. “Las distracciones internas son pensamientos negativos, preocupaciones, pensamientos irrelevantes, atención orientada para eventos pasados o futuros, realización de juego con sobrepresión psicológica, análisis exagerado de mecanismos corporales y fatiga mental, lo anterior pudiera significar todo ese dialogo interno de un deportista o bien lo que se dice uno mismo mentalmente en cuanto a una competencia importante o una final de un partido, es decir si piensas que estás perdido , estas perdido, los pensamientos negativos son una distracción interna que te saca del control de una competencia o partido, siguiendo con otro ejemplo, en cuanto a la sobrepresión psicológica si no se logra una focalización de la ejecución que toca realizar como un tiro penal en una final de futbol que te dará el gane, difícilmente habrá buen resultado.

Por otra parte las distracciones externas que pueden influenciar en deportistas durante la competencia son de origen acústico por ejemplo las porras de los aficionados gritos o insultos de los mismos, al prestar atención a este tipo de estímulos se entiende que no se está del todo en el juego, las distracciones externas también puede ser de origen visual, por ejemplo que entre el público se encuentren familiares, amigos y que durante el juego el deportista les preste atención en lugar de estar atento al partido

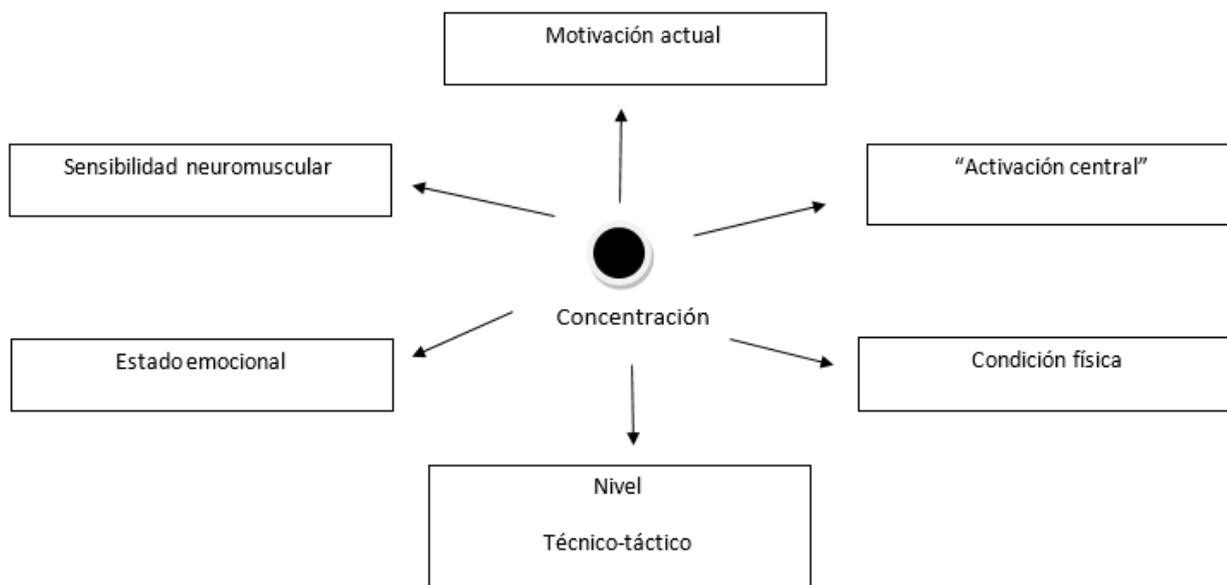


Ilustración 10 Desarrollo de la concentración en el deporte, recuperado de Samulski, D. (2001). Manual de psicología del deporte

Baumann (1986:149) recomienda las siguientes directrices generales para mejorar la capacidad de concentración:

- Analizar las causas de las perturbaciones de la concentración: influencias familiares y profesionales, dolencias. Problemas psicovegetativos, estrés miedo, conflictos sociales; Es primordial hacer introspectiva respecto a las posibles causantes de inquietud o turbación en el deportista, esto con la finalidad de poner en funcionamiento estrategias que favorezcan a la concentración del deportista, esto no quiere decir tales estímulos sean suprimidos, más bien que sean aprovechados a manera de señuelo, sin embargo, no causen la mayor inestabilidad en la concentración del deportista.

- Crear incentivos y estímulos, evitar monotonía, establecer metas nuevas y desafiantes; Es innegable que en ocasiones se cae en un estado de confort, en el cual la rutina se conserva inmutable y si no se lleva a efecto alguna acción será hasta cierto grado complicado el salir de dicho estado. Para evitar que esto suceda es fundamental implementar nuevas metas que sean estimulantes e inspiratorios para el deportista.

- Variar la amplitud de la atención: dependiendo de la situación específica, variar entre distractores y concentración de la atención; Diversificar la amplitud de la atención es una excelente herramienta a implementar, pues hay una importante variedad de distractores existentes en el entorno del deportista, no causa el mismo impacto en el sujeto una problemática personal en comparación con los gritos y abucheos de los espectadores asistentes a una competición

- Variar entre la carga y la recuperación: iniciar la fase de recuperación antes disminución o pérdida de la concentración;
- Concentrarse de forma consciente en el objeto de la concentración. Evitar, ignorar y bloquear estímulos irrelevantes; Al momento del juego o competencia siempre existirán elementos distractores que salen del control del deportista, sin duda alguna es imprescindible que tales estímulos sean mantenidos para de esta manera sea alcanzada con éxito la concentración por encima de todo estímulo distractor que pudiese desenfocar al deportista de la meta preestablecida.

- Mejorar la motivación para el rendimiento: percibir y analizar las vivencias del éxito y el fracaso, las consecuencias respectivas y crear estímulos de rendimiento para cada deportista.
- Utilizar las experiencias vividas, sean fracasos o momentos de gloria, como motivante es excelente, pues insta al deportista a dar lo mejor de sí, para lograr finalmente el éxito, o para superar los momentos prodigiosos que han logrado a lo largo de su vida deportiva.

- Simular condiciones de competencia en el entrenamiento (simulation training) Ej.: Producir barullo de los espectadores; juego entrenamiento contra un tiempo agresivo; juego con sobre presión de tiempo; entrenamiento técnico en presencia de estímulos perturbadores. Este ejercicio es una gran ayuda al deportista, pues tiene la función de ser motivante para el

mismo, ya que permite crear el ambiente y lo ponerlo en contexto, y de esta manera al momento de la competición el deportista logrará con éxito focalizar plenamente su atención, con esto la concentración lograda no se verá interrumpida, es decir, le proporcionara la aptitud de mantener su concentración en el trabajo que le compete.

- Usar palabras claves (cue words). Durante la competencia, deportistas, vencedores utilizan palabras como “fuerza”, “lucha”, “concentrarse en lo nuevo”, “continua así”, “presten más atención no adversaria”, etc.: con la finalidad de mantener un buen nivel de atención el de concentrarse de nuevo cuando pierde la concentración.

El propósito de usar frases clave es, una vez que se advierta el decremento de concentración en el deportista, estas frases son de ayuda, puesto que atrae de nueva cuenta la atención y la concentración del deportista, brindando así la seguridad del empleo de la misma para los fines esperados, esto es el logro del éxito. En resumidas palabras: La función de tales palabras conservar grado de atención y concentración constante en el deportista, y en caso de verse menguado alentar a retomar la concentración de la atención inicial.

- Establecer rutinas de comportamiento (competitive routines). Rutinas de comportamiento pueden ser aplicadas antes y durante la competencia a fin de reducir el nivel de ansiedad, eliminar factores que pueden distraer al deportista y aumentar el nivel de concentración.

- Como ejemplo de las rutinas de comportamiento puede ser implementada la respiración, esta implica inspirar profundamente por la nariz y espirar lentamente por la boca, existe también los estiramientos los cuales disminuyen la tensión de los músculos a causa del estrés. Poner en práctica estos ejercicios favorecen a la relajación del deportista, disminuyendo la intranquilidad o desasosiego que son causados por factores externos que se encuentran totalmente fuera del control del mismo.

- Desarrollar planes de competencia (competition plans). Esos planes precompetitivos y competitivos pueden ayudar al deportista a mantener el nivel de atención durante la competencia, especialmente en momentos de decisión. Promover la creación de planes de competencia aplicables antes y/o durante competiciones, brindan asistencia oportuna al deportista en momentos decisivos conservando la calidad de la atención inicial en la

competición, como preestablecer la aplicación de métodos operativos que sean funcionales a la hora de estar en el ejercicio deportivo, con el propósito de obtener los resultados de éxito esperados.

- Practicar el control visual (visual control). En los deportes con pelota (voleibol, basquetbol, tenis), el deportista precisa la capacidad visual de focalizar la atención en estímulos visuales relevantes y evitar distracciones (ej.: prestar atención las reacciones de la claqué) permanecer concentrado en situaciones presentes. Al mencionar el control visual, Baumann, refería nada más y nada menos a mantener constante la atención en el objetivo que ayudará al sujeto a conseguir su meta, la cual sin duda alguna siempre será el obtener el triunfo. Se proporciona como ejemplo los deportes que hacen uso de pelotas en los cuales es indispensable prestar la absoluta atención a cada uno de los movimientos realizados con la pelota.

- El deportista debe evitar pensar en situaciones pasadas y futuras (ej.: consecuencias futuras de una derrota o lesión) y estar totalmente concentrado en la tarea a realizar en el momento actual, en la situación presente. Respecto a este punto, es ineludible mencionar que el hacer una remembranza de malas experiencias, son perjudiciales para la conservación de la concentración, provocan en el deportista el desvío de la atención y esto puede traer consigo resultados imprevistos y/o inesperados.

Hasta cierto punto podríamos mencionar que es una sutil manera de programación mental, puesto que muchas ocasiones el traer a la memoria experiencias desfavorables, hacen que el deportista se angustie e imagine escenarios futuros, predisponiéndolo a la derrota. En caso de ser momentos de gloria que son traídos a la memoria, pueden crear una atmosfera de excesiva confianza, que por consiguiente puede desembocar también en la derrota, o en resultados que no fueron contemplados con anticipación.

Eberspacher (1990: 44), presenta las orientaciones siguientes para lograr la concentración durante la competencia:

- Concéntrese en los momentos decisivos de sus acciones deportivas
- Concéntrese en la situación presente
- Evite los pensamientos negativos.
- Concéntrese en las tareas a revisar.
- No piense sobre el sentido de sus acciones.

- Evite el pensamiento sobre resultados futuros y sobre futuras consecuencias negativas.
- Concéntrese de forma consciente y relajada.

De acuerdo con los puntos anteriores es pertinente aludir que la práctica de los mismos de manera continua permite en el deportista adquirir conscientemente la afinidad o armonía entre su concentración y su actividad deportiva, ello con el fin de que cuando entren estímulos externos no causen efectos negativos en una competencia o partido que pudiera tener consecuencias adversas a su rendimiento deportivo.

Todo deportista está involucrado en la acción que realiza y, por lo que a la atención se refiere, no es que se distraiga *mentalmente* mientras está ocupado *enteramente* en otros menesteres, sino que fracasa como consecuencia de haber fracasado mentalmente. Por eso, cabe considerar la atención “como comportamiento que afecta a toda la persona. (Mora, García, Toro, y Zarco, 2000, p.86).

En el entorno deportivo la *atención y concentración* son dos elementos que cobran importancia puesto que de éstos dependerá un buen desempeño deportivo tanto del deportista como del equipo, estos aspectos o competencias son deseables pues de ello se derivan el triunfo que es la meta u objetivo de todo jugador dado que son elementos psicológicos que se encuentran presentes en la productividad deportiva

Es muy común escuchar declaraciones y referencias por parte de los deportistas y también entrenadores al elemento de la atención, y le dan una gran responsabilidad a dicho elemento cuando las cosas no resultan, cuando las ejecuciones deportivas no fueron las esperadas, cuando el marcador fue adverso, cuando esto sucede suele haber expresiones tales comodebes prestar más atención al juego”, “perdimos éste partido porque hubo muchos errores en las jugadas y la causa fue que no estaban concentrados” “debes estar más atento en los pases, no te distraigas” etc. A causa de esto, resulta obvio escuchar comentarios por parte de jugadores, entrenadores, medios deportivos, la afición entre otros en que el culpable final del fracaso obtenido en un partido en cuanto al resultado fue debido a la falta de concentración del atleta o jugadores en éste caso.

Como ya hemos mencionado antes, se define concentración como “la focalización de toda la atención en los aspectos relevantes de una tarea, ignorando o eliminando a los demás. Lo específico de la concentración es que se trata de dirigir la totalidad de la atención y no sólo una parte de ella a la tarea que estamos ejecutando” (Lorenzo, 1992, p.133). La concentración es dirigir toda nuestra atención a los elementos cruciales de una actividad, descartando y/o eliminando características que, bajo determinado criterio, que no lo son.

La concentración significa apuntar completamente nuestra atención a la labor que está llevándose a cabo, es decir, no solamente proporcionar una parte de la atención. Es preciso recordar que la atención y concentración, aunque pareciesen tener el mismo significado, no es así. La atención es la acción de mostrarse atento a los estímulos presentes en el entorno, mientras que la concentración es la acción de mantener constante la atención en algún pensamiento o actividad, esto sin desviación alguna.

Como anteriormente se comentó anteriormente y de acuerdo a lo expuesto por Guallar y Pons, (1994, p.229) la concentración es considerada, en la esfera deportiva como “la habilidad para dirigir y mantener la atención hacia el aspecto requerido de la tarea que se esté realizando. Estar concentrado es atender únicamente a aquellos aspectos relevantes de la actividad deportiva que se realice y no prestar atención a otros estímulos que no son importantes en esta actividad” .

Según Weinberg y Gould, (1996), algunas de las características identificables en la concentración son: por un lado, la atención prestada al entorno mediante las señales que están presentes en el mismo, y la segunda característica a identificar es la permanencia constante del foco de atención, Psicólogos del deporte han demostrado que, si se consigue tal concentración, el rendimiento que el deportista se incrementa, de tal manera que llega a ser óptimo. Es importante que el deportista de rendimiento mantenga la atención constante en lo que le compete, pues que un desliz en la atención lo cual causa la pérdida de la concentración puede traer consigo efectos desfavorables en una competencia, incluso, hablando más allá del ámbito deportivo, pueden presentarse circunstancias adversas a su salud.

Es decir, lo que diferencia la atención de la concentración es que mientras la primera es el proceso por el cual se perciben varios estímulos, la concentración está focalizada en un solo punto en particular.

Con lo antes dicho, la referencia es que se debe de centrar la atención en un suceso o actividad y dejar de lado los demás, es decir prestar suma atención a un acontecimiento a la vez, esto jerarquizando por nivel de importancia, siendo los considerados más importantes los primeros en ser atendidos, para que no se desvíe la atención cortando de esta manera la concentración del sujeto.

De acuerdo a lo mencionado por Nideffer (1991, p. 373), en que describe que de la siguiente manera “la capacidad para controlar los procesos de pensamiento, para concentrarse en una tarea, es sin duda la clave más importante para lograr una actuación eficaz en el deporte. El control mental es por lo tanto un factor decisivo en la competición, ya sea ésta a nivel de deportes individuales o de equipo”. (Mora et al.,2000, p.88). Mantener un control mental conlleva técnicas las cuales favorecerán al individuo a mantener un nivel óptimo en la participación en eventos deportivos.

Las emociones y pensamientos de desánimo siempre están propensas a manifestarse y romper con la concentración del sujeto, es en este preciso momento en el que el control mental aparece para redirigir la mira de la atención, para volver a la concentración inicial.

Lo que se ha expresado con anterioridad conlleva que el deportista debe ser capaz de focalizar toda su atención hacia aquellos estímulos que el desarrollo eficaz de la tarea le exige, desatendiendo aquellos otros que puedan dificultar la misma.

Ante situaciones de presión, los deportistas suelen volverse más irritables y agresivos, tendiendo menor a la reflexión y disminuyendo sus capacidades atencionales. (Mora et al.,2000, p.94)

Lorenzo, (1992) menciona que Es absolutamente normal o habitual que el deportista se vuelva más irritable y agresivo frente a circunstancias las cuales le producen estrés y presión continua, esto hace que sea menos reflexivo y reduce o deteriora su capacidad atencional, motivo por el cual, y dadas las numerosas situaciones generadoras de tensión a las que se han de enfrentar a lo largo de su vida deportiva, es deseable que proceda con un dominio emocional eficiente que,

como ya hemos mencionado anteriormente, hará que para el deportista sea más fácil lograr mantenimiento constante su capacidad de concentración.

En estos casos el deportista deberá contar con las habilidades y entrenamiento para discriminar información pertinente de lo no pertinente, deberá dejar de lado e ignorar el entorno que pudiera distraerlo.



Ilustración 11 Proceso que provoca la respuesta de bloqueo en la práctica deportiva, según Nideffer (1981). Tomado de: De Diego y Sagredo (1992, p. 187).

Indiscutiblemente en el quehacer deportivo, los procesos de atención pueden verse perjudicados, y por consiguiente el rendimiento del deportista, a causa del nivel de ansiedad precompetitiva.

Cabe considerar, que no todos los deportes requieren el mismo nivel de atención. Hay algunas especialidades que requieren una atención más focalizada que otras, e, incluso en un mismo

deporte, determinados momentos solicitan al deportista que concentre su atención en un número más o menos reducido de señales de estímulo. (Cruz-Feliu, 1995, p.121).

En el ámbito de la actividad física y del deporte tener conocimiento y dominio de los procesos atencionales y de concentración es fundamental (Dosil, 2008, p.177). Por ejemplo, cuando un entrenador da las indicaciones precisas de la técnica en las ejecuciones deportivas, es preciso que el deportista preste atención para tener éxito en su cometido. En un entrenamiento de Vóley, las jugadas que marca el entrenador deberán ser entendidas, tratándose de un deporte de conjunto deberán estar atentos en los movimientos que durante el partido habrán de realizar para no cometer fallos o errores (en quien va a elevar, quien va a sacar, quien va a estar pegado a la red, etc.), y esto se logrará únicamente si el equipo en su totalidad prestó atención a las instrucciones.

La concentración es uno de los factores principales que todo entrenador deberá tener en cuenta para una buena preparación psicológica en el contexto deportivo. (Dosil, 2008, p.178).

La mayor parte de quienes están involucrados en el medio deportivo consideran que la atención y la concentración son dos importantes variables psicológicas que influyen de manera decisiva en la conquista del éxito (Boutcher, 1990; González, 2003; Moran, 1996).

Capítulo 6: Modelo de investigación.

El modelo de investigación que se utilizó en un inicio fue el de la entrevista semi-estructurada, buscando en todo momento llevar a cabo la implementación del método cualitativo y cuantitativo mismos que se realizaron con un avance significativo, se llevaron a cabo tres entrevistas a entrenadores utilizando el método cualitativo y una encuesta con 25 reactivos que fue aplicada a un equipo de softbol femenino utilizando el método cuantitativo. Ambos métodos fueron realizados en la Universidad Autónoma de Nuevo León.

La metodología cualitativa se basa en principios teóricos como la fenomenología, la hermenéutica, la interacción social utilizando métodos de recolección de la información. La idea era explorar en su momento las relaciones sociales y describir la realidad tal como la experimentan los protagonistas

Encontrar un método para investigar, para recoger datos, que nos diera luz hacia lo que queremos encontrar, resultó un tanto difícil, consideramos el método cualitativo para la realización de nuestro trabajo que en este caso utilizamos el método de la *entrevista*.

El método cualitativo de la entrevista constó de un instrumento que contiene 14 preguntas mismas que fueron aplicadas en el siguiente orden: preguntas generales (4), preguntas descriptivas (4), preguntas de estructura (3) y preguntas de contraste (3), dicho instrumento fue entregado para su realización con tres entrenadores de los equipos representativos TIGRES de la Universidad Autónoma de Nuevo León, correspondientes a las siguientes disciplinas deportivas, fútbol rápido femenino, karate y judo, con absoluta disposición, estas se realizaron en la oficina de la coordinación de psicología del deporte de la Dirección general de deportes de la UANL en un horario de 9:00 am a 10:00 am, diferidos en un día para cada entrenador, se les explicó la finalidad de la entrevista aceptando con interés el pilotaje de la misma, también se les hizo saber que la entrevista sería grabada para después hacer la transcripción, que sería absolutamente confidencial además de contar con los resultados en caso de ser requeridos.

En cuanto al método cuantitativo se utilizó una encuesta como la aplicación de un procedimiento estandarizado para recabar información de una muestra amplia de sujetos.

Para efecto de nuestra investigación la población encuestada fueron deportistas del equipo de softbol femenino selección TIGRES de la Universidad Autónoma de Nuevo León, primeramente, se habló con la entrenadora aceptando la implementación de la encuesta a todo el equipo con absoluta disponibilidad para llevar a efecto dicho procedimiento.

En ambos métodos (cuantitativo y cualitativo) hubo hallazgos interesantes tanto en el discurso de los entrenadores (Anexo 1), como en las respuestas recabadas por parte de la encuesta aplicada al equipo de softbol. El pilotaje realizado a servido para la familiarización con sujetos de estudio e investigación, ha sido útil también para la sensibilización y proceso de aprendizaje, finalmente estos hechos permiten reorientar el modelo de investigación por el del experimento.

6.1. Diseño del instrumento (experimento) comprobación mediante la cuasi-experimentación

Tomando en cuenta que el deporte es considerado como una actividad diseñada para obtener un vencedor donde las estrategias habilidades y destrezas adquiridas o aprendidas son el resultado de un triunfo o una victoria, podemos decir que las actividades realizadas por el deportista se verán reflejadas en un resultado final, mismo que puede ser positivo o bien al momento de evaluar el resultado, determinar si algún indicador fue deficiente.

Este tipo de procesos lo podemos observar de igual manera en el experimento donde posterior a los resultados se hace una valoración que determina si la hipótesis se cumple.

El objetivo de realizar un experimento es el de reunir datos que nos sean útiles mediante instrumentos elaborados con la finalidad de entender mejor como funciona un sistema y al mismo tiempo revisar resultados obtenidos pre y post en una mediación.

En cuanto al tipo de investigación que llevaremos a cabo será el de la experimentación, conviene subrayar que la investigación experimental posee las siguientes características que son: se pueden administrar estímulos o tratamientos, así como las variables que pueden ser manipulados por el investigador hacia el grupo, existen tres categorías que son: a) Pre- experimentos, b) Cuasi- experimentos y c) Experimentos puros.

En nuestro proyecto de investigación utilizaremos el cuasi- experimento, cuyas particularidades principales son, que se manipula deliberadamente al menos una variable independiente para observar su efecto y relación con una o más variables dependientes, otra característica es que, los sujetos no se asignan al azar a los grupos, ni se emparejan, son grupos que permanecen intactos.

En la investigación experimental en la categoría de cuasi-experimento favorece el análisis cuidadoso de las propiedades de los grupos intactos, al mismo tiempo son utilizados para estudios correlacionales con hipótesis basadas en diferencia de grupos sin atribuir causalidad, por otra parte, también son utilizados en estudios explicativos con hipótesis basadas en diferencia de grupos atribuyendo causalidad.

Para ubicarnos en el contexto, en el cuasi-experimento existen tres características que son necesarias mencionar para encuadrar el concepto.

- Tratamiento experimental: es el experimento que se le aplica a un sujeto para conseguir un resultado. En este caso la mediación sería el tratamiento experimental.
- Grupo experimental: es aquel al que se le aplica el tratamiento experimental, en este caso las partes en conflicto. (Pick de Weiss & López Velasco de la Faubert, 1998)
- Grupo de control: es aquel el cual no es sometido al tratamiento experimental, en otras palabras, es el conjunto de sujetos utilizados en un experimento a fin de brindar una observación que pueda cotejarse con la conducta del grupo experimental, y se tiene como referencia para medir los incrementos o decrementos generados previos, durante y post el experimento. (Babbie, 2000)

6.1.1. Elección del instrumento

Por lo que se refiere al instrumento que se utilizará en la presente investigación será el de la encuesta ya que ésta estudia poblaciones (o universos) grandes o pequeños, por medio de la selección y estudio de muestras tomadas de la población, para descubrir la incidencia, distribución e interrelaciones relativas de variables sociológicas y psicológicas.

El instrumento básico utilizado en la investigación por encuesta es el cuestionario, El cuestionario de encuesta es un instrumento de recogida de datos rigurosamente estandarizado que operacionaliza las variables objeto de observación e investigación, por ello las preguntas de un cuestionario constituyen los indicadores de la encuesta, Gessler, Lupi. (2002) es un documento donde se recaba toda la información de manera organizada, La finalidad del cuestionario es traducir variables empíricas, sobre las que se desea información, para obtener preguntas concretas que ofrezcan respuestas fiables, para ser cuantificadas.

6.1.2. Diseño del instrumento

En cuanto a la estructura y forma del cuestionario, las preguntas estarán cuidadosamente elaboradas, no se incluirán preguntas intrascendentes. Será relevante, el orden en el que deben aparecer las preguntas, ya que debe existir un vínculo y estar relacionadas con el orden en el que son planteadas. La redacción de las preguntas será sencilla para que se comprendan fácilmente, además de ser claras y precisas para llegar directamente al punto de información deseado.

Una vez terminada la estructura del cuestionario y la relación con cada una de las variables a través de la operacionalización de las mismas, se lleva a cabo el pilotaje que proporcionará datos para el aseguramiento de la validez y confiabilidad del instrumento, conviene subrayar que el pre-test o prueba piloto de una encuesta es una actividad que forma parte del diseño de un cuestionario de investigación.

Considerando las variables que analizaremos con la finalidad de realizar la comprobación de las variables de la hipótesis se diseñó un cuestionario con escala Likert como medición para posteriormente realizar un muestreo en un equipo deportivo y así verificar que las preguntas son claras y entendibles. (anexo 2).

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA				Folio: _____	
Edad		Sexo		Fecha	
Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.					

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
---	-------	--------------------------	---------------	--------------------------------	------------	-----------------------

Las preguntas contenidas en el cuestionario comprenden 8 preguntas que corresponden a la variable ansiedad, 8 preguntas que corresponden a la variable concentración y 9 preguntas correspondientes a la variable motivación (anexo 2).

ANSIEDAD		CONCENTRACION		MOTIVACION	
1		2		3	
4		5		6	
7		8		9	
10		12		12	
13		14		15	
16		17		18	
19		20		21	
22		23		24	
				25	

Para la creación del instrumento se utilizaron escalas estandarizadas que tienen relación con el deporte, ello con el propósito de medir elementos centrales de nuestra investigación como los factores emocionales que influyen en el rendimiento deportivo con la finalidad de dar sustentación teórica a las preguntas diseñadas, para tal efecto se revisaron las siguientes escalas estandarizadas.

PSIS: Psychological Skills Inventory for Sports-5° Revision (PSIS-r5) de Michael Mahoney

CPRD: Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo. Fernando Gimeno, José María Buceta, María Del Carmen Pérez-Llantada.

MIPS: Millón Index of Personality Styles, Sanchez-Lopez, Díaz y Aparicio, 2001

La formulación de las preguntas del cuestionario diseñado para la presente investigación fue extraída de las pruebas psicológicas mencionadas con anterioridad, dichas preguntas conllevan la orientación hacia la práctica deportiva.

6.2. Definición del sujeto de estudio

Para efecto de nuestra investigación, la población encuestada son alumnos cursando carrera profesional pertenecientes a los equipos representativos de su universidad, deportistas de diferentes disciplinas deportivas de los equipos Jaguares de la Universidad Regiomontana siendo estos, futbol rápido femenino, futbol soccer y basquetbol varonil, sus edades oscilan entre 18 años a 21 años y tienen mínimamente practicando su deporte 3 años y compitiendo por campeonatos estatales y nacionales, esto nos permite deducir que se encuentran adaptados a la práctica deportiva como a las exigencias de su entrenador.

6.2.1. Aproximación a los sujetos de estudio

El contacto con los sujetos de estudio fue a través de la Directora de deportes de dicha institución educativa, primeramente se estableció vía telefónica una cita para platicar sobre el proyecto de investigación que consistía en la aplicación de una encuesta a los deportistas de la universidad así como establecer un proceso de mediación para aquellos deportistas que tuvieran conflicto con el entrenador y que como consecuencia disminuyera el rendimiento deportivo de los mismos, al establecer el contacto personal con la directora de deportes se le explicaron los pormenores del proyecto en cuestión, donde acto seguido se agenda una cita más, ahora con los entrenadores para describir el objetivo del trabajo a realizar con los deportistas, aceptando estos y mostrando interés en su implementación para mejorar el rendimiento deportivo de sus equipos, se acordó

por parte de los entrenadores el reconocer aquellos deportistas con los que tenían mayor dificultad o conflicto tanto en competencias como en entrenamientos.

6.3. Muestra

La selección adecuada de la muestra a la cual se le aplicará el cuestionario, instrumento del método de encuesta, es fundamental para obtener los datos que se requieren para la investigación. Rodríguez Burgos (2012) refiere que el muestreo es un procedimiento mediante el cual se estudia una parte de la población, conocida como muestra, que servirá para inferir actitudes, comportamientos, acciones, entre otras cosas, de toda la población.

En la presente investigación la encuesta fue aplicada a una muestra de 39 deportistas universitarios de diferentes disciplinas deportivas de los equipos Jaguares de la Universidad Regiomontana siendo estos, fútbol rápido femenino, fútbol soccer y basquetbol varonil, sus edades oscilan entre 18 años a 21 años.

Por lo que se refiere a la investigación por encuesta que estudia poblaciones (o universos) grandes o pequeños, por medio de la selección y estudio de muestras que en nuestro caso son deportistas universitarios, con el fin de descubrir en sus respuestas la incidencia de las variables psicológicas, ansiedad, concentración y motivación.

En la investigación científica y tecnológica resulta muy útil el empleo de muestras, ya que permite el análisis además de realizar conclusiones para nuestra investigación será la muestra no probabilística, que no es un producto de un proceso de selección aleatoria pues los sujetos en una muestra no probabilística generalmente son seleccionados en función de su accesibilidad o a criterio personal e intencional del investigador, a nuestro criterio hemos seleccionado casos de diferentes disciplinas deportivas cuyas características son de situaciones en conflicto entrenador/deportista/entrenador

6.3.1. Resultados de la prueba piloto (comprensión de preguntas)

Para recabar datos que nos lleven a la comprobación de la hipótesis, se construyó una encuesta o cuestionario conteniendo preguntas relacionadas con las variables de nuestra investigación, motivación, concentración y ansiedad se realizó una primera encuesta con 15 ítems, misma que fue aplicada con la autorización de su entrenadora, al equipo de softbol femenino de la preparatoria 16 de la Universidad Autónoma de Nuevo León, ello con la finalidad de comprobar si las preguntas tenían la claridad para ser respondidas y lo más relevante si dichas preguntas arrojaban los datos esperados en cuanto a las variables psicológicas a través de las respuestas de las jugadoras. El pilotaje arrojó que faltaban más preguntas relacionadas con la interacción entrenador/deportista que en un principio además de resultar insuficientes no contenían la profundidad del objetivo de la investigación, se procedió a aumentar a 10 ítems más, haciendo un total de 25 ítems, logrando mejorar la encuesta.

6.4. Aplicación del instrumento

Para la aplicación de la encuesta a los deportistas se llegó a un acuerdo con los entrenadores de las diferentes disciplinas deportivas para reunirse un día entre semana por la mañana y se les cito en un aula de la Universidad Regiomontana para en un lapso de 15 minutos explicar el objetivo de la misma, se distribuyó la encuesta entre los deportistas para su llenado.

Una vez realizada la aplicación, los entrenadores ubicaron a los deportistas con los cuales existía confrontación, disputas y conflictos recurrentes, por lo que se les sugirió someterse a mediación con el objetivo principal de mejorar el rendimiento deportivo, haciendo énfasis de que debería existir voluntariedad en ambas partes y estar de acuerdo con el proceso, dicho lo anterior, los entrenadores hablaron con los deportistas en cuestión aceptando el procedimiento, siendo 3 deportistas de futbol soccer varonil, 1 de basquetbol varonil y una de futbol rápido femenino.

Posteriormente fueron citados primero los 3 deportistas de futbol soccer y su entrenador al Centro de litigación y mediación de la Facultad de derecho y criminología de la Universidad

Autónoma de Nuevo León para llevar a efecto la mediación, logrando las partes llegar a un acuerdo y firmar el convenio.

Por otra parte, el deportista de basquetbol y su entrenador, así como la deportista de futbol rápido y su entrenador fueron citados también 3 días después al mismo Centro de litigación y mediación donde también se logró llegar a un acuerdo y firmar el convenio.

Acerca de la aplicación nuevamente de la encuesta posterior al proceso de mediación, ésta se llevó a cabo 2 semanas después de dicho proceso, a los 3 deportistas de futbol soccer en el campo de entrenamiento una vez que terminaron sus rutinas, al deportista de basquetbol en el gimnasio donde lleva a cabo su preparación y a la deportista de futbol rápido al término de un partido.

Capítulo 7. Análisis y discusión de los resultados

Los casos que acudieron al proceso de mediación fueron en total 5 deportistas, mismos a los que se les aplicó la encuesta previa al procedimiento de mediación y posterior al mismo, de esta manera se midió el impacto que tiene dicho procedimiento en la resolución del conflicto presente entre las partes y cuando se origina el acuerdo de mediación a través de la firma del convenio.

Los datos fueron capturados en el programa estadístico SPSS, utilizando una escala de 1 a 5 en cada una de las variables, para posteriormente trasladarlas a Excel 2013, para convertir a un formato binario, donde se asignaba “uno” a aquellas respuestas que estuvieran marcadas en la encuesta, y “cero” a aquellas que no estuvieran señaladas (en el caso de indicar la presencia de las variables se procedió a los análisis de datos, los cuales incluyen un análisis descriptivo de variables; estimación de medias, correlaciones de variables y la determinación del Alpha de Cronbach para medir la confiabilidad del instrumento).

7.1. Análisis del Alpha de Cronbach

La fiabilidad de la consistencia interna del instrumento se puede estimar con el alfa de Cronbach (Cronbach, 1951). El método de consistencia interna basado en el coeficiente de fiabilidad alfa de Cronbach permite estimar la fiabilidad de un instrumento de medida a través de un conjunto de ítems que se espera que midan el mismo constructo o una única dimensión teórica de un constructo latente, George y Mallery (2003, p.231, en Frías-Navarro, 2014). En este caso se ha creado un cuestionario con 25 preguntas relacionadas al contexto deportivo y que tienen que ver con las variables de ansiedad, concentración y motivación donde se espera estimar la fiabilidad del instrumento a través del análisis de Cronbach.

Como criterio general, George y Mallery (2003, p. 231) sugieren las recomendaciones siguientes para evaluar los valores de los coeficientes de alfa de Cronbach:

- Coeficiente alfa $>.9$ es excelente
- Coeficiente alfa $>.8$ es bueno
- Coeficiente alfa $>.7$ es aceptable
- Coeficiente alfa $>.6$ es cuestionable
- Coeficiente alfa $>.5$ es pobre

7.1.1. Confiabilidad de la dimensión de ansiedad

Se analizó el Alfa de cronbach de la dimensión de ansiedad dando como resultado un Alfa de .557 (Ilustración 12), que de acuerdo al criterio propuesto por George y Mallery (2003, p.231, en Frías-Navarro, 2014), es pobre, esto significa que las preguntas contenidas en la dimensión son aptas para medir la ansiedad sin embargo hay algunas que pudieran estar midiendo alguna otra condición similar a la ansiedad.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
.557	.565	8

Ilustración 12

Para evitar este conflicto se optó por eliminar del análisis las variables indicadas por el SPSS y que al eliminarlas permiten aumentar el Alpha, esto bajo el principio de que no están midiendo la ansiedad, se eliminaron las variables ANS4 (en mi deporte soy una persona tranquila), ANS7 (me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno) y la ANS8 (cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja) quedando al final 5 reactivos con la cual el Alpha de cronbach se elevó a .690 (Ilustración 13), lo que mejora la confiabilidad de las preguntas de esa escala.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.690	5

Ilustración 13

La eliminación de las variables propuesta por el programa estadístico, es consistente con el desarrollo teórico del instrumento y denota las áreas de oportunidad de la redacción del mismo, la pregunta ANS4, por ejemplo, habla de un estado de tranquilidad del individuo, sin embargo, no podemos asumir que los sujetos contesten ser tranquilos en un contexto de la misma ansiedad,

puede darse el caso en que contesten ser tranquilos con un contexto de no ser conflictivos, lo que minimiza la capacidad del reactivo para evaluar los niveles de ansiedad de los encuestados.

En el caso de la variable ANS7, la relación entre ansiedad y la observación del entrenador es difusa, esto debido a que si bien las dos se pueden presentar en una misma situación, la presencia de una, no predice la presencia de otra y podemos asumir que hay variables intermedias que no se detectan con el instrumento, y que pueden facilitar la presencia de ansiedad al ser observados por el entrenador, tales como un bajo autoconcepto, miedo a ser juzgados, cábalas, presión social, presión por la propia eficacia, entre otras.

Al revisar la variable ANS8, la conclusión es que no mide ansiedad, sino más bien emociones negativas hacia el entrenador.

7.1.2. Confiabilidad de la dimensión concentración

Se prosiguió a analizar la confiabilidad de la dimensión de concentración la cual arrojó un Alpha de .618 (Ilustración 14) que es clasificado como cuestionable en George y Mallery (2003, p.231, en Frías-Navarro, 2014).

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
.618	.614	8

Ilustración 14

De igual forma como la dimensión anterior, se optó por eliminar los reactivos recomendados por el programa para elevar el Alpha; se eliminaron CNC1 (suelo tener problemas para concentrarme mientras compito) y CNC8 (pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras

entreno), quedando la dimensión con una confiabilidad de .722 (Ilustración 15) quedando finalmente 6 reactivos.

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.722	6

Ilustración 15

El análisis de la escala de concentración para estimar la confiabilidad arrojó en la eliminación de dos reactivos, en el caso de CNC1, la pregunta se eliminó, además de la sugerencia del SPSS, dado a que la pregunta mide “problemas” de la persona al competir, lo que puede ser interpretado de distintas formas, y puede llevar al encuestado a pensar que se le pregunta sobre condiciones de nervios o sensaciones corporales desagradables, por nombrar algunos ejemplos.

En el caso de CNC8, una vez más se menciona la intrusión del entrenador, en este caso en la dificultad de concentración de los sujetos, lo que puede deberse a una multiplicidad de factores, y, por tanto, disminuiría la capacidad del instrumento de estimar la pérdida de concentración, ya sea por la acción directa del entrenador o por condiciones adicionales (ambientales o de otra índole) que modifiquen esta reacción de la persona.

7.1.3. Confiabilidad de la dimensión motivación

Continuando con el análisis de la dimensión de motivación, misma que arrojó un Alpha de .328 (Ilustración 16), en este caso fue necesario eliminar variables para ajustar la capacidad de medir la motivación por el puntaje tan bajo, ya que según George y Mallery (2003, p.231, en Frías-Navarro, 2014), un coeficiente de Alpha menor a .5 es inaceptable.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
.328	.258	9

Ilustración 16

Se eliminaron en este caso 3 variables para aumentar la confiabilidad: MOT3 (el deporte es toda mi vida), MOT6 (me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento) y MOT9 (en competición me desmotivan los gritos del entrenador) resultando un Alpha al final de .525 (Ilustración 17).

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.525	6

Ilustración 17

El análisis de la dimensión de motivación presentó problemáticas debido a su bajo coeficiente de alfa, que se vió afectado por preguntas que, si bien pueden medir motivación, parecen intercalar la medición de esta característica con otras situaciones.

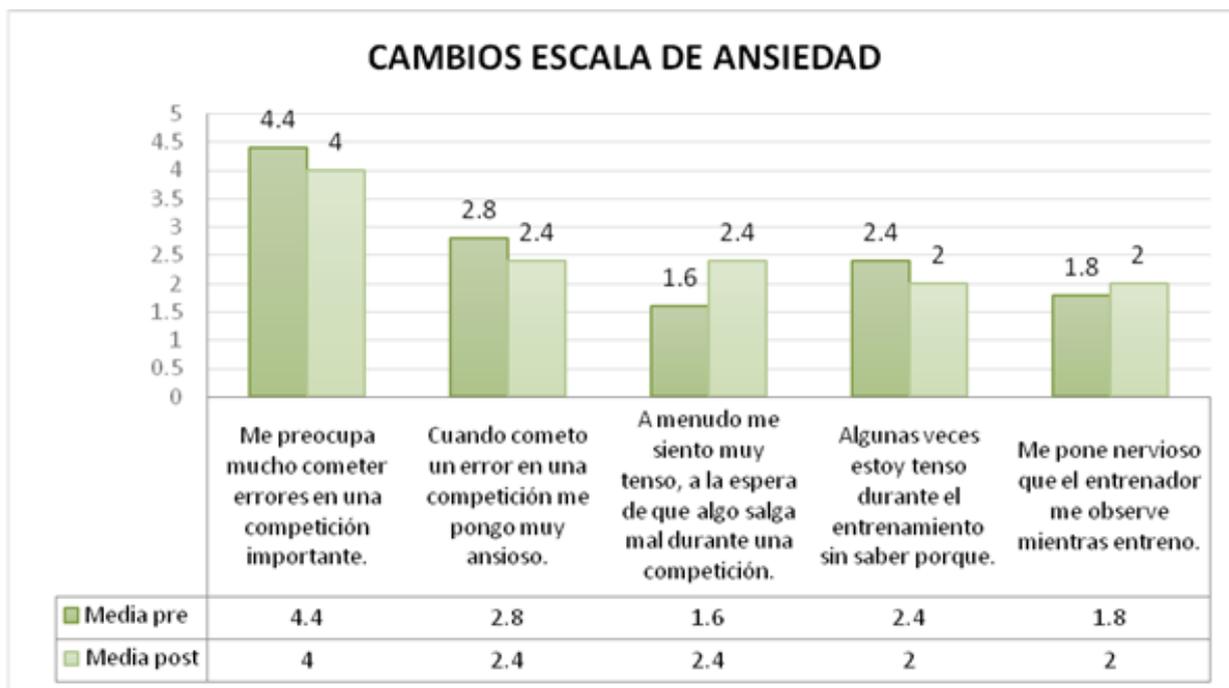
En el caso de MOT3, la oración “el deporte es mi vida”, puede medir motivación, sin embargo, puede medir a la vez espíritu competitivo, autoeficacia, orgullo, entre otras, por lo que no constituye una variable importante para estimar la motivación de una persona, según la muestra estudiada.

MOT6 Y MOT9, revisan actitudes con respecto al manejo del entrenador con relación al deportista, la razón por que estos reactivos parecen no valorar la motivación, es, como con las otras escalas, debido a que siendo la relación con el entrenador una interacción, hay muchas más cosas entre la persona y el entrenador, lo que no permite que aprecien cambios en aspectos terciarios, más allá de la percepción hacia el entrenador.

7.2. Análisis de cambios pre-post mediación

Para analizar los cambios efectuados por la mediación se hizo un análisis de las medias presentadas en los casos estudiados, interpretando los datos de forma que aquellos cuya media cambia, indican un cambio dado directamente o indirectamente por la mediación, es importante resaltar que a pesar de que hay cambios positivos y negativos, una tendencia positiva no refleja necesariamente una mejora en la situación revisada en el reactivo, dado que algunos se encuentran invertidos, es por eso que el análisis expuesto a continuación desglosa los cambios y explica cómo se interpretan tomando en cuenta el marco teórico y las observaciones del investigador.

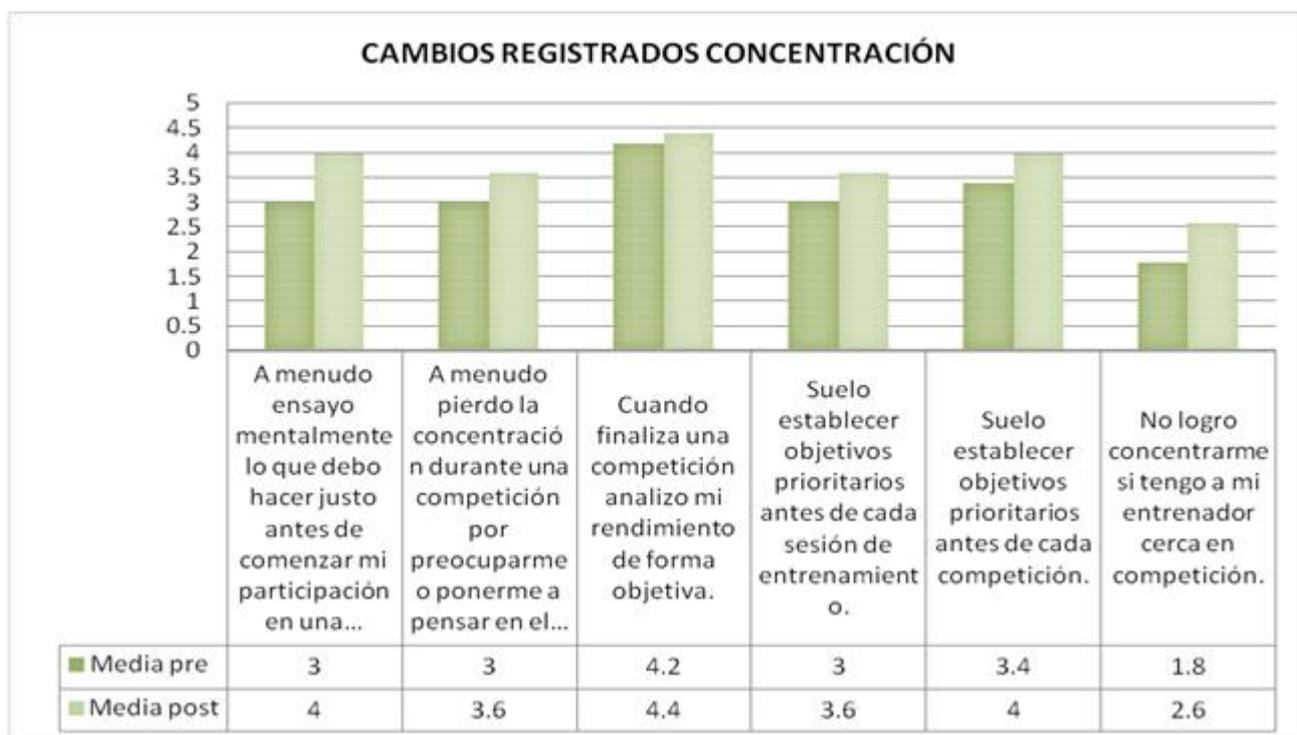
7.2.1. Análisis en los cambios de la variable ansiedad



Gráfica 1

Los cambios reflejados en la aplicación previa y posterior muestran cambios sobresalientes en el aspecto de la ansiedad, por un lado, se observa un aumento en la tensión que genera el entrenador al deportista, que probablemente es ocasionado por un aumento de las exigencias del mismo al percibir una mejor comunicación con el deportista, también se aprecia un mayor grado de predicciones negativas por parte del deportista, que exhiben un compromiso mayor al sentirse parte de un equipo que funciona mejor, por el otro lado, se nota un descenso en la preocupación, ansias al equivocarse y tensión durante los entrenamientos, que se pueden deber a un efecto de la mediación que beneficia la confianza del sujeto, una sensación de sentirse comprendido, una mejora en la comunicación, mejor ambiente de trabajo y menos situaciones conflictivas que generen tensión en el grupo.

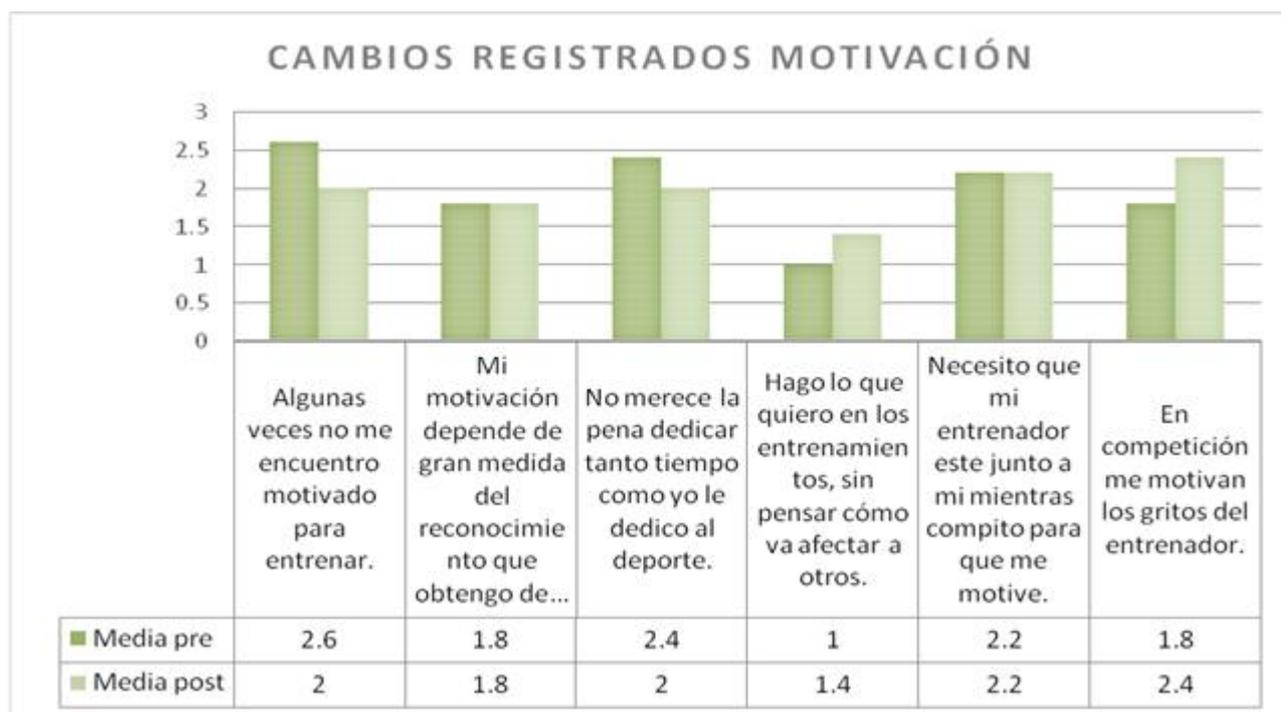
7.2.2. Análisis en los cambios de la variable concentración



Gráfica 2

En el aspecto de la concentración, se observan cambios mayoritariamente positivos, siendo el cambio principal un aumento en la motivación propia manifestado en mayor disposición para realizar preparación mental antes de los entrenamientos y las competencias, y autoanálisis tras la participación en alguna competencia, lo que indica un grado mayor de seguridad para poder evaluar el propio desempeño, por último, se vuelve a encontrar la relación entre un incremento de la presión con el entrenador, lo que indica que la mediación tiene como efecto secundario una mayor intervención de parte del entrenador, que puede manifestarse en un grado más de exigencia o presión hacia el deportista.

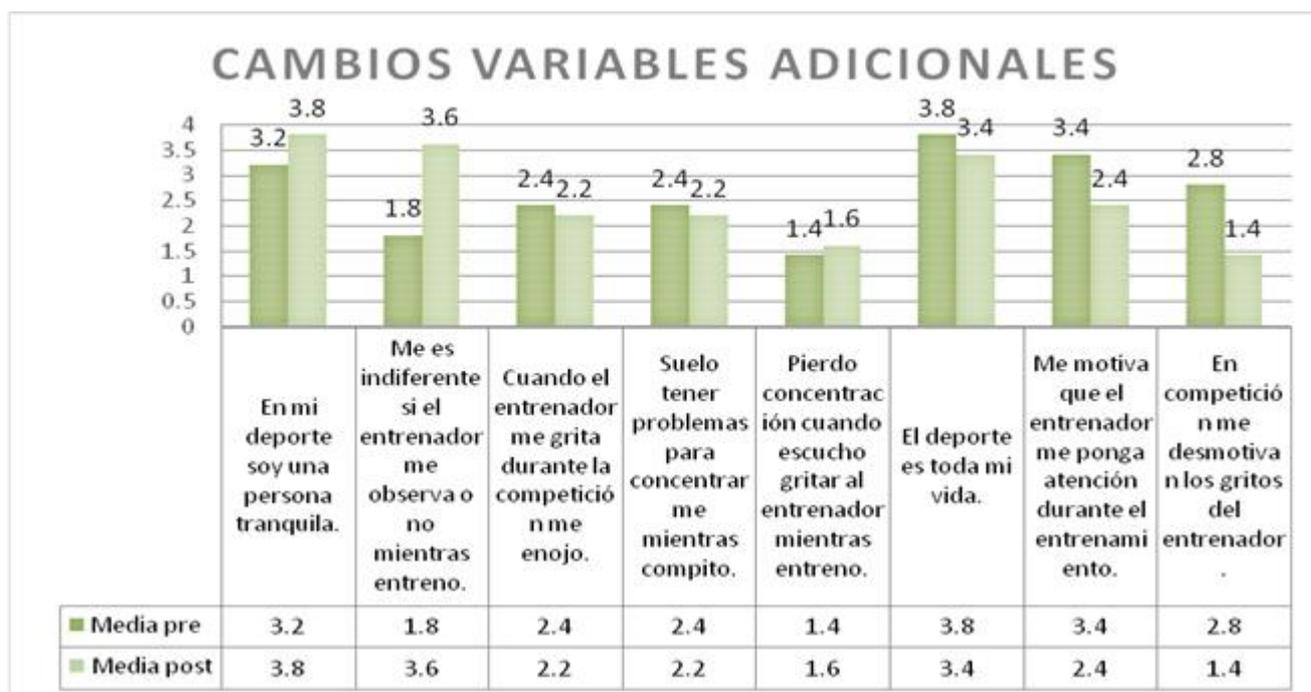
7.2.3. Análisis en los cambios de la variable motivación



Gráfica 3

La revisión de cambios en el aspecto motivacional, indica que una intervención en mediación produce efectos positivos en la motivación para entrenar, un aumento de la dedicación del deportista con sus actividades, aumento de autoestima y conductas asertivas, cabe resaltar que un reactivo particular indica un aumento creciente del autoconcepto de la persona, que genera comportamientos asertivo-agresivos en el vestidor, lo que es una señal de un aumento brusco en la autoconfianza que indirectamente causaría más conflictos si no se toman medidas, un efecto más en la motivación es la percepción del entrenador como una fuente de refuerzo al percibir de forma más positiva los gritos en competiciones, sugiriendo una mejor relación interpersonal y un ambiente de confianza.

7.2.4. Análisis en los cambios de las variables adicionales



Gráfica 4

Finalmente, se revisaron los cambios en las preguntas que fueron excluidas de las dimensiones iniciales, esto asumiendo, que, si bien no aportan precisamente al modelo inicial de tres dimensiones planteado, igualmente revisan algo relevante en la muestra, pues los cambios, igual que con las otras variables analizadas, son notables y pueden interpretarse dada su tendencia a aumentarse o a disminuir.

Primero se encuentra la cuestión ANS4, la tendencia indica que las personas vuelcan su percepción a grados de acuerdo superiores con la oración, que pregunta acerca de la tranquilidad que manifiestan en el deporte, esto puede deberse bien, a una sensación de tranquilidad mayor que la sentida al haber un conflicto, o a precisamente, la ausencia de conflicto, una vez más se resalta que la palabra tranquilidad puede indicar una persona poco nerviosa, como no conflictiva.

ANS7 y ANS8 se relacionan con situaciones del entrenador, en este caso, los indicadores muestran una reducción de la tensión causada por el entrenador y menor molestia por las indicaciones del mismo; CNC8 indica que los deportistas pierden más concentración al oír gritar al entrenador, más esto puede deberse a una mayor atención de parte del deportista, a la vez; MOT6 habla de una

disminución de la motivación que provoca la atención del entrenador, lo que alude a dos posibles explicaciones, que la atención del entrenador no produce motivación al deportista (ya sea por presión excesiva o por una motivación más dependiente de sí mismo que de fuentes externas), o porque tras la mediación, el deportista siente mayor independencia al entrenar, además MOT9 indica menor desmotivación por gritos del entrenados, lo que indica un cambio de percepción con respecto a la figura del entrenador, como algo positivo, que incluso proporciona motivación al deportista.

Hubo cambios también en los reactivos CNC1 y MOT1, el resultado del primero refleja una disminución en problemas de concentración, que en el contexto ya mencionado, puede implicar una disminución de situaciones ambientales que provocan la falta de concentración; el segundo puede sugerir un aumento del balance entre la vida personal y la dedicación al deporte, lo que significa que una relación menos tensa entre el entrenador y el deportista, disminuye la presión por desempeño, permitiendo a los sujetos atender su vida deportiva sin dejar de lado sus asuntos personales.

Conclusiones

A lo largo de este proyecto de investigación se ha considerado a la mediación como una vía de gestión y resolución de conflictos en el ámbito deportivo, asimismo se ha planteado que la disminución del rendimiento de los atletas, es consecuencia de situaciones conflictivas que influyen de manera negativa en la esfera emocional de los actores deportivos, cuando un deportista no tiene control emocional debido a distractores externos en competencias o entrenamientos, difícilmente tendrá un buen desempeño en su deporte.

Lo anterior nos da pie para exponer que el contacto que se estableció con distintos coordinadores deportivos, entrenadores y deportistas ha sido útil para definir el planteamiento de problema que como se dijo antes, mientras exista conflicto entrenador/deportista/entrenador, las emociones entran en juego corriendo el riesgo de malas ejecuciones disminuyendo el rendimiento deportivo.

Igualmente, las experiencias y aprendizaje obtenido hacia el interior de los equipos deportivos dejan constancia fiel de que las emociones juegan un papel preponderante en el deporte, pudimos observar: resentimientos, envidias, celos, enojo, competitividad, egos, entre otros. En ese mismo sentido, también pudimos distinguir disciplina, dedicación, responsabilidad, pertenencia, etc. Las actitudes y emociones encontradas permitieron ubicarnos en el camino correcto puesto que lo que se perseguía era identificar las emociones que generaban conflicto.

Con respecto a la psicología aplicada al deporte en la resolución de conflictos a través de la mediación, ésta ofrece aportes significativos por el conocimiento del comportamiento humano, por ejemplo, en una mediación donde cabría la posibilidad de que las emociones se encuentren alteradas, un mediador con las competencias básicas de la psicología utilizaría técnicas de contención para llevar en lo posible y sin tropiezos el procedimiento de mediación.

Sin embargo, es preciso reconocer la complementariedad de ambas disciplinas, por un lado, el psicólogo con las habilidades de la mediación y por otro lado el mediador con las habilidades de la psicología, en otras palabras, el uno y el otro creando sinergia en la resolución de conflictos.

Por lo que se refiere a las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltos a través de la mediación estas son la motivación, la ansiedad y la concentración, tales variables psicológicas fueron categorizadas para la realización de un cuestionario que se aplicó a una muestra representativa de deportistas con la finalidad de comprobar que los conflictos generados en la práctica deportiva que disminuyen el rendimiento deportivo pueden ser resueltos a través de la mediación.

Se puede afirmar en base a los datos recopilados, que realizar la mediación deportiva es un modo simple y efectivo que permite mejorar muchas condiciones que afectan al rendimiento deportivo, se observa que no sólo se disminuye la tensión, sino que además aumenta el compromiso del deportista, esto debido a una mejora clara en la relación con el entrenador y en una visión del entrenador como un aliado, y no como un adversario.

La concentración se ve mejorada en el aspecto de que aquellas condiciones que la interrumpían se ven disminuidas, y además los deportistas se ven más motivados a realizar conductas de auto-mejora y evaluación objetiva, esto detona en mejora de la autoeficacia de la persona, lo que llevaría a una mejora del rendimiento, mayores cualidades de liderazgo, automotivación, y demás, el factor de concentración parece afectar más situaciones ya que es la parte del instrumento más enfocada hacia tomar acciones correctivas y de mejora continua.

La motivación como una variable dentro de la presente investigación mejora ampliamente las relaciones y habilidades sociales, manifestándose en las conductas de las personas, modificando la perspectiva de las emociones arraigadas en el pasado y generando una fuente de aliento de forma positiva, es decir la motivación transforma las actitudes y aptitudes en el entorno deportivo.

El instrumento de medición nos aproximó para comprender situaciones prácticas en la relación entre mediación y otras variables, conforme a los resultados arrojados y concluyendo que el Mecanismo Alternativo para solucionar los conflictos con puntuación en la mediación deportiva es un método conveniente para mejorar las relaciones que fueron analizadas, además de la mejora de relaciones interpersonales en su contexto e impulso a la acción y auto-mejora, disminución de tensión y conflictos, para lograr mejor desempeño y logros para los equipos de trabajo.

Los resultados actitudinales encontrados a nivel conductual, abren paso a líneas de investigación que examinen los cambios a nivel físico en los deportistas altamente motivados, mejorado relación con el entrenador, y con niveles reducidos de ansiedad en un contexto de equipo comprensivo, donde, sin temor a equivocarse den su máximo esfuerzo físico y mental para obtener resultados y por ende mejorar el rendimiento deportivo.

Por lo anterior quedo demostrada la hipótesis declarada en la presente investigación doctoral, que las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios pueden ser resueltas a través de la mediación deportiva, en referencia a la Motivación, Ansiedad y Concentración, conforme a la evidencia practica en las sesiones realizadas en el Centro de Litigación y Mediación de la Facultad de Derecho y Criminología de la UANL de 5 casos de conflictos entre atletas y entrenadores que lograron convenir sus intereses mutuos en un convenio de voluntad de partes, que se anexa en su respectivo capítulo.

Propuestas

Un elemento indispensable para dar a conocer la mediación es ponerla al alcance de las personas a través de su difusión e información, como primer paso, recomendar una mayor difusión a la mediación deportiva en los clubes e instituciones dedicadas al deporte, cada vez son más las personas que resuelven sus conflictos familiares y civiles a través de la mediación.

En otras palabras, es importante que, con la finalidad de resolver diferencias de manera rápida y pacífica en el deporte amateur, municipal, universitario, así como los profesionales del deporte entre otros, conozcan en qué consiste la mediación, cuál es la conveniencia ventajas y características que ofrece la mediación frente a otros procedimientos de resolución de conflictos ya existentes.

Una de las estrategias para dar cumplimiento a lo anterior serían ofrecer cursos, talleres y diplomados al respecto en los diferentes clubes deportivos con el propósito de que la mediación sea conocida por los diferentes actores deportivos y que cuando se presente alguna disputa éstas implementen el procedimiento de mediación como forma de resolución en sus posibles controversias, igualmente otra estrategia es la de dar a conocer distintas experiencias en cuanto a casos tratados en mediación y compararlas con otras experiencias en las que se utilicen otros procedimientos como el arbitraje.

Otro punto fundamental a considerar es el de promover la mediación como una cultura de paz en el ámbito deportivo, creando en las diferentes entidades del deporte una cultura de pacificación, con el fin de que sus miembros aprendan cómo resolver de manera independiente y pacífica sus disputas. Para ello, es importante contar con la participación de las distintas instituciones deportivas desde sus categorías amateur y profesional, así como el deporte Estatal, Municipal, Universitario, además de federaciones y clubes, proponer que tanto en reglamentos como estatutos del ámbito deportivo, quede de forma expresa que la mediación sea la forma elegida para resolver los conflictos entre los participantes, cubriendo de ésta manera también el objetivo de crear espacios adecuados para que las partes se apropien de su conflicto y decidan qué quieren hacer con él.

Esto es, promover a la mediación como una cultura de paz y como un método pertinente en la solución de controversias deportivas ya que obedece a un modelo y método actual que es el de “ganar, ganar” hacer énfasis en que las partes en vez de estar confrontadas pueden mirarse, y legitimarse ofreciendo los intervinientes una solución donde los intereses de los dos estén cubiertos.

Igualmente se propone incluir en los planes de estudio como asignatura de pregrado y posgrado, a la mediación deportiva en Instituciones y dependencias académicas relacionadas con el deporte, en nuestro caso en la Facultad de Organización Deportiva de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

Asimismo se propone capacitación y actualización sobre la mediación deportiva para entrenadores y deportistas, con respecto a la mediación en el entorno deportivo, se pretende por medio de cursos y talleres dotar a los profesionales del deporte, jugadores y técnicos deportivos, de habilidades y conocimientos básicos en cuanto a las características de la mediación orientada a la gestión y resolución de las disputas que surjan en este contexto con la finalidad de alcanzar soluciones que eviten la judicialización de los conflictos.

Resumiendo, la capacitación en mediación deportiva hacia los diferentes actores deportivos será útil como una herramienta para la solución de controversias, ya que se trata de obtener un mejor rendimiento en este entorno, toda vez que al presentarse un conflicto entre: entrenadores, jugadores, árbitros, directiva, medios de comunicación, entre otros, éstos influyen negativamente de manera importante en la esfera emocional, impactando en el rendimiento deportivo consecuencia no esperada en este contexto.

Los participantes tendrán la oportunidad de conocer las bases de los sistemas alternativos de resolución de conflictos aplicados al mundo del deporte, podrán así mismo vivir una práctica de work shop donde se pondrán evaluar las estrategias habilidades propias de estas modalidades Otro tema es el de establecer convenios con las coordinaciones deportivas de las distintas Universidades del estado de Nuevo León, así como de los municipios del área metropolitana con el fin de ofrecer los servicios de mediación.

Los administradores del deporte saben bien que el conflicto deportivo por regla, no puede esperar mucho tiempo, por ejemplo, uno, dos o más años para ser resuelto. Se requiere de una respuesta rápida que permita atenuar el resultado que pueda provocar en la competencia que está en marcha.

En éste sentido se propone a los administradores del deporte la orientación y apoyo en la resolución de conflictos deportivos a través de la mediación, procedimiento mediante el cual las partes buscan, con la ayuda de un tercero llamado mediador, encontrar una solución amistosa a su controversia.

Promover a la mediación deportiva como una cultura de la prevención con enfoque a la solución de conflictos antes de que alcancen una gravedad notable que rompa la armonía en los grupos dedicados al deporte.

Finalmente, sólo queda agregar que se requiere más investigación en el campo para justificar la inserción de la mediación por completo en el ambiente deportivo, para generar más información que permita afrontar mejor las problemáticas, minimizar las bajas por conflictos personales entre los participantes,

Bibliografía:

- Aguirre Loaiza, Héctor H. y González Gutiérrez, John F. (2014). Factores motivacionales, variables deportivas y socio demográficas en deportistas universitarios. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, Tesis Psicológica, 9, N1, 130-145.
- Aisenson Kogan, A. (1994). Resolución de conflictos: Un enfoque psicosociológico. México. Colec. PSICOLOGÍA, PSIQUIATRÍA Y PSICOANÁLISIS.
- Álvaro, F. (2010). Una aproximación a la responsabilidad civil extracontractual en los deportes de riesgo bilateral. Recuperado de noticias.juridicas.com.
- Amado Alonso, Diana., Leo Marcos, Francisco M., Sánchez Miguel, Pedro A., Sánchez oliva, David. y García Calvo, Tomás. (2009). Análisis del conflicto entre la práctica deportiva, el contexto escolar y la amistad en jóvenes deportistas: Importancia de padres y madres. 6, 2, 45-54.
- Barquero, Berny. (2013). La aplicación del proceso de mediación para resolver conflictos deportivos. La creación de oficinas especializadas en las asociaciones nacionales de fútbol que utilicen la mediación de manera previa al arbitraje. Revista de Derecho del Deporte.
- Bernal. (2006). Psicólogo y mediación. Madrid.
- Bufete Alberto Picón. Taller Jurídico: Responsabilidad civil en el Deporte. Instituto Navarro del Deporte y la Actividad Física. Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte. 8, 15 y 21 de noviembre de 2011
- Cantón, Enrique., Gistain, Christian., Checa, Irene. y León, Eva. (2011). Programa de Mediación Psicológica con árbitros de fútbol. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, Revista Internacional de Ciencias sociales y Humanidades, SOCIOTAM, XXI, N.2, 27-38.
- CIE 10. (2012). *Trastornos mentales y del comportamiento: descripciones y pautas para el diagnóstico*. Madrid: Meditor, 1992. pp. 179-182
- Coronado, Norberto. ¿Qué es la Universiada Nacional? (2015). Vida Universitaria, 283, 6-7.
- Cruz-Feliu J. (1995). *Psicología del Deporte*. Madrid, España: Alianza Editorial.

- DESCARTES, R. (2003). Discurso del método; estudio preliminar, traducción y notas de Bello Reguera, E.; ed. Tecnos, Madrid.
- Díaz, P. (2017). La psicología en mediación de conflictos penales. México.
- Dietmar Martin Samulski. (2007). Psicología del deporte. Colombia: Kinesis
- Dosil, J., Psicología de la actividad física y deporte, Madrid, (2004), Mc Graw Hill.
- El entrenador deportivo y la intervención psicológica, Texto, Experiencias en Psicología del deporte, Madrid, (2010), Buceta M, Larumbe E, Edit. Dykinson
- Frías, D. (2014) apuntes de spss Universidad de Valencia
- García González, V. (2009). La Importancia Social Del Deporte En El Proceso Civilizador: El Caso Del Fútbol Bandera. Razón y Palabra, 14 (69), 1-11.
- García, N.V.A., Locatelli, D.L. Avances en psicología del deporte, Badalona (2015) Paidotribo
- Gómez Bueno, J. (2013). Análisis Ético De La Prensa Deportiva Escrita En Cataluña. Empleo De Técnicas Sensacionalistas. Razón y Palabra, 18, (85).
- Gómez Bueno, J. (2013). La Politización Del Deporte En Los Medios Escritos Especializados. Razón y Palabra, 18 (84).
- González, J.L. Psicología del deporte, Madrid, (1997)
- Gorjón, F. y Sánchez, A. (2015). Las 101 preguntas de la mediación. Guía práctica para el abogado. México, Tirant lo Blanch editorial.
- Gorjón, F. y Sánchez, A. (2016). Vademécum de mediación y arbitraje. México, Tirant lo Blanch editorial.
- Gutiérrez, J.A. (2017). Teoría X y teoría Y de Mcgregor. Recuperado de www.gerencie.com
- Guzmán Luján, José F. y CarrataláDeval, Vicente. (2006). Mediadores Psicológicos y motivación deportiva en judocas españoles. Revista Internacional de ciencias del Deporte, II, 1-11.
- James, W. (1884). *Whatisanemotion? Mind*, Cap9, pp. 188-205.
- Jorge Aguilera periódico el Norte, (2018), p.1

Jorge Aguilera periódico el Norte, Cancha.com. (2018), p.13

Martín, M. (2015). Caracteres básicos y ventajas frente a otros sistemas de resolución de conflictos. En *Mediación y deporte*, Madrid, Dykinson

Milagros Sáiz Roca, Blanca Anguera Domenjó, Cristina Civera Molla, Gonzalo de la Casa Rivas, *Historia de la psicología*, Editor: Editorial UOC, 2011

Molina Vizcarra, J. (2009). PERIODISMO DEPORTIVO 3.0. *Razón y Palabra*, 14 (69).

Monroy, A., Rodríguez, G. (2012). Las teorías sobre la motivación y su aplicación a la actividad física y el deporte. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 16, Nº 164.

Montenegro, S. (2010). Responsabilidad Civil De Profesores Y Entrenadores Del Deporte.

Montesinos Muñoz, Olga. (2012). Mediación Deportiva. *Revista de Mediación*, 10, 6-12.

Mora, M., García, J., Toro, S., & Zarco, J. (2000). *Psicología Aplicada a la Actividad Físico-Deportiva*. Madrid, España: Ediciones Pirámide.

Mora, M., García, J., Toro, S., Zarco, J. (2000).

Olmedilla, A; Garcés, E; Nieto, G; 2002, *Manual de Psicología del Deporte (1ª. ed.)*. Murcia: Diego Marín Librero -Editor

Orlick, Terry, *Entrenamiento mental, como vencer en el deporte y en la vida gracias al entrenamiento mental*, Barcelona (2007), Paidotribo biblioteca nueva.

Papalia D., Wendkos R. (2001). *Psicología del Desarrollo*. Editorial McGraw Hill.

Pérez, M. (2015) *Mediación y deporte*, Madrid, Dykinson

Pineda, J. (2017) *Medios alternativos de solución de conflictos, antecedentes y principios de la conciliación*, Universidad privada San Carlos.

Programa de Mediación Deportiva en Galicia - MTF Consultores

Puig Barata, Nuria. (2012). Emociones en el Deporte y Sociología. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, *Revista Internacional de ciencias del Deporte RICYDE*, VIII, 106-108.

Ramos M. (1999) *Una Introducción a la Terapia Gestalt*. Instituto de Terapia Gestalt de Valencia.

Real Academia Española, 2018. Felipe IV, 4- 28014 Madrid

Rivera, A. (2015) *Arqueología de las emociones*. Vínculos de la historia, No. 4. pp. 41-61

Roffe, M. Evaluación y manejo de las presiones en el Fútbol de elite, Texto, Experiencias en Psicología del deporte, Madrid, (2010), Buceta M, Larumbe E, Edit. Dykinson

Skinner, B. (1977). *Sobre el conductismo*. Barcelona: Fontanella.

Bibliografía electrónica

- Pulido, F. (Motivación y Autoconfianza en Deportistas. Recuperado de <http://defidepor25.ugr.es/acrd/alumnos/document/clases/14.pdf>
- Ries, F.; Sevillano, J. M. (2011). Relación de las emociones y la actividad física dentro de la teoría de la conducta planificada. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 24(7), 158-173. <http://www.cafyd.com/REVISTA/02401.pdf>
- Rodríguez, H. (s.f.). La teoría de las metas de logro. Recuperado de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10787/HellinRodriguez02de06.pdf>
- Sierra, J. (s.f.). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Recuperado de <http://www.pepsic.bvsalud.org/pdf/malestar/v3n1/02.pdf>
- Alarcón, L. (s.f.). *Los medios alternativos de solución de conflictos – MASC*. [Blog]. Recuperado de: <http://www.monografias.com/trabajos33/medios-de-solucion/medios-de-solucion.shtml#ixzz5DESxM0hf>
- Antecedentes de La Negociación - es.scribd.com
- Brito Taboada, Enrique A. (2014). La mediación de conflictos para potenciar las relaciones interpersonales y el rendimiento deportivo. Estudio de un caso de la Federación Deportiva del Guayas. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 195, <http://www.efdeportes.com/efd195/la-mediacion-de-conflictos-federacion-deportiva.htm>
- Campos de la Psicología. Monografías. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos69/campos-psicologia/campos-psicologia2>.
- Carrod, Historia de la psicología y sus ramas. Recuperado de: <http://www.Monografias.com>
- Casado, B. (2015). Responsabilidad civil deportiva. Daños a espectadores y terceros. La Ley. Edición: 1. <https://www.amazon.es/Responsabilidad-Civil-Deportiva-Espectadores-Terceros/dp/8490204241>
- Casimiro, Lucas. (2014). La Mediación en el deporte, “Hablando se entiende la gente”. <http://funcionpedagogica.blogspot.mx/2014/09/la-mediacion-en-el-deporte-en-hablando.html>
- Conde, E. (2008). *Negociación y Gestión Deportiva*. Recuperado Marzo 15, 2018, de <http://www.fitnesstotal.es/index.php/articulos/listado-de-articulos-en-fed-a-granada/112-negociacion-y-gestion-deportiva.html>
- Condori, R. (2012). Motivación. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/87071160/MOTIVACION>
- Condori, R. (s.f.). Motivación Extrínseca. Scribd. Recuperado de <https://www.scribd.com/doc/94078635/MOTIVACION-EXTRINSECA>

- Dávila M. (01, julio, 2009). Las emociones en el deporte. Algo más que deportes. Recuperado de <https://algotasquedeportes.wordpress.com/2009/11/21/las-emociones-en-el-deporte/>
- Del Río, J. (2001). Las federaciones deportivas estatales. www.espeleoastur.as/Espeleolex/federaci1.htm
- DOF, Diario Oficial de la Federación. (07, junio, 2013). Ley general de cultura física y deporte. Secretaría de Gobernación. Recuperado de http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5301698&fecha=07/06/2013
- EAR Psicólogos. (13, julio, 2012). Las emociones en el deportista. Recuperado de: <http://psicologiadeportivaa.blogspot.mx/2012/07/las-emociones-en-el-deportista.html>
- El Mecanismo de la Conciliación. (2009). Historia de la Conciliación. [Blog]. Recuperado de: <http://elmecanismodelaconciliacion.blogspot.mx/2009/03>
- Emol (2016). Qué es el TAS, "La Haya del Deporte" a la que acudirá Bolivia para pelearle los puntos a Chile. Recuperado de <http://www.emol.com/noticias/Deportes/2016/11/03/829456/Que-es-el-TAS-La-Haya-del-Deporte-a-la-que-acudira-Bolivia-para-pelearle-los-puntos-a-Chile.html>
- Evolución del concepto de negociación. <http://www.monografias.com/trabajos82/evolucion-del-concepto-negociacion>
- Explorable. Muestreo no probabilístico. Recuperado de <https://explorable.com/es/muestreo-no-probabilistico>
- Flores, R. (s.f.). La teoría de las tres necesidades de Mc Clelland. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/59976337>
- González, M. (2016) La concentración en el deporte. Recuperado de: <https://powerexplosive.com/la-concentracion-en-el-deporte>
- González, M. (2016) La concentración en el deporte. <https://powerexplosive.com/la-concentracion-en-el-deporte>
- Guerrero, M. (2005). Las Grandes Escuelas de la Psicología. Monografías. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos21/escuelas-psicologia/escuelas-psicologia.shtml#ixzz4UeYU6XDL>
- Guerri, M. (s.f.) Qué son las emociones. Psicoactiva. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/que-son-las-emociones>
- Hafsa, M. (2015). ¿Cómo reacciona nuestro organismo ante las emociones? WIX. Recuperado de: <https://www.emociones-organismo.wixsite.com/emociones/emociones#2015>

- Hernández Aguilar Mislany. (2006). Que es negociación, tipos etapas y técnicas efectivas. Recuperado de <https://www.gestiopolis.com/que-es-negociación-tipos-etapas—técnicas—efectivas/>
- Venegas, S. (s.f.). Antecedentes de la Negociación. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/315320837/Antecedentes-de-La-Negociacion>
- Mendoza, R. (s.f.). Antecedentes de la Negociación. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/320403779/Antecedentes-de-La-Negociacion>
- Mediación Deportiva y Resolución de conflictos. Recuperado de: <https://www.mtfconsultores.es/2016/12/09/programa-de-mediación..>
- Importancia De La Psicología, Ensayos: *Importancia De La Psicología. Ensayos de Calidad, Tareas, Monografías - Enviado por Mariah Joseph*
- El riesgo de accidentes como elemento intrínseco al deporte. Responsabilidad civil en eventos e instalaciones deportivas. Recuperado de: <http://www.iesport.es/contactoysolicitud/142.html>
- La filosofía en Bachillerato. <http://www.webdianoia.com>
- Lozano, N. 2006, Origen de la psicología en el pensamiento griego. Recuperado de [es.slideshare.net/joseclaudiol/el-pensamiento-psicológico-en....Platón y Aristóteles](https://es.slideshare.net/joseclaudiol/el-pensamiento-psicológico-en....Platón-y-Aristóteles)
- La Mediación en el ámbito deportivo. (2012). Recuperado de: <http://psicologiadeporativaa.blogspot.mx/2012/06/la-mediacion-en-el-ambito-deportivo.html>
- La UOC y la Unió Esportiva Sant Andreu ponen en marcha un proyecto piloto de mediación deportiva. http://www.uoc.edu/portal/es/campus_pau/novetats/actualitat/noticies/noticies_2014/0314_UE_sant_andreu_mediacio_esportiva.html
- León, K. (2012). Mapa Conceptual: Contenidos del PPA. Recuperado de: <http://atencionconcentacionymemoria.blogspot.mx/2012/11/mapa-conceptualcontenidos-del-ppa.html>
- Ley General del Deporte. (2000). Recuperado de <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compi/l080600.html>
- López, A. (2014). Responsabilidad civil y deporte. Aproximación jurídica al deporte como actividad de riesgo. Revista Española de Educación Física y Deportes. Recuperada de <http://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/36>
- Mediación Deportiva. (2013). <http://merellesperez.blogspot.mx/2013/07/mediacion-deportiva.html>
- Moreno Alba, Laura. (2014). La mediación como alternativa para la resolución de los conflictos deportivos. <http://www.iusport.es>

Motivación. Euroresidentes. Recuperado de: <https://www.euroresidentes.com/empresa/motivacion/teorias-de-la-motivacion>

Muñoz, A. (28, septiembre, 2016). Qué son las emociones. About español. Recuperado de <https://www.aboutspanol.com/que-son-las-emociones-2396389>

Pérez Mendoza, Néstor. (2012). La mediación deportiva: hacia un nuevo paradigma de resolución de conflictos. <http://www.iusport.es>

Pezzini, Carlos A. (2014). La necesidad de un tribunal arbitral del deporte. <http://www.pezzini.com.ar/Tribunal.htm>

Platón y la Teoría de las ideas. Recuperado de <http://www.hiru.eus/filosofia/platon-y-la-teoria-de-las-ideas>

Postiglione, M. (12, noviembre, 2011). Responsabilidad por accidentes deportivos. Derecho civil II. Recuperado de <http://derechocivil2catacom1.blogspot.mx/2011/11/blog-post.html>

Psicólogo Online info. www.psicologo-online.info/2013/01/tipos-de-psicologo-campos

Puig Carles, Ignacio. (2014). La Mediación en conflictos deportivos. <http://www.legalisconsultores.es/?s=La+Mediacion+C3%B3n+en+conflictos+deportivos&submit=Search>

Qué es la ansiedad. Centro de tranquilidad. Recuperado de <https://www.centrodetranquilidad.com/que-es-la-ansiedad>

Quesada. L. El poder de la motivación. Área RH. Recuperado de <http://www.arearh.com/rrhh/podermotivacion.htm>

Salud Partipativa. Tipos de ansiedad. Recuperado de WWW.SALUDPARTICIPATIVA.COM

Sandoval, E. (2013). *Antecedentes De Los Medios Alternos De Solución De Conflictos Y Justicia Restaurativa En México*. [Blog]. Recuperado De: <http://Justiciasandoval.Blogspot.Mx/>

Servicio de Mediación Deportiva, Mediación. <http://independientebcourense.blogspot.mx/p/servicio-de-mediacion-deportiva.html>

Souza, L. (2011). *Estudio de las emociones: una perspectiva transversal*. Contribuciones a las Ciencias Sociales. Recuperado de: <http://www.eumed.net/rev/ccss/16/lbs.html>

Taller de mediación deportiva para jóvenes deportistas. <http://circulodemediacion.com/taller-de-mediacion-deportiva-para-jovenes-deportistas/>

Teixidó, F. (2010). La velocidad de los impulsos nerviosos. Recuperado de <http://biologiaemocional.blogspot.mx/2010/07/la-velocidad-de-los-impulsos-nerviosos.html>

Universo de Emociones. Recuperado de universodeemociones.com

- V. del Carril, Enrique. Solución de conflictos en el deporte (Aplicación de Métodos Alternativos).
<http://judoporarg.com.arg>
- Vargas Mendoza, Jaime E. y Blanco Ruiz, Raquel. (2008). La intervención psicológica en el deporte organizado: un instrumento para la detección de necesidades.
http://www.conductitlan.net/55_psicologia_del_deporte.doc
- Villanueva, P. (15, junio, 2014). La Inteligencia Emocional en el Deporte. Psicología Sin Márgenes. Recuperado de <http://patriciavbpsicologa.blogspot.mx/2014/06/la-inteligencia-emocional-en-el-deporte.html>

ANEXO 1

Planteamiento del problema

Actualmente se presenta bajo rendimiento deportivo de los atletas debido a la relación conflictiva entrenador-atleta donde factores emocionales están implicados generando conflicto como distractores en la focalización de la atención hacia la ejecución deportiva.

Pregunta al planteamiento del problema

¿Cuáles son los factores implicados en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltos a través de la mediación explorando psicológicamente a las emociones?

Hipótesis general de la investigación

Los factores implicados en el bajo rendimiento deportivo de los atletas universitarios que pueden ser resueltos a través de la mediación especializada en el deporte explorando psicológicamente las emociones que generan conflicto son: Autocontrol, Autoconfianza, Motivación, Ansiedad, Estrés y Concentración.

Objetivo general de la investigación.

Demostrar que las variables Psicológicas Autocontrol, Autoconfianza, Motivación, Control de la ansiedad, Estrés y Concentración, son factores que disminuyen el rendimiento deportivo y que pueden ser resueltos a través de la mediación especializada en el deporte

Objetivos específicos de la investigación.

- Determinar los conflictos que influyen en el rendimiento deportivo
- Investigar teorías que sustenten el tema de la mediación deportiva.
- Diseñar instrumentos y/o procesos de medición durante el desarrollo de la investigación.

Muy buenos días, agradezco a usted su asistencia y participación a esta entrevista

Mi nombre es Juan Manuel Sánchez Lozano, trabajo en la Dirección General de Deportes de la Universidad Autónoma de Nuevo León, mi función es la de psicólogo de los equipos representativos TIGRES de la UANL, actualmente curso el Doctorado en Métodos Alternos de

Solución de Conflictos en la Facultad de Derecho y Criminología de la UANL, lo que estoy haciendo ahora es un proyecto de investigación sobre las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo debido a conflictos entrenador-deportista .

En este sentido, nuevamente agradezco a usted su asistencia y participación, los datos y resultados obtenidos estarán a su disposición si así lo solicita, en seguida paso a hacerle las siguientes preguntas, la primera pregunta es.

Preguntas Generales

¿Para usted que es la mediación en el deporte?

¿Qué opina usted de la Psicología del Deporte para la preparación de sus deportistas?

¿Qué impacto cree usted que pueda tener la mediación para resolver los conflictos en el deporte?

¿Qué opina de los factores emocionales que afectan el rendimiento de sus deportistas?

Preguntas descriptivas

En situaciones que haya tenido conflicto con un deportista, ¿cuál ha sido la manera de solucionarlo?

Como determinas que el bajo rendimiento deportivo por causas emocionales surge de la relación entrenador- deportista

En su experiencia como entrenador que tipo de factores emocionales ha vivido con sus deportistas

Donde piensa que se presentan más los conflictos deportivos entrenador-deportista

Preguntas de estructura

Qué importancia le das al estado emocional de tus deportistas cuando entran en conflicto.

Que te interesaría saber cuándo tu deportista baja su rendimiento deportivo por causas emocionales

¿Qué estrategias has llevado a cabo cuando entras en conflicto con tus deportistas?

Preguntas de contraste

¿Cuándo explicas la técnica de tu disciplina deportiva a tu deportista y este no presta atención tú como entrenador que haces?

¿Cómo manejas el bajo rendimiento deportivo de tus deportistas debido a su inestabilidad emocional?

¿Cuando entras en conflicto con tu deportista como lo solucionas?

Cierre

¿Alguno de ustedes desea hacer un comentario final relacionado con las preguntas anteriores...?

Muchas gracias por su participación.

SUJETO 1

ENTREVISTADOR- Muy buenos días, agradezco tu asistencia y participación a esta entrevista ingeniero Everardo me permito presentarme, mi nombre es Juan Manuel Sánchez trabajo en la dirección general de deportes de la universidad autónoma de nuevo león, mi función es la de psicólogo de los equipos representativos Tigres, actualmente estoy estudiando el doctorado en métodos alternos y solución de conflictos en la facultad de derecho y criminología de la universidad autónoma de nuevo león, lo que estoy haciendo ahora es un proyecto de investigación sobre las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo debido a conflictos entrenador deportista en este sentido te agradezco la asistencia y participación recordándote que los datos y resultados obtenidos en esta entrevista estarán a tu disposición si así lo solicitas, muy bien enseguida pasare a hacerte las preguntas pero antes me gustaría que te presentaras por favor ingeniero

ENTREVISTADO- Buenos días licenciado Juan Manuel soy Everardo Garcia entrenador del equipo de judo de tigres durante los últimos 25 años hemos obtenido muy buenos logros los últimos 11 años consecutivamente campeones nacionales de la Universiada en nuestro deporte y otros tres años más anteriores a estos 11 consecutivos desde 1997 que empezó la Universiada, también paralelamente como entrenador fui seleccionado, fui llamado como entrenador de la selección nacional universitaria para la Universiada mundial en Belgrade yo lleve la selección nacional y aunado a esto fuera de entrenador pero dentro del mismo deporte soy arbitro actualmente más de 20 años como árbitro y tengo 2 años de estar trabajando con la federación internacional en los eventos de la misma, ahí seleccionado en el primer grupo de árbitros que nos están preparando para los juegos olímpicos de río 2016

ENTREVISTADOR- excelente

ENTREVISTADO- esa es la actividad que hago actualmente las actividades que desarrollo y he desarrollado.

ENTREVISTADOR- muy bien, pues muy bien te felicito Everardo, paso a hacerte la primera pregunta, ¿Para ti que es la mediación en el deporte?

ENTREVISTADO- Bueno la mediación es este ahora sí que una actividad donde podemos llegar a algún acuerdo en caso de que exista una problemática en el equipo, bueno me voy a referir a mi equipo, en mi equipo.

ENTREVISTADOR- Muy bien Everardo, ¿Qué opinas de la psicología del deporte para la preparación de tus atletas?

ENTREVISTADO- bueno pues definitivamente los 25 años que llevo como entrenador hemos acudido a diferentes instancias para ayuda de nuestros competidores y en nuestra universidad hemos asistido al departamento de psicología del deporte para que nos ayuden en unos casos muy especiales cuando se presentan problemáticas que creemos que deben de ser atendidas por profesionales

ENTREVISTADOR- Perfecto, muchas gracias, en este sentido, la siguiente pregunta es ¿Qué impacto crees que pueda tener la mediación para resolver los conflictos en el deporte?

ENTREVISTADO- ahora sí que el porcentaje, te podría decir un gran impacto, no tengo el porcentaje, pero por que, por que lo hemos utilizado a veces hay que utilizar este medio para que los muchachos los competidores entiendan y tengan confianza de que nosotros queremos lo mejor para ellos y que no vamos a imponernos sin tener los argumentos correctos verdad, para la toma de decisiones

ENTREVISTADOR- Perfecto, muy bien, ¿Qué opinas de los factores emocionales que afectan el rendimiento de tus deportistas?

ENTREVISTADO- que tenemos que trabajar sobre ellos definitivamente, si tenemos que trabajar, tenemos que apoyarlos esa es la función como nosotros los entrenadores y valernos de las herramientas que tenemos en nuestra institución.

ENTREVISTADOR- Perfecto, en cuanto a sus factores emocionales, ¿Cómo cuales Everardo?

ENTREVISTADO- Pues mira casi los más fuertes, la falta de apoyo en la familia, de los padres algunos muy buenos deportistas pero principalmente a veces la situación económica, esa es la que nos afecta mucho, y que a veces se nos sale de control, otra situación pues la falta de integración familiar en ellos, principalmente en sus padres, eso también les afecta, eso conlleva que ellos trasladen esto a su vida personal en cuestión de la escuela y a veces en sus situaciones sentimentales con amigos o con su pareja sentimental.

ENTREVISTADOR- con su pareja sentimental, que viven ahí también sus cuestiones emocionales en cuanto a sus relaciones afectivas, ¿te ha tocado en alguna ocasión algún deportista que este deprimido angustiado, ansioso?

ENTREVISTADO- Si claro que si muchos, muchos, muchos, y principalmente por esas razones, esas son las razones principales.

ENTREVISTADOR- Perfecto, en situaciones que hayas tenido conflicto con un deportista tu como entrenador ¿Cuál ha sido la manera de solucionarlo?

ENTREVISTADO- Bueno primero hablo con ellos directamente, si, en general hablamos con todos y los incitamos a que se comprometan con el equipo, ya cuando vemos que alguien no toma ahí las indicaciones definitivamente es porque tiene algún problema, hablamos con él personalmente, tratamos de motivarlo, tengo un equipo de auxiliares, son dos auxiliares y entre los tres en diferentes momentos tratamos de hablar con él para que nos diga, nos exprese la problemática que el traiga, si nosotros vemos que eso no podemos de acuerdo a la experiencia que tenemos de todos los años y creemos que eso sale de nuestro alcance pues acudimos al área de nuestra institución, precisamente es psicología del deporte.

ENTREVISTADOR- Ok, muy bien yo creo que esta pregunta tiene que ver mucho con la anterior, ¿Cómo determinas que el bajo rendimiento deportivo de tus atletas por causas emocionales surge de la relación entrenador deportista?

ENTREVISTADO- Bueno es por falta de atención de nosotros hacia ellos, definitivamente ellos detectan cuando nosotros no les ponemos atención y es que afecta

ENTREVISTADOR- Excelente en tu experiencia como entrenador ¿Qué tipo de factores emocionales has vivido con tus deportistas?

ENTREVISTADO- Bueno, creo que ya lo he comentado antes que es la falta de apoyo de los padres, falta de apoyo económico definitivamente ellos tienen que andar batallando para arreglárselas, la integración familiar y que eso conlleva a sus relaciones personales ente sus compañeros o amigos amigas, novio o novia.

ENTREVISTADOR- Perfecto, entonces vamos a especificar más esta pregunta ¿Qué tipo de emociones detectas tu como entrenador de tus deportistas cuando el deportista, valga la redundancia, tiene problemas por sus relaciones afectivas, en casa es decir, con su pareja, también en cuanto a su situación económica, ¿Qué tipo de emociones son las que tu notas, ves, percibes en ellos, emociones psicológicas, es decir ok, ese es un problema grave por ejemplo que en la casa haya una situación económica muy baja, eso le pega a los deportistas, ellos se sienten, entonces como, emocionalmente deprimidos?

ENTREVISTADO- Definitivamente es depresión, ¿cómo lo expresan ellos? Falta de atención en el entrenamiento, aparte pues bajan su rendimiento en el mismo entrenamiento, no se aplican al 100% como los demás, dejan de hacer ejercicios son distraídos, se separan un poquito del grupo y siempre ellos jalan a otro para platicar y es cuando nos damos cuenta que algo anda mal por ahí

ENTREVISTADOR- Muy bien ¿Dónde piensas que se presentan más los conflictos deportivos entrenador deportista en los entrenamientos, en competencias en donde se presentan más esos conflictos?

ENTREVISTADO- Entrenamientos, es en los entrenamientos, si hemos tenido en muy contadas ocasiones en competencias te podría decir que, sin temor a equivocarme problemas fuertes, 5 veces en los últimos 10 años problemas fuertes en competencia y en entrenamientos pues n veces verdad, ahí si a diario se presenta algún problema y tratamos de solucionarlo para que lleguen bien a la competencia

ENTREVISTADOR- Excelente, ¿Qué importancia le das al estado emocional de tus deportistas cuando entren en conflicto?

ENTREVISTADO- No pues la mayor importancia, queremos que ellos estén al 100% con nosotros en el equipo, entonces nos aplicamos cuando vemos algún detalle de los que ya mencionamos con alguno de ellos, principalmente distracción en el entrenamiento

ENTREVISTADOR- Excelente, ¿Qué te interesaría entonces saber cuándo tu deportista baja su rendimiento deportivo por causas emocionales?

ENTREVISTADO- Pues yo hablo con él personalmente y pues le pregunto directa verdad que si trae algún problema, que si en algo le puedo ayudar.

ENTREVISTADOR- Perfecto, ¿Qué estrategias has llevado a cabo cuando entras en conflicto con tus deportistas?

ENTREVISTADO- Primero hacerle ver, cuando yo entro en conflicto directo con ellos, hacerles ver que estamos en un equipo, que hay una responsabilidad y que se tienen que tomar decisiones y después ya entramos se puede decir que a la mediación para ver cuál es el problema

ENTREVISTADOR- Perfecto, muy bien ¿Cuándo explicas tu como entrenador la técnica de tu disciplina deportiva a tu deportista y este no presta atención, tu como entrenador que haces?

ENTREVISTADO- Bueno, hablo con el trato de que, se da uno cuenta cuando ellos no pusieron atención entonces le digo, a ver ahora tú has la técnica para tus compañeros, la que acabo de explicar y lógico va a decir que no, no la va a hacer o va a poner algún pretexto y la volvemos a explicar para todos

ENTREVISTADOR- Perfecto, muy bien ¿Cómo manejas el bajo rendimiento deportivo de tus deportistas debido a la inestabilidad emocional?

ENTREVISTADO- Como lo manejamos pues hablamos con ellos, los animamos tratamos de principalmente en muchas ocasiones solamente es cuestión de escucharlos que ellos saquen su

problemática, acabamos de tener la Universiada pasada un caso de una muchachita campeona nacional los últimos 3 años y simplemente la escuche, me conto todo, la escuche yo creo por durante 15 días me contaba sus problemática familiar, ya nada se arregló la problemática familiar y ella volvió a ser medallista en la pasada Universiada nacional en muchos casos, en otros casos cuando ya de verdad creemos que no podemos pues acudimos al como repito al departamento de psicología del deporte que son casos contados pero al fin y al cabo son casos que nosotros no podemos atender

ENTREVISTADOR- Ok gracias, una última, la última pregunta Everardo, ¿Cuándo entras en conflicto con tu deportista como lo solucionas?

ENTREVISTADO- Hablando con él, hablando con él, escuchándolo en que puedo ayudar, a veces uno tiene que cambiar no todas las personas son iguales, pero es comunicación

ENTREVISTADOR- Muy bien pues hemos terminado con esta entrevista Everardo, deseas hacer un comentario final relacionado con las preguntas anteriores

ENTREVISTADO- Pues solamente de que el trabajo en equipo es lo que nos va a llevar a solucionar las problemáticas, nosotros somos especialistas en nuestra técnica, nuestros entrenamientos, pero necesitamos de ayuda profesional en algunas ocasiones por eso acudimos y yo creo que esto se manifiesta en el buen desarrollo de nuestra institución

ENTREVISTADOR- Perfecto, pues muchas gracias Everardo

ENTREVISTADO- Para servirte gracias

SUJETO 2

ENTREVISTADOR- Muy buenas tardes, agradezco mucho tu asistencia Entrenador Antonio Piña Bustos a esta entrevista, mi nombre es Juan Manuel Sánchez Lozano, trabajo para la Dirección General de Deportes de la Universidad Autónoma de Nuevo León mi función es la de psicólogo de los equipos representativos de los Tigres de la U.A.N.L actualmente curso el doctorado en métodos alternos de solución de conflictos en la facultad de derecho y criminología de la universidad Autónoma de Nuevo León, lo que estoy haciendo actualmente es un proyecto de investigación sobre las soluciones implicadas en el bajo rendimiento deportivo debido a conflictos entrenador – deportista, te agradezco nuevamente tu participación te recuerdo que los datos y resultados obtenidos están a tu disposición si así lo solicitas, por favor nos puede decir parte de su trayectoria profesional que es muy basta claro, enseguida paso a hacerte las siguientes preguntas, la primera es ¿Para ti que es la mediación en el deporte?

ENTREVISTADO- Buenas Tardes licenciado, mi nombre completo es Antonio Piña Bustos originario de Monterrey Nuevo león, nací el 4 de Mayo de 1960, en cuanto a estudios, estoy truncado en la carrera de Licenciado en la Organización Deportiva, fui jugador profesional durante 14 años; 8 años con la organización de Tigres de la UANL, 1 año en la Unión de Curtidores de la Ciudad de León Guanajuato, 2 años en Tampico Madero, 2 años en Ciudad Juárez con la Cobras, 1 año en Torreón, en donde ya finalice mi carrera profesional de Futbol Soccer, y posteriormente me desarrolle un año, estuve en Chicago con los Sting de Chicago, y regrese a Monterrey en donde me enrole con el Futbol Rápido Profesional de El Club La Raza teniendo el campeonato, después me desligue y me dedique a entrenar nenes, niños chicos, y posteriormente tengo 8 años en la UANL trabajando actualmente en la Prepa 16 en el sector Femenil en donde nos ha ido de maravilla, y con el Futbol Femenil de la UANL teniendo el equipo Tigres, y actuando en la Preparatoria 16 como catedrático de la materia Cultura Física y Salud.

Gracias por la invitación a apoyarte en este breve doctorado donde espero que mi función que yo tengo actualmente en el equipo representativo tanto de la prepa 16 y en la Dirección General de Deporte de futbol rápido femenino y la experiencia a través de los años que me han dado te sea muy útil en tu línea que estas manejando ahorita para la mediación, para mí la mediación es una relación para mediar el conflicto entre jugador – entrenador, porque es tan importante conocer de qué manera, que problemas tiene por eso es la palabra mediación, medir el problema, para que, para sacar buenos resultados , para que el elemento en este caso el jugador, el conflicto que llegue a tener con el entrenador o con los mismos compañeros del equipo solucionarlo y que sea

beneficio para lo que es un equipo, no en deteriorada, porque es muy diferente esta situación cuando el grupo, todos los elementos tiene que estar como dando por el mismo objetivo

ENTREVISTADOR- Muy bien, ¿Qué opinas de la psicología del deporte para la preparación de tus deportistas?

ENTREVISTADO- Es importantísima porque a veces el psicólogo se vuelve más importante que los padres de familia, inclusive hasta uno mismo, le tienen más confianza y el hecho de que los mandemos con el psicólogo no quiere decir que estén mal de la cabeza simplemente desahogarse un poco de los problemas que ellos, con gente no indicada, no preparada no se sueltan o no transmiten esos tipos de problemas que traen ellos en su cabeza

ENTREVISTADOR- Muy bien, ¿Qué impacto crees que pueda tener la mediación para resolver los conflictos en el deporte?

ENTREVISTADO- Pues es muy grande, porque ahí nos vamos a dar cuenta, lo vuelvo a repetir, de los problemas para mediarlos, porque están muy molestos, porque están muy exaltados y que en los encuentros no suceda eso, si llega en el momento indicado antes de tener competencias, lo vamos a solucionar y es importantísimo descubrirlos a tiempo y si ellos se sueltan por la confianza que nos están dando para con nosotros y es el momento donde yo actuó con ustedes al decir tengo problemas con estos chicos o estas chicas, tenemos que ayudar para solucionar en bien de la universidad

ENTREVISTADOR- Muy bien, mira la pregunta que te hice anteriormente tiene que ver mucho con la que te hago ahora enseguida ¿Qué opinas de los factores emocionales, que afectan el rendimiento de tus deportistas?

ENTREVISTADO- Es demasiado importante porque la emoción se transmite en varios aspectos, les afecta emocionalmente porque se pueden poner nerviosos, ven al rival muy grande (están muy grandes, están muy fuertes) en eso se puede decir que la palabra idónea que nosotros decimos no los vamos a cargar y aquí es una competencia, estamos preparados mentalmente, físicamente, pero si alguien tiene ese problema pues solucionarlo a tiempo con la ayuda de ustedes.

ENTREVISTADOR- Perfecto, en situaciones en las cuales tu como entrenador hayas tenido un conflicto con algún deportista ¿Cuál ha sido la manera de solucionarlo?

ENTREVISTADO- Primero que todo escuchar cuál es su problema, para poder apoyarlo, porque a mí me interesa mucho que ellos se suelten, si traen algún problema, y si es contra mí, porque a veces sucede esto el que juega está contento, el que sale a la banca medio contento y el que no va ni a la banca esta enojadísimo con el entrenador mismo entonces empieza a haber ese grupito

de jalar a la gente en contra del entrenador, o en contra de las jugadoras o jugadores que están en ese momento actuando como titulares, como suplentes, entonces es importante que en el momento preciso lo ataquemos y no dejar pasar esa situación y que nosotros como entrenadores y con la experiencia que ya tenemos detectarlo a tiempo para transmitirles que están mal

ENTREVISTADOR- ¿Cómo determinas que el bajo rendimiento deportivo de tus atletas por causas emocionales surge de la relación entrenador – deportista?

ENTREVISTADO- Pues a través del tiempo los vamos conociendo y cuando llega con esa baja autoestima, en ocasiones les puede ocasionar también el problema emocional que traen con un compañero o compañera, se hace chiquitos, es la clásica palabra que siempre se utiliza ‘es que el mexicano utiliza el cerebro muy poquito’ no lo desarrolla, cree que siempre estamos en contra, no llegan a preguntarnos qué están haciendo mal para poderlo corregir y es ahí donde esta uno bien pendiente de esta situación por la experiencia que yo tengo, trato de que se diviertan y luego lo emocional entra ahí porque yo los veo que no andan con ese [ánimo](#), y luego ataco ese problema “a ver, ven para acá, traes problemas en tu casa, traes problemas con tu novio, con tu novia, traes problemas en la escuela” porque también es importantísimo porque nosotros nos convertimos en tutores para que estemos enterados de su situación tanto como económica, situación escolar, y hasta en la alimentación.

ENTREVISTADOR- En tu experiencia como entrenador que tipo de factores emocionales has vivido con tus deportistas, es decir, ¿qué factores has visto en ellos?

ENTREVISTADO- Pues algunos que no estaban acostumbrados a salir, localistas completamente, no se adaptaban a las salidas del equipo o a jugar en otras canchas completamente y pues gracias a los apoyos que nos brindan por ahí la universidad, pues hemos atacado bien ese problema y que mis jugadores ahorita ya me pidan más partidos fuera es donde agarran esa experiencia y lo emocional lo van dominando.

ENTREVISTADOR- Ok, ¿Qué tipo de emociones por ejemplo?

ENTREVISTADO- Pues el que estés jugando contra o en un lugar alejado de tu cancha, de visitante como lo podemos decir, que la gente está en contra tuya que te están echando porra en contra o sea que la porra contraria pues está hostigando que eso te baja muchísimo porque se [asustan](#), el susto emocional es tremendo, ahí en la cancha te haces chiquito o te haces grande

ENTREVISTADOR- ¿Se deprimen?

ENTREVISTADO- Si se deprimen porque el nervio las agarra y no son las mismas jugadoras que en su cancha

ENTREVISTADOR- Muy bien, excelente, otra pregunta, ¿Dónde piensas tu que se presentan más los conflictos deportivos entrenador – deportista en los entrenamientos o en competencias?

ENTREVISTADO- En los dos lugares surge porque uno trata de hablar en los entrenamientos corregir como se dice, preventivo, que no sean correctivos, en el entrenamiento hay un preventivo para corregir y que en el juego lo lleven a cabo que ya no se equivoquen tanto pues sobre todo la tensión por que cuando uno se tensa, hay que enseñarlos a dominar esa [tensión](#) a lo que te vas a enfrentar, con la experiencia que yo he tenido a lo largo de muchos años de haber jugado profesional y estar trabajando, es importantísimo saber en qué lugar te vas a enfrentar, si es frío, si hace calor, si llueve mucho, la altura, todos esos factores te afectan y que la gente no vaya pensando (ay es que como el DF esta alto nos va a afectar y que si la cancha está muy grande y que la cancha muy cerca de la tribuna) que todo eso no nos gane que vayan, yo trato de que vayan con gusto a hacer ese trabajo.

ENTREVISTADOR- Te hago otra pregunta, que también es como todas, muy importante en tu rol de entrenador ¿Qué importancia le das tú a las emociones de tus deportistas cuando entran en conflicto?

ENTREVISTADO- Muchísimo por que aprendemos también a poder desarrollarla también nosotros porque aunque vayas al psicólogo no lo vas a entender en ese momento y yo tengo que estar preparado para eso, en lo personal siempre he estado preparado para la adversidad, porque en el triunfo no se acuerdan de nada, cuando hay una derrota, es donde viene el problema donde debemos de actuar, de cómo levantar ese carácter del elemento porque cuando pierdes completamente se baja toda la pila y es el momento de actuar para que no nos vuelva a suceder y yo soy uno de los que no me gusta estar haciendo eso constantemente y yo creo que lo hemos ido remediando poco a poco.

ENTREVISTADOR- Muy bien, ¿Qué te interesaría saber cuándo tu deportista baja su rendimiento deportivo por causas emocionales?

ENTREVISTADO- Sus problemas porque pueden ser en la casa, en la escuela para poderlo solucionar para poderlo ayudar, que se sienta apoyado por el entrenador, por las compañeras, y he hecho eso, tengo gente que a través de los años han sido mis apoyos o mis brazos derechos e izquierdos porque entre más gente tenga alrededor mío, más podemos solucionar el problema y nos hacemos partícipes de ese tipo de problema para poderlo solucionar lo más rápido posible y que venga a la cancha con un gusto de disfrutar el entrenamiento o el juego

ENTREVISTADOR- Esta es otra pregunta muy importante en tu rol profesional como entrenador y jugador profesional la experiencia que te ha llevado como entrenador y cuando entras en conflicto con tus deportistas, ¿Que estrategias llevas a cabo para solucionarlo?

ENTREVISTADO- Que bonita pregunta esa es muy importante porque para mí las trato como si fueran mis hijas, en este caso porque desde hace 8 años trabajo con niñas, les hago ver que son mi familia, que yo no soy nadie para reprimirlas, no me gustaba a mí que en lo profesional me reprimieran me recordaran mi madre en pleno partido, entonces pues trato de transmitir otras cosas dándole vuelta pero que siempre sea lo mismo, exigir, pero de otra manera, ¿cómo exigir? Pues en base a que estamos trabajando que sea lo hemos hecho mucho para que ese elemento no caiga en el conflicto del entrenador está enojado con el jugador y por eso no funciona, y después yo no ataco los problemas inmediatamente en el partido porque el partido es un examen, entonces ahí agarro lo bueno, agarro lo malo y el día que me tengo que sentar con ellas vemos videos y nada más recalcamos lo bueno y lo malo para que se vaya mejorando

ENTREVISTADOR- ¿Cuándo explicas en un entrenamiento la técnica de tu disciplina deportiva a tu equipo y este o estos no prestan atención, tu como entrenador que haces?

ENTREVISTADO- Me paro, les pido por favor que pongan atención y si no tienen ganas o deseos, como no es de paga lo que yo hago pues no los obligo, si quieren escuchar y si no mejor que me dejen hablar con la gente que quiere estar y que quiere aprender más de mi persona y del futbol.

ENTREVISTADOR- Muy bien, muchas gracias Piña, como un comentario final, tienes alguna idea que puedas extender a las preguntas que acabo de hacer, ¿Quisieras agregar algo?

ENTREVISTADO- Que toda la gente entienda de que todos los entrenadores nos convertimos en padres, psicólogos, nutriólogos, maestros, es un padre adoptivo por eso yo les digo que soy un padre adoptivo porque me duele lo que les hagan a ellas y me duele cuando no quieren aprender, me duele lo que les pasa a ellas, y como son gente que yo elegí pues trato de que me den su máximo y yo siempre estoy pendiente de que no les falte nada para que ellas siempre estén bien porque aquí hay tres cosas muy importantes, para que un jugador este bien, tiene que comer bien, descansar bien para poder entender bien y si tenemos la ayuda psicológica para que ellos puedan desahogarse para que todos los conflictos que tienen nos los digan para poderlos nosotros solucionar puede ser económico porque a veces no lo dicen y eso nosotros tratamos de atacarlo para que a ellos no les falte nada que no tengan ese problema y que no detengan a esos grandes talentos por un problema leve que lo podemos solucionar en grupo por eso esto es equipo de futbol no es individual, no es elitista tampoco pero si se desahogan con nosotros o con el

psicólogo pues podemos solucionarlo más rápido posible ese problema nunca vamos a extender, no se hace una bola de nieve.

ENTREVISTADOR- Muy bien, pues muchas gracias, agradezco mucho tu participación a esta entrevista Piña muchas gracias

ENTREVISTADO- Muchas gracias a usted maestro

SUJETO 3

ENTREVISTADOR: - Muy buenos días, te agradezco la asistencia y participación en esta entrevista, mi nombre es Juan Manuel Sánchez trabajo en la Dirección General de Deportes de nuestra Universidad Autónoma de Nuevo León la función que tengo aquí en la Dirección General de Deportes es la de psicólogo de los equipos representativos Tigres de la UNI actualmente curso el doctorado en Métodos Alternos en Solución de Conflictos en la facultad de Derecho y Criminología lo que estoy haciendo ahora es un proyecto de investigación sobre las emociones implicadas en el bajo rendimiento deportivo debido a conflictos entrenador-deportista. En este sentido nuevamente te agradezco por la asistencia y participación, te informo también que los datos y resultados obtenidos estarán a tu disposición si así lo solicitas enseguida también me gustaría que te presentaras Jesús, que nos dijeras tu nombre y tu rol en la Dirección General de Deportes.

ENTREVISTADO: Buenos días gracias por la invitación, soy el Lic. Jesús Roberto Rodríguez Tamez entrenador de karate del equipo varonil, aquí en la dirección general de deportes y dentro de nuestro trabajo los logros que hemos tenido en las ediciones de las Universiadas nacionales pues afortunadamente se nos ha dado el resultado gracias al trabajo de estar como campeones dentro de estas universiadas nacionales, desde la primera hasta la fecha.

ENTREVISTADOR: Muy bien, bueno pues paso a hacerte la primera pregunta. ¿Para ti Jesús que es la mediación en el deporte?

ENTREVISTADO: Pues la mediación en el deporte podría ser una parte cuando existe algún conflicto atleta-entrenador pues que uno pueda mediar para poder solucionar algún conflicto y si ya uno no puede solucionarlo puede buscar la ayuda de algún mediador, en este caso ya sea desde un psicólogo o algún especialista en el área.

ENTREVISTADOR: Perfecto, muy bien. ¿Qué opinas de la psicología del deporte? Ahora que hablas de ella, para la preparación de tus deportistas.

ENTREVISTADO: Pues yo pienso que juega un papel muy importante, ya que pues al momento de llegar a la competencia los muchachos por el mismo [estrés](#) competitivo y la cuestión psicológica, se puede venir abajo el resultado, ya que pueden estar muy bien preparados físicamente, pero al momento de llegar al escenario competitivo muchas veces se [bloquean](#) los atletas y más que nada es por falta de trabajo psicológico.

ENTREVISTADOR: Excelente, muy bien. En relación con esta pregunta anterior te digo ahora. ¿Qué impacto crees que pueda tener la mediación para resolver los conflictos en el deporte?

ENTREVISTADO: Bueno primeramente yo pienso que los conflictos entre atleta y entrenador la mayoría de las veces se presenta en entrenamientos que es cuando el atleta tiene a lo mejor algunas actividades y que el entrenador viendo que no se está cumpliendo con el entrenamiento y la exigencia de los resultados, pues él no justifica o no ve válida alguna situación del atleta y el atleta puede molestarse ya que no es comprendido en ese momento por su entrenador. Entonces yo creo que es importante una buena relación entre el entrenador y el atleta y más que nada que exista una buena comunicación porque si nos afecta al momento del resultado. Si en la preparación el atleta tiene conflictos o tenemos conflictos al momento de llegar a la competencia el muchacho no va a confiar en nosotros y el resultado no va a ser el esperado.

ENTREVISTADOR: Exactamente ¿Qué opinas de los factores emocionales que afectan el rendimiento de tus deportistas?

ENTREVISTADO: Pues ahí también son muy importante muchas veces los atletas traen problemas familiares, problemas con la novia, con la escuela, algunos que ya trabajan pues también tienen situaciones especiales que si los afectan bastante en el rendimiento deportivo ya que eso para nosotros son bloqueos que el muchacho va a presentar durante su entrenamiento y si esto como lo mencionábamos no existe el trabajo de mediar para poder subsanar todas estas situaciones, esto se va a ver reflejado también en el resultado en la competencia ya que si el no domina o no tenemos en apoyo de un psicólogo para que nos ayude como mediador para solucionar este problema, pues ese problema va a seguir creciendo y ya cuando lleguemos a la competencia el problema va a estar todavía más grande y pues el resultado no va a ser el mejor ni para el atleta ni para el equipo.

ENTREVISTADOR: Perfecto, muy bien, en seguida te hago otra pregunta Lic. Jesús Rodríguez. En situaciones que hallas tenido conflicto con un deportista, si fuera el caso ¿Cuál ha sido la manera tuya de solucionarlo?

ENTREVISTADO: Pues la mejor manera que hemos tenido, no han existido problemas graves en el equipo, pero siempre hay situaciones que hay que resolver, pero principalmente dejar que se enfríen las cosas, escuchar al atleta, tratar de entenderlo, no darle una respuesta en ese mismo momento, sino, analizar la situación depende cual sea el problema que tenga, si hay terceras personas involucradas pues ver la opinión de uno y la opinión de otro para poder tener un veredicto y no determinar un resultado por una versión nada más, entonces yo creo que es principalmente el escuchar a los atletas, analizar y en este caso comentarlo con el cuerpo técnico, nosotros que somos los entrenadores, analizarlo y ver cuál es la mejor opción y tratar de darle un

consejo al muchacho para tratar de apoyarlo que él esté satisfecho con lo que lo estamos apoyando y que benéfico tanto para el equipo como para él.

ENTREVISTADOR: Ahora, en esta pregunta que también es muy importante y tiene relación con la anterior. ¿Cómo determinas que el bajo rendimiento del deportista por causas emocionales, surge de la relación entrenador-deportista?

ENTREVISTADO: Principalmente al ver la reacción del atleta cómo se comporta dentro del entrenamiento, cuando tú le das alguna indicación, si el muchacho está dispuesto a hacer todo lo que le estas solicitando, si tú ves un rechazo por parte de él o que el muchacho esta fastidiado o aburrido por el entrenamiento, probablemente exista algo que está interfiriendo en la buena relación atleta-entrenador

ENTREVISTADOR: Entonces en tu experiencia como entrenador ¿Qué tipo de factores emocionales has vivido con tus deportistas?

ENTREVISTADO: Principalmente las cuestiones de la escuela, cuestiones de la familia con alguno atletas foráneos que también es algo que hay que tratar con más cuidado porque muchas veces los atletas están solos aquí en nuestro equipo y el único apoyo que tienen somos sus entrenadores y por ahí se han presentado por que a algunos les ha dado la melancolía de estar solos en su casa, entonces ahí afecta un poco pero pues hay que arroparlos y nosotros hemos procurado hacer alguna convivencia o una reunión con ellos para buscar que se sientan arropados y no sientan la ausencia de su familia. A parte de que los entrenadores prácticamente somos como sus padres y pues para apoyarlos a que se sientan a gusto y tengan un mejor rendimiento.

ENTREVISTADOR: Muy bien. ¿Dónde piensas que se presentan más los conflictos deportivos entrenador-deportista en los entrenamientos o en competencia?

ENTREVISTADO: Principalmente en los entrenamientos, porque ya en la competencia hubo un trabajo previo donde se trató de mediar y en algunos de los casos se logra la mediación se logra el objetivo, para que el muchacho llegue en óptimas condiciones a la competencia, entonces ya no se presenta un problema grave.

ENTREVISTADOR: Muy bien. ¿Qué importancia le das al estado emocional de tus deportistas cuando entran en conflicto?

ENTREVISTADO: Es muy importante ya que, si ellos no están dispuestos a trabajar por algún bloqueo que tenga, el resultado no se va a dar, las indicaciones que tú le des como entrenador no las van a aceptar, va a haber un rechazo por parte de el al momento de que uno este indicando. Lo contrario de que si tenemos una buena relación los conflictos que hayan surgido se hallan

subsanado, yo creo que el atleta al contrario si hubo una situación y se solucionó el momento en que tú te presentes con él a una competencia él va a tener más confianza en ti porque también sabe que el conflicto por pequeño o grande que haya sido lo ayudaste lo trataste de solucionar junto con el entonces esa integración se viene dando también al momento de trabajar en el área de competencia.

ENTREVISTADOR: Excelente. ¿Qué te interesaría saber cuándo tu deportista baja su rendimiento deportivo por causas emocionales?

ENTREVISTADO: Principalmente saber cuál es el problema, saber qué es lo que le está pasando por la cabeza. Por qué a la mejor yo estoy con un objetivo dentro del entrenamiento, pero él ni siquiera está pensando en el entrenamiento, está ahí por cumplir pero su cabeza está en otro lado, no sé si tiene problemas en la escuela o familiares y algunas veces son problemas con la novia, entonces yo creo que es importante saber primero que está pasando por su mente y si en realidad el problema es muy grave yo preferiría que ese día no entrene, dejarlo que se despeje y platicar con el más adelante para cualquier situación que se esté presentando pues tratar de mediar y buscar una solución.

ENTREVISTADOR: Perfecto. ¿Qué estrategias tú como entrenador has llevado a cabo cuando entras en conflicto con un deportista?

ENTREVISTADO: Principalmente el trabajo que hemos hecho nosotros para no llegar a atender los conflictos es prevenirlos por medio de reuniones, y eventos con los muchachos, salir a un lado, visitar algún lugar por aquí con algunos que son foráneos que no conocen y terminar con alguna cena y alguna convivencia para que ellos tengan confianza y cualquier situación que tengan no la comente al inicio del problema no cuando el problema ya haya crecido.

ENTREVISTADOR: Cuando explicas la técnica de tu disciplina deportiva a tu deportista y esta no presta atención, tú como entrenador ¿qué haces?

ENTREVISTADO: Principalmente llamo la atención para que ellos pongan su actitud y estén atentos a la indicación que se está dando y ay si uno ve que no están presentando interés por el entrenamiento, ahí es donde yo me doy cuenta de que existe algún problema con él y puede esto generar algún conflicto atleta-entrenador. Entonces yo pienso que es oportuno el momento para darle un descanso, un respiro dentro del entrenamiento para ver qué es lo que está sucediendo.

ENTREVISTADOR: Muy bien, como cierre final a esta entrevista te gustaría agregar algo o profundizar algo de alguna de las preguntas anteriores que hemos hecho en este momento.

ENTREVISTADO: Pues no, nada más reiterar que si es muy importante el trabajo psicológico de los deportistas y yo creo que muchas veces se nos dice “Aquí está el psicólogo” al momento de la competencia, pero si es importante que el trabajo de la psicología del deporte se haga durante la preparación del deportista no nada más durante el momento de la competencia, porque así como puede existir un conflicto con el entrenador al momento en el que yo le presente al atleta en la competencia “aquí está el psicólogo, va a hablar contigo” pues a él también lo puedo desconcertar y decir “¿Por qué? Si no lo trabaje” o “¿Que me está pasando? ¿Por qué me traen a un psicólogo?” entonces yo creo que es importante que la psicología del deporte se antes, durante y después de la competencia.

ENTREVISTADOR: Perfecto, pues muchísimas gracias, que tengas buen día.

ANEXO 2

Cuestionario de mediación deportiva				Folio: _____	
Edad		Sexo		Fecha	
<p>Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información que nos proporcione será de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leerlas siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el número 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.</p>					

#	ITEMS	Totalmente de	De acuerdo	Nideacuerdo nien	En desacuerdo	Totalmentee n
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.					
2.	Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.					
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.					
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.					
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes De comenzar mi participación en una competición.					
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.					
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal.					
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por Preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.					
9.	Mi deporte es toda mi vida.					
10.	Soy una persona tranquila y colaboradora.					
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de Forma objetiva y específica.					
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le Dedico al deporte.					
13.	Algunas veces estoy tenso o deprimido sin saber porque.					
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes década sesión de entrenamiento y década competición.					
15.	Hago lo que quiero, sin pensar cómo va afectar a otros.					

PRIMERA ENCUESTA.

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA Folio: _____

Edad		Sexo		Fecha	
------	--	------	--	-------	--

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leerlas siguientes afirmaciones y marcar con una **X** que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el número 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	ITEMS	Totalmente en	En desacuerdo	Nide acuerdo	De acuerdo	Totalmente de
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para con centrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso a la espera de que algo salga mal durante	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5

SEGUNDA ENCUESTA (CORREGIDA).

RESULTADOS

ANSIEDAD	
1	
4	
7	
10	
13	
16	
19	
22	
CONCENTRACION	
2	
5	
8	
12	
14	
17	
20	
23	
MOTIVACION	
3	
6	
9	
12	
15	
18	
21	
24	
25	

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 01

Edad 19 Sexo Femenino Fecha 01/sep/17

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
12.	No merezco la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>

**CENTRO DE LITIGACION Y MEDIACION
FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA
CONVENIO DE MEDIACION**

FOLIO: 290

En San Nicolás de los Garza Nuevo León a los 01 días del mes de septiembre de 2017; en las oficinas del Centro de Litigación y Mediación de la Facultad de Derecho y Criminología de la Universidad Autónoma de Nuevo León, ante la presencia de la Lic. María Isabel Turrubiates Hernández en su carácter de Mediadora, con número de asignación 772, Certificada por el Consejo de la Judicatura del Estado; comparecen los Ciudadanos: **La C.**

(JUGADORA DE FUTBOL SOCCER)

Soltera, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en calle Santa Gertrudis No. 295 de la colonia Mariano Escobedo en el municipio de Escobedo Nuevo León. **Y LIC.**

(ENTRENADOR

DEPORTIVO), casado, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en la calle: Casa de las Flores no. 542, colonia Valle de Casa Blanca en el municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León. Ambos pertenecientes a la UNIVERSIDAD REGIONMONTANA en el Estado de Nuevo León. Los participantes acuden a fin de celebrar un CONVENIO DE MEDIACION, con respecto a su situación definitiva dentro del equipo de Futbol Soccer al que pertenece. Ambas partes se sujetan, a los antecedentes, declaraciones y clausulas.

ANTECEDENTES

1.- Con fecha 01 de septiembre de 2017, recibe el Centro de Litigación y Mediación FACDYC UANL a los C

(Futbolista) y (Entrenador), para manifestar ciertas inconformidades en cuanto al desempeño de la futbolista en la cancha, como profesionista, quien presenta cierta intranquilidad en su equipo (ya que por cuestiones de accidente de la misma, por faltas para asistir al entrenamiento, bajo rendimiento en sus materias, bajo interés en su vocación como futbolista y problemas familiares la C. Pero también manifiesta el Lic.

(Entrenador) que (Futbolista) era una alumna excelente, quien, como persona y como profesionista, le ha dado muchas satisfacciones al equipo, a la Universidad y a ellos como compañeros y amigos. Que comprenden la situaciones por las que ha pasado la futbolista y lo único que desean todos sus compañeros, amigos, entrenador y técnicos de dicho equipo, es saber su decisión final, si estará o no participando con sus compañeros de equipo, ya que están muy cerca las fechas para el torneo de campeonato, ya que manifiestan es un buen elemento con mucho talento y que les gustaría que apoyara al equipo para seguir cosechando campeonatos.

2.- Por su parte la Srita.

Reconoce que efectivamente ha bajado su nivel académico y deportivo e informa que últimamente ha pasado por ciertos conflictos familiares, económicos y demás

Antes referidos, ya que sus padres no pueden por el momento apoyarla totalmente en sus estudios, ya que carecen de recursos económicos, y al momento que le autorizaron su beca de un 60% le bajo la autoestima, ya que tendrá que cubrir el

40% en los pagos que le faltan para inscribirse al siguiente tetra y pueda cursarlo, manifiesta que también ha optado por buscar un trabajo y que por el momento no va a poder tener tiempo de ir a todas las practicas, aunque siente que el futbol para ella es lo máximo y no es su intención renunciar al deporte que más le gusta, que por el momento está pensando bien las cosas, porque tampoco le gustaría abandonarlo pero esperará la posibilidad que puedan apoyar un poco más.

DECLARACIONES

I.- Las partes reconocen mutua y expresamente la personalidad con la que comparecen para la celebración de este Convenio con fundamento en el artículo 26 de la Ley de Mecanismos Alternos de Solución de Controversias del Estado de Nuevo León.

II.- Declaran las partes que acuden voluntariamente a efectuar el siguiente Convenio con el propósito de llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios, ya que tienen en puerta los siguientes torneos:

ELIMINATORIA IDA Y VUELTA

- 1.- Los días 14 y 18 de septiembre de 2017 en el TEC. DE MONTERREY
- 2.- Los días 7 y 8 de octubre en la CIUDAD DE LEÓN, GUANAJUATO
- 3.- El día 22 de Octubre en la CIUDAD DE PUEBLA.

III.- Manifiestan los comparecientes su voluntad de decir verdad y comprometerse a cumplir con las siguientes Cláusulas que ellos mismos establecen.

IV.- Una vez expuesto lo anterior y habiendo llevado a cabo el proceso con todas las formalidades que marca la Ley de Mecanismos Alternos para la Solución de Controversias en el Estado de Nuevo León, y debidamente enterados de los alcances de este acto, todas las partes expresan su voluntad de celebrar el presente convenio a efecto de formalizar el acuerdo de voluntades y por tanto tienen a bien celebrarlo al tenor de las siguientes:

CLÁUSULAS

PRIMERA.- Manifiestan ambas partes que en este acto se comprometen y se obligan a contribuir en la solución del conflicto para seguir manteniendo una comunicación sana y efectiva.

SEGUNDA: El LIC. [Nombre] (Entrenador) Propone a la C. [Nombre] que buscara la forma de poder ayudarla en la cuestión de la beca, pero adelanta que él no extiende ni autoriza las becas a él se las entregan para sus futbolistas, pero no se encarga de asignar los porcentajes, que últimamente las reglas del comité deportivo, son muy estrictas. Además se compromete y se obliga en caso de que acepte seguir en el equipo, empezaran a entrenar de forma inmediatamente, el próximo domingo, porque ya las fechas están muy cercas, para que la C. SANCHEZ esté preparada al 100% igual que sus compañeras, ya que manifiesta ha perdido mucho tiempo, pero que si ella lo desea está dispuesto a entrenarla y no pierda la oportunidad que le brinda el comité deportivo. Ya que como lo han expresado es un buen talento.

TERCERA: Manifiesta la C. [Nombre] su amor al deporte es de un 100% y declara que solo quiere sentirse con la seguridad que cursara el siguiente tetramestre y que se compromete y se obliga a sacar adelante las materias que tiene pendientes. Además de aceptar la propuesta de la clausula que antecede de parte de su entrenador y del comité, manifiesta que la estimación y cariño es reciproco y que con su ayuda en los entrenamientos se pondrá en condición para darle una buena participación en los torneos que se acercan.

CUARTA: Ambas partes manifiestan en forma voluntaria a comprometerse y obligarse al cumplimiento del acuerdo referente a las cláusulas primera, segunda, expresando que es un acuerdo de buena fe y no existe vicio de consentimiento que afecte la nulidad del presente convenio y que en caso de incumplimiento del presente, agotaran la instancia de la Remediación ante este mismo Centro, para aclaración, modificación, o complementación de nuevos acuerdos e incorporarlos al convenio.

QUINTA.- Ambas partes manifiestan que podrán considerar en forma discrecional que el presente convenio se eleve a categoría de cosa juzgada ante la instancia judicial correspondiente informe al artículo 3º de la ley de Métodos Alternos de solución de conflictos el cual en lo conducente señala: "Se requerida su presentación ante la autoridad jurisdiccional competente para conocer del conflicto materia del Método Alterno, con el fin de que aquella constate que se haya observado lo dispuesto por el artículo 4º. de la presente ley. Hecho lo anterior, se reconocerá jurisdiccionalmente y se darán efectos de cosa juzgada o sentencia ejecutoriada, pudiendo realizarse su ejecución en los términos que prevé el Código de Procedimientos Civiles para el Estado de Nuevo León ó en su caso la Ley de Justicia Administrativa del Estado de Nuevo León con respecto a la Ejecución de las Sentencias"

SEXTA:- Ambas partes manifiestan que por el momento no se reservan ninguna acción de carácter civil, ni de cualquier otra índole al haber concluido el presente asunto en esta instancia, firmado para ello los que aquí intervienen y así quisieron hacerlo.



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES



Firmando en este acto los que aquí intervienen:

ENTERADOS Y CONFORMES

PARTICIPANTE

LIC.

PARTICIPANTE

**LIC. MARIA ISABEL TURRUBIATES HERNANDEZ
MEDIADORA DEL CENTRO DE LITIGACION
Y MEDIACION FACDYC.**



**CENTRO DE LITIGACION
Y MEDIACION**



CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 01

Edad	19 años	Sexo	Femenino	Fecha	26/09/17
------	---------	------	----------	-------	----------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una **X** que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4 <input checked="" type="checkbox"/>	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
3. †	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3 <input checked="" type="checkbox"/>	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
5. †	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6. †	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3 <input checked="" type="checkbox"/>	4	5
7. †	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3 <input checked="" type="checkbox"/>	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4 <input checked="" type="checkbox"/>	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4 <input checked="" type="checkbox"/>	5
11. †	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3 <input checked="" type="checkbox"/>	4	5
12. †	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13. †	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
†14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1 <input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3 <input checked="" type="checkbox"/>	4	5
†19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enojo.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
†23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
24. †	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
†25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2 <input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5

TABLA DE RESULTADOS POR DEPORTISTA

FOLIO	001							
SUJETO:	01							
EDAD:	19 Años							
DEPORTE:	Futbol bardas							
ANSIEDAD			CONCENTRACIÓN			MOTIVACIÓN		
PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN
1	3		2	2		3	4	✓
4	2		5	3	✓	6	3	✓
7	5	✓	8	5		9	1	
10	3		11	2		12	4	✓
13	3	✓	14	1	✓	15	5	
16	4		17	3		18	3	
19	5	✓	20	4		21	2	
22	1		23	3	✓	24	3	
						25	1	✓
CATEGORIA DE LAS VARIABLES								
1. TORMENTO			1. FOCALIZADO			1. CAUSA		
2. ANSIA			2. INTERÉS			2. INCENTIVO		
3. INTRANQUILIDAD			3. CENTRADO			3. ESTIMULOS		
4. ANGUSTIA			4. ATENTO			4. MOTIVO		
5. INQUIETUD			5. APLICADO			5. ANIMO		

BAJOS

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 02

Edad	<u>21</u>	Sexo	<u>Masculino</u>	Fecha	<u>8-Septiembre-2017</u>
------	-----------	------	------------------	-------	--------------------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una **X** que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5

**CENTRO DE LITIGACION Y MEDIACION
FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA
CONVENIO DE MEDIACION**

FOLIO: 292

En San Nicolás de los Garza Nuevo León a los 8 (ocho) días del mes de septiembre de 2017, en las oficinas del Centro de Litigación y Mediación de la Facultad de Derecho y Criminología de la Universidad Autónoma de Nuevo León; ante la presencia de la Lic. María Isabel Turrubiates Hernández en su carácter de Mediadora, con número de asignación 772 (setecientos setenta y dos), Certificada por el Consejo de la Judicatura del Estado; comparecen los Ciudadanos: Por una parte el **C. [REDACTED]** a quien para este efecto se le llamara como **"EL JUGADOR"**, Soltero, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en calle: Etolia No. 517 (quinientos diecisiete), de la colonia Valle de San Carlos en el municipio de San Nicolás de los Garza, Nuevo León. Y **SR. [REDACTED]** a quien para este efecto se le llamara como **"EL ENTRENADOR"**, casado, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en la calle: Camelia No. 3367 (tres mil trescientos sesenta y siete), colonia Moderna en el municipio de Monterrey, Nuevo León. Ambos pertenecientes a la **UNIVERSIDAD REGIONMONTANA** en el Estado de Nuevo León. Los participantes acuden a fin de celebrar un **CONVENIO DE MEDIACION**, con respecto a su situación definitiva dentro del equipo de Basquetbol al que pertenece. Ambas partes se sujetan, a los antecedentes, declaraciones y clausulas siguientes:

ANTECEDENTES

- 1.- Con fecha 8 (ocho) de septiembre de 2017 (dos mil diecisiete), recibe el Centro de Litigación y Mediación, FACDYC, UANL a los **C. [REDACTED]** (**"EL JUGADOR"**) y **SR. [REDACTED]** (**"EL ENTRENADOR"**), para manifestar ciertas inconformidades en cuanto al desempeño de el en la cancha, como profesionista, quien presenta cierta intranquilidad en su equipo (por faltas para asistir al entrenamiento, retardos e inasistencias, bajo interés en su vocación como jugador).
- 2.- Por su parte **"EL JUGADOR"**, reconoce que efectivamente ha bajado su nivel deportivo e informa que últimamente ha pasado por ciertas cuestiones familiares.
- 3.- Actualmente **"EL JUGADOR"**, cuenta con una beca de 90% (noventa por ciento) y la obtuvo debido a su desempeño deportivo en la Universidad.
- 4.- Sin embargo las inasistencias, retardos y faltas que ha presentado **"EL JUGADOR"** al entrenamiento y juegos, han ameritado que él obtenga 2 (dos) amonestaciones en su archivo, si **"EL JUGADOR"** recibe 1 (una) amonestación más por incumplimiento del reglamento interno perdería la beca que actualmente tiene.

5.- “**EL JUGADOR**” comenta que se encuentra en sus últimos tetras de la carrera y que perder su beca le podría provocar dejar trunca su carrera, lo cual sería preocupante para él.

DECLARACIONES

I.- Las partes reconocen mutua y expresamente la personalidad con la que comparecen para la celebración de este Convenio con fundamento en el artículo 26 de la Ley de Mecanismos Alternos de Solución de Controversias del Estado de Nuevo León.

II.- Declaran las partes que acuden voluntariamente a efectuar el siguiente Convenio con el propósito de llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios, ya que tienen en puerta los siguientes torneos:

III.- Manifiestan los comparecientes su voluntad de decir verdad y comprometerse a cumplir con las siguientes Cláusulas que ellos mismos establecen.

IV.- Una vez expuesto lo anterior y habiendo llevado a cabo el proceso con todas las formalidades que marca la Ley de Mecanismos Alternos para la Solución de Controversias en el Estado de Nuevo León, y debidamente enterados de los alcances de este acto, todas las partes expresan su voluntad de celebrar el presente convenio a efecto de formalizar el acuerdo de voluntades y por tanto tienen a bien celebrarlo al tenor de las siguientes:



CLÁUSULAS

PRIMERA.- Manifiestan ambas partes que en este acto se comprometen y se obligan a contribuir en la solución del conflicto para seguir manteniendo una comunicación sana y efectiva.

SEGUNDA: “EL JUGADOR” propone a “**EL ENTRENADOR**” que buscara la forma de llegar a los entrenamientos entre 6:30 a.m. y 6:40 a.m. de lunes a viernes, a pesar de que su entrenamiento comience a las 7:30 a.m. Esto con el fin de que se encuentre con tiempo suficiente para llegar a sus entrenamientos en el horario establecido y que con esto el este cumpliendo con el reglamento interno.

Así mismo, “**EL JUGADOR**”, se compromete a estar en los partidos con 1:30 hrs de anticipación antes del comienzo de cada partido LOCAL.

TERCERA: "EL ENTRENADOR" manifiesta su conformidad ante la propuesta.

CUARTA: Ambas partes acuerdan: que en caso de incumplimiento a este convenio. EL "JUGADOR" estará sujeto a lo que dictamine el comité deportivo a través de sus autoridades para penalizar este acto.

QUINTA: Ambas partes manifiestan en forma voluntaria a comprometerse y obligarse al cumplimiento del acuerdo referente a las cláusulas primera, segunda y tercera, y cuarta, expresando que es un acuerdo de buena fe y no existe vicio de consentimiento que afecte la nulidad del presente convenio, en caso de incumplimiento del presente, agotaran la instancia de la Remediación ante este mismo Centro, para aclaración, modificación, o complementación de nuevos acuerdos e incorporarlos al convenio.

Firmando en este acto los que aquí intervienen y quisieron hacerlo

INTERVENIENTOS Y CONFORMES



PARTICIPANTE

PARTICIPANTE

**CENTRO DE LITIGACIÓN
Y MEDIACIÓN**

**LIC. MARIA ISABEL TURRUBIATES HERNANDEZ
MEDIADORA DEL CENTRO DE LITIGACION
Y MEDIACION FACDYC.**

DANIEL

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: _____

Edad	21	Sexo	Masculino	Fecha	10 - Oct 17
------	----	------	-----------	-------	-------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5

TABLA DE RESULTADOS POR DEPORTISTA

FOLIO		002						
SUJETO:		02						
EDAD:		21 Años						
DEPORTE:		Basquetbol						
ANSIEDAD			CONCENTRACIÓN			MOTIVACIÓN		
PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN
1	3	✓	2	2	✓	3	4	
4	2	✓	5	3		6	3	✓
7	5		8	5		9	1	
10	3		11	2		12	4	
13	3		14	1	✓	15	5	
16	4		17	3		18	3	✓
19	5		20	4	✓	21	2	✓
22	1		23	3	✓	24	3	✓
						25	1	✓
CATEGORIA DE LAS VARIABLES								
1. TORMENTO			1. FOCALIZADO			1. CAUSA		
2. ANSIA			2. INTERÉS			2. INCENTIVO		
3. INTRANQUILIDAD			3. CENTRADO			3. ESTIMULOS		
4. ANGUSTIA			4. ATENTO			4. MOTIVO		
5. INQUIETUD			5. APLICADO			5. ANIMO		

Luis Soccer

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 03

Edad	23	Sexo	Masculino	Fecha	8 Sept 2017
------	----	------	-----------	-------	-------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enojo.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5

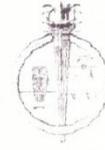


UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGÍA



**CENTRO DE LITIGACION Y MEDIACION
FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA
CONVENIO DE MEDIACION**

FOLIO: 293

En San Nicolás de los Garza Nuevo León a los 8 días del mes de septiembre de 2017; en las oficinas del Centro de Litigación y Mediación de la Facultad de Derecho y Criminología de la Universidad Autónoma de Nuevo León; ante la presencia de la Lic. María Isabel Turrubiates Hernández en su carácter de Mediadora, con número de asignación 772, Certificada por el Consejo de la Judicatura del Estado; comparecen los Ciudadanos: **EL C.**

(JUGADOR DE FUTBOL SOCCER) Soltero, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en calle: Augusto No. 3305 de la colonia Residencial Camino Real, en el municipio de Guadalupe Nuevo León. **Y EL C. LIC. (ENTRENADOR DEPORTIVO)**, casado, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en la calle: C. Ayutla No. 1110 A. colonia Nuevo Repueblo en el municipio de Monterrey, Nuevo León. Ambos pertenecientes a la UNIVERSIDAD REGIONMONTANA en el Estado de Nuevo León. Los participantes acuden a fin de celebrar un CONVENIO DE MEDIACION, con respecto a su situación definitiva dentro del equipo de Futbol Soccer al que pertenece. Ambas partes se sujetan, a los antecedentes, declaraciones y clausulas siguientes:

ANTECEDENTES

1.- Con fecha 8 de septiembre de 2017, recibe el Centro de Litigación y Mediación FACDYC UANL a los **C.** **(Futbolista)** y **Y EL C. (Entrenador)**, para manifestar ciertas inconformidades en cuanto a la falta de compromiso del futbolista y en la puntualidad, quien ha presentado retardos no cumpliendo en la hora en el que se realiza dicho entrenamiento, (ya que por cuestiones de la distancia que se encuentra la ubicación de su domicilio al lugar de donde se realiza el entrenamiento, algunas veces no logra llegar a la hora señalada, y ese retardo se le aplica como falta, también ha presentado bajo rendimiento en sus materias y bajo interés en su vocación como futbolista el C. Pero también manifiesta el Lic. **(Entrenador)** que el C. **(Futbolista)** es un alumno excelente, quien, como persona y como profesionista, le ha dado muchas satisfacciones al equipo, a la Universidad y a ellos como compañeros y amigos. Que comprenden la situaciones por las que ha pasado el futbolista y lo único que desean todos sus compañeros, amigos, entrenador y técnicos de dicho equipo, es saber si estará o no participando con sus compañeros de equipo, ya que están muy cerca las fechas para el torneo de campeonato, ya que manifiestan es un buen elemento con mucho talento y que les gustaría que apoyara al equipo para seguir cosechando campeonatos.



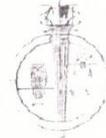


UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS



2.- Por su parte el C. [redacted] reconoce que efectivamente ha bajado su nivel académico y deportivo e informa que últimamente ha pasado por ciertos conflictos familiares, económicos y demás, ya que sus padres no pueden por el momento apoyarlo totalmente en sus estudios, ya que carecen de recursos económicos, manifiesta que aunque siente que el futbol para el es lo máximo y no es su intención renunciar al deporte que más le gusta, que por el momento está pensando bien las cosas, porque tampoco le gustaría abandonarlo pero esperará la posibilidad que puedan apoyar y comprender un poco más por la situación que esta pasando.

DECLARACIONES

I.- Las partes reconocen mutua y expresamente la personalidad con la que comparecen para la celebración de este Convenio con fundamento en el artículo 26 de la Ley de Mecanismos Alternos de Solución de Controversias del Estado de Nuevo León.

II.- Declaran las partes que acuden voluntariamente a efectuar el siguiente Convenio con el propósito de llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios, ya que tienen en puerta los siguientes torneos:

ELIMINATORIA IDA Y VUELTA

- 1.- El día 28 de septiembre de 2017 en la UDEM
- 2.- El 6 de octubre del 2017 en la UDEM



III.- Manifiestan los comparecientes su voluntad de decir verdad y comprometerse a cumplir con las siguientes Cláusulas que ellos mismos establecen.

IV.- Una vez expuesto lo anterior y habiendo llevado a cabo el proceso con todas las formalidades que marca la Ley de Mecanismos Alternos para la Solución de Controversias en el Estado de Nuevo León, y debidamente enterados de los alcances de este acto, todas las partes expresan su voluntad de celebrar el presente convenio a efecto de formalizar el acuerdo de voluntades y por tanto tienen a bien celebrarlo al tenor de las siguientes:

CLÁUSULAS

PRIMERA.- Manifiestan ambas partes que en este acto se comprometen y se obligan a contribuir en la solución del conflicto para seguir manteniendo una comunicación sana y efectiva.





UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHOS

SEGUNDA: El LIC. _____

(Entrenador) manifiesta que está dispuesto a apoyarlo, a aun cuando tiene varias faltas para que siga conservando la beca, una vez se comprometa cumplir con las reglas del comité deportivo y acepte seguir en el equipo ya que así lo establece el reglamento y se comprometa y se obligue a entrenar de forma inmediata, como lo exige la Comisión Deportiva, porque ya están muy cercas, las fechas de las eliminatorias para que esté preparado al 100% igual que sus compañeros, ya que manifiesta su entrenador ha perdido mucho tiempo, Y como se ha expresado el comité le da esta última oportunidad para demostrar su compromiso y responsabilidad..

TERCERA: Manifiesta el C. _____

(FUTBOLISTA)

Agradecer la oportunidad que le brinda las autoridades deportivas, ya que su amor al deporte es de un 100% y declara que se compromete y se Obliga a administrar mas su tiempo para ganar tiempo al congestionamiento vial y a sus actividades de rutina y poder llegar a tiempo a sus entrenamientos, a poner todo lo que está de su parte para demostrar su calidad deportiva en el campo, ha disciplinarse como todos sus compañeros ya que esta consiente que esta es su última oportunidad y que piensa aprovecharla. Además de aceptar la propuesta de la clausula que antecede de parte de su entrenador y del comité, el cual manifiesta que la estimación y cariño es reciproco y que con su ayuda en los entrenamientos se pondrá en condición para darle una buena participación en los torneos que se acercan.

CUARTA: ambas partes acuerdan: que en caso de incumplimiento a este convenio. EL C. _____ (FUTBOLISTA), estará sujeto a lo que dictamine el comité deportivo a través de sus autoridades para penalizar este acto.

QUINTA: Ambas partes manifiestan en forma voluntaria a comprometerse y obligarse al cumplimiento del acuerdo referente a las cláusulas primera, segunda, y tercera y cuarta, expresando que es un acuerdo de buena fe y no existe vicio de consentimiento que afecte la nulidad del presente convenio y que en caso de incumplimiento del presente, agotaran la instancia de la Remediación ante este mismo Centro, para aclaración, modificación, o complementación de nuevos acuerdos e incorporarlos al convenio.

Firmando en este acto los que aquí intervienen
Cd. Universitaria a los 8 días del mes de septiembre de 2017.

ENTERADOS Y CONFORMES

LIC. _____
(ENTRENADOR)
PARTICIPANTE

C. DIEGO ARMANDO RUIZ FLORES
(FUTBOLISTA Y ESTUDIANTE)
PARTICIPANTE

LIC. MARIA ISABEL TURRUBIATES HERNANDEZ
MEDIADORA DEL CENTRO DE LITIGACION
Y MEDIACION FACDYC.



6019

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: _____

Edad	23	Sexo	M	Fecha	03/10/2017
------	----	------	---	-------	------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/> 5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/> 5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/> 5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/> 5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	<input checked="" type="checkbox"/> 2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/> 3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/> 4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	<input checked="" type="checkbox"/> 1	2	3	4	5

TABLA DE RESULTADOS POR DEPORTISTA

FOLIO	003							
SUJETO:	03							
EDAD:	23 Años							
DEPORTE:	Futbol Soccer							
ANSIEDAD			CONCENTRACIÓN			MOTIVACIÓN		
PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN
1	3	✓	2	2	✓	3	4	✓
4	2	✓	5	3	✓	6	3	
7	5	✓	8	5	✓	9	1	✓
10	3		11	2	✓	12	4	✓
13	3	✓	14	1	✓	15	5	✓
16	4	✓	17	3		18	3	
19	5	✓	20	4	✓	21	2	
22	1	✓	23	3		24	3	
						25	1	
CATEGORIA DE LAS VARIABLES								
1. TORMENTO			1. FOCALIZADO			1. CAUSA		
2. ANSIA			2. INTERÉS			2. INCENTIVO		
3. INTRANQUILIDAD			3. CENTRADO			3. ESTIMULOS		
4. ANGUSTIA			4. ATENTO			4. MOTIVO		
5. INQUIETUD			5. APLICADO			5. ANIMO		

Notario

Soccer

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: *09*

Edad	<i>19</i>	Sexo	<i>Masculino</i>	Fecha	<i>7/Sept/2017</i>
------	-----------	------	------------------	-------	--------------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Items	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA



CENTRO DE LITIGACION Y MEDIACION
FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA
CONVENIO DE MEDIACION

FOLIO 293

En San Nicolás de los Garza Nuevo León a los 08 días del mes de septiembre de 2017; en las oficinas del Centro de Litigación y Mediación de la Facultad de Derecho y Criminología de la Universidad Autónoma de Nuevo León; ante la presencia de la Lic. María Isabel Turrubiates Hernández en su carácter de Mediadora, con número de asignación 772, Certificada por el Consejo de la Judicatura del Estado; comparecen los Ciudadanos:

(JUGADOR DE FUTBOL SOCCER) Soltero, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en calle: PROLONGACION CONSTITUCION NO. 922, FRACCIONAMIENTO SANTA JULIA EN EL MUNICIPIO DE SANTA CATARINA Nuevo León. **Y LIC.**

(ENTRENADOR DEPORTIVO DE FUTBOL SOCCER), casado, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en la calle: AYUTLA NO. 1110 A COLONIA NUEVO REPUEBLO EN MONTERREY NUEVO LEÓN. Ambos pertenecientes a la UNIVERSIDAD REGIONMONTANA en el Estado de Nuevo León. Los participantes acuden a fin de celebrar un CONVENIO DE MEDIACION con respecto a su situación definitiva dentro del equipo de Futbol Soccer al que pertenece. Ambas partes se sujetan, a los antecedentes, declaraciones y cláusulas siguientes:



ANTECEDENTES

1.- Con fecha 8 de septiembre de 2017, recibe el Centro de Litigación y Mediación FACDYC UANL al Lic. **(ENTRENADOR DEPORTIVO DE FUTBOL SOCCER)**, para manifestar ciertas inconformidades con el comportamiento y falta de responsabilidad deportiva del jugador de nombre:

RUIZ FLORES (JUGADOR DE FUTBOL SOCCER), ya que por cuestiones de faltas a los entrenamientos, representa para el equipo y para el comité deportivo cierta inestabilidad en el mismo ya que no está cumpliendo con las reglas básicas que su comité y a autoridad deportiva establece. Pero también manifiesta el Lic.

(ENTRENADOR DEPORTIVO DE FUTBOL SOCCER) que **(Futbolista)**. Es un alumno excelente, como persona y como profesionista, que le ha dado muchas satisfacciones al equipo, a la Universidad y a ellos como compañeros y amigos. Por el momento cuenta con una amonestación y lo único que desean todos sus compañeros, amigos, entrenador y técnicos de dicho equipo, es saber su decisión final, si estará o no participando con sus compañeros en los torneos de campeonato que se acercan, ya que manifiestan es un buen elemento con mucho talento y que les gustaría que apoyara al equipo para seguir cosechando triunfos, solicitando del futbolista su compromiso con su profesión, con su empresa y su equipo al 100% de su calidad deportiva.

2.- Por su parte: _____ (JUGADOR DE FUTBOL SOCCER), Reconoce que efectivamente ha bajado su nivel académico y deportivo e informa que últimamente ha pasado por ciertos conflictos económicos y de tiempo para desplazarse de su domicilio al campo de entrenamiento, ya que por situaciones ajenas él ha llegado tarde y ha tenido varias faltas. Manifiesta además que el futbol para él es lo máximo y no es su intención renunciar al deporte que más le gusta.

DECLARACIONES

I.- Las partes reconocen mutua y expresamente la personalidad con la que comparecen para la celebración de este Convenio con fundamento en el artículo 26 de la Ley de Mecanismos Alternos de Solución de Controversias del Estado de Nuevo León.

II.- Declaran las partes que acuden voluntariamente a efectuar el siguiente Convenio con el propósito de llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios, ya que tienen en puerta los siguientes torneos:

ELIMINATORIA IDA Y VUELTA

- 1.- El día 28 de septiembre de 2017 contra la UDEM
- 2.- El día 6 de octubre contra la UDEM

III.- Manifiestan los comparecientes su voluntad de decir verdad y comprometerse a cumplir con las siguientes Cláusulas que ellos mismos establecen.

IV.- Una vez expuesto lo anterior y habiendo llevado a cabo el proceso con todas las formalidades que marca la Ley de Mecanismos Alternos para la Solución de Controversias en el Estado de Nuevo León, y debidamente enterados de los alcances de este acto, todas las partes expresan su voluntad de celebrar el presente convenio a efecto de formalizar el acuerdo de voluntades y por tanto tienen a bien celebrarlo al tenor de las siguientes:

CLÁUSULAS

PRIMERA.- Manifiestan ambas partes que en este acto se comprometen y se obligan a contribuir en la solución del conflicto para seguir manteniendo una comunicación sana y efectiva.

SEGUNDA: El LIC. _____ (Entrenador) manifiesta que está dispuesto a apoyarlos, a aun cuando tiene varias faltas para que siga



UANL

FACDYC



conservando la beca, una vez se comprometa a cumplir con las reglas del comité deportivo y acepte seguir en el equipo ya que así lo establece el reglamento y se comprometa y se obligue a entrenar de forma inmediata, como lo exige la Comisión Deportiva, porque ya están muy cercas, las fechas de las eliminatorias para que esté preparado al 100% igual que sus compañeros, ya que manifiesta su entrenador ha perdido mucho tiempo, Y como se ha expresado el comité le da esta última oportunidad para demostrar su compromiso y responsabilidad..

TERCERA: Manifiesta el C. **(FUTBOLISTA)**

Agradecer la oportunidad que le brinda las autoridades deportivas, ya que su amor al deporte es de un 100% y declara que se compromete y se Obliga a administrar mas su tiempo para ganar tiempo al congestionamiento vial y a sus actividades de rutina y poder llegar a tiempo a sus entrenamientos, a poner todo lo que está de su parte para demostrar su calidad deportiva en el campo, ha disciplinarse como todos sus compañeros ya que esta consiente que esta es su última oportunidad y que piensa aprovecharla. Además de aceptar la propuesta de la clausula que antecede de parte de su entrenador y del comité, el cual manifiesta que la estimación y cariño es reciproco y que con su ayuda en los entrenamientos se pondrá en condición para darle una buena participación en los torneos que se acercan.

CUARTA: ambas partes acuerdan: que en caso de incumplimiento a este convenio. **(FUTBOLISTA)**, estará sujeto a lo que dictamine el comité deportivo a través de sus autoridades para penalizar este acto.

QUINTA: Ambas partes manifiestan en forma voluntaria a comprometerse y obligarse al cumplimiento del acuerdo referente a las cláusulas primera, segunda, y tercera y cuarta, expresando que es un acuerdo de buena fe y no existe vicio de consentimiento que afecte la nulidad del presente convenio y que en caso de incumplimiento del presente, agotaran la instancia de la Remediación ante este mismo Centro, para aclaración, modificación, o complementación de nuevos acuerdos e incorporarlos al convenio.

ENTERADOS Y CONFORMES

 LIC.
 (ENTRENADOR)
 PARTICIPANTE

C.
 CENTRO DE LITIGACION
 Y MEDIACION

 (FUTBOLISTA Y ESTUDIANTE)
 PARTICIPANTE

 LIC. MARIA ISABEL TURRUBIATES HERNANDEZ
 MEDIADORA DEL CENTRO DE LITIGACION
 Y MEDIACION FACDYC.

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 04

Edad 13 años Sexo Masculino Fecha 3 Octubre / 2011

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una **X** que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	<input checked="" type="checkbox"/>	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mí mientras compito para que me motive.	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	<input checked="" type="checkbox"/>	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	<input checked="" type="checkbox"/>	3	4	5

TABLA DE RESULTADOS POR DEPORTISTA

FOLIO	004							
SUJETO:	04							
EDAD:	19 Años							
DEPORTE:	Futbol Soccer							
ANSIEDAD			CONCENTRACIÓN			MOTIVACIÓN		
PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN
1	3		2	2	✓	3	4	
4	2		5	3	✓	6	3	
7	5	✓	8	5		9	1	
10	3	✓	11	2		12	4	
13	3	✓	14	1		15	5	
16	4	✓	17	3		18	3	✓
19	5	✓	20	4	✓	21	2	✓
22	1		23	3	✓	24	3	
						25	1	✓
CATEGORIA DE LAS VARIABLES								
1. TORMENTO			1. FOCALIZADO			1. CAUSA		
2. ANSIA			2. INTERÉS			2. INCENTIVO		
3. INTRANQUILIDAD			3. CENTRADO			3. ESTIMULOS		
4. ANGUSTIA			4. ATENTO			4. MOTIVO		
5. INQUIETUD			5. APLICADO			5. ANIMO		

Soccer
Dizid

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 05

Edad	19 años	Sexo	Masculino	Fecha	8-Sep-2017
------	---------	------	-----------	-------	------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	NI de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5

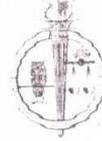


UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA



**CENTRO DE LITIGACION Y MEDIACION
FACULTAD DE DERECHO Y CRIMINOLOGIA
CONVENIO DE MEDIACION**

FOLIO: 296

En San Nicolás de los Garza Nuevo León a los 08 días del mes de septiembre de 2017; en las oficinas del Centro de Litigación y Mediación de la Facultad de Derecho y Criminología de la Universidad Autónoma de Nuevo León; ante la presencia de la Lic. María Isabel Turrubiates Hernández en su carácter de Mediadora, con número de asignación 772, Certificada por el Consejo de la Judicatura del Estado; comparecen los Ciudadanos:

FLORES (JUGADOR DE FUTBOL SOCCER) Soltero, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en calle: prolongación constitución no. 922, fraccionamiento Santa Julia en el municipio de Santa Catarina, Nuevo León.

Y LIC. (ENTRENADOR DEPORTIVO DE FUTBOL SOCCER), casado, mayor de edad, de nacionalidad mexicana, con domicilio ubicado en la calle: Ayutla No. Colonia Nuevo Repueblo, Nuevo León.

Ambos pertenecientes a la UNIVERSIDAD REGIOMONTANA en el Estado de Nuevo León. Los participantes acuden a fin de celebrar un CONVENIO DE MEDIACION, con respecto a su situación definitiva dentro del equipo de Fútbol Soccer al que pertenece. Ambas partes se sujetan, a los antecedentes declaraciones y clausulas siguientes:



ANTECEDENTES

1.- Con fecha 8 de septiembre de 2017, recibe el Centro de Litigación y Mediación FACDYC UANL al Lic. **(ENTRENADOR DEPORTIVO DE FUTBOL SOCCER)**, para manifestar ciertas inconformidades con el comportamiento y falta de responsabilidad deportiva del jugador de nombre: **DIEGO**

(JUGADOR DE FUTBOL SOCCER), ya que por cuestiones de faltas a los entrenamientos, representa para el equipo y para el comité deportivo cierta inestabilidad en el mismo ya que no está cumpliendo con las reglas básicas que su comité y a autoridad deportiva establece. Pero también manifiesta el Lic. **(ENTRENADOR DEPORTIVO DE FUTBOL SOCCER)** que **(Futbolista)**. Es un alumno

excelente, como persona y como profesionista, que le ha dado muchas satisfacciones al equipo, a la Universidad y a ellos como compañeros y amigos. Por el momento cuenta con una amonestación y lo único que desean todos sus compañeros, amigos, entrenador y técnicos de dicho equipo, es saber su decisión final, si estará o no participando con sus compañeros en los torneos de campeonato que se acercan, ya que manifiestan es un buen elemento con mucho talento y que les gustaría que apoyara al equipo para seguir cosechando triunfos, solicitando del futbolista su compromiso con su profesión, con su empresa y su equipo al 100% de su calidad deportiva.



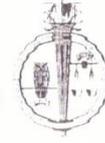


UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS POLÍTICAS



2.- Por su parte: **(JUGADOR DE FUTBOL SOCCER)**, Reconoce que efectivamente ha bajado su nivel académico y deportivo e informa que últimamente ha pasado por ciertos conflictos económicos y de tiempo para desplazarse de su domicilio al campo de entrenamiento, ya que por situaciones ajenas él ha llegado tarde y ha tenido varias faltas. Manifiesta además que el futbol para él es lo máximo y no es su intención renunciar al deporte que más le gusta.

DECLARACIONES

I.- Las partes reconocen mutua y expresamente la personalidad con la que comparecen para la celebración de este Convenio con fundamento en el artículo 26 de la Ley de Mecanismos Alternos de Solución de Controversias del Estado de Nuevo León.

II.- Declaran las partes que acuden voluntariamente a efectuar el siguiente Convenio con el propósito de llegar a acuerdos mutuamente satisfactorios, ya que tienen en puerta los siguientes torneos:

ELIMINATORIA IDA Y VUELTA

- 1.- El día 28 de septiembre de 2017 contra la UDEM
- 2.- El día 6 de octubre contra la UDEM



CENTRO DE LITIGACION Y MEDIACION

III.- Manifiestan los comparecientes su voluntad de decir verdad y comprometerse a cumplir con las siguientes Cláusulas que ellos mismos establecen.

IV.- Una vez expuesto lo anterior y habiendo llevado a cabo el proceso con todas las formalidades que marca la Ley de Mecanismos Alternos para la Solución de Controversias en el Estado de Nuevo León, y debidamente enterados de los alcances de este acto, todas las partes expresan su voluntad de celebrar el presente convenio a efecto de formalizar el acuerdo de voluntades y por tanto tienen a bien celebrarlo al tenor de las siguientes:

CLÁUSULAS

PRIMERA.- Manifiestan ambas partes que en este acto se comprometen y se obligan a contribuir en la solución del conflicto para seguir manteniendo una comunicación sana y efectiva.

SEGUNDA: El LIC. **(Entrenador)** manifiesta que está dispuesto a apoyarlos, a aun cuando tiene varias faltas para que siga

2020

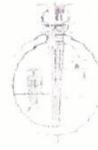


UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACDYC

FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS



conservando la beca, una vez se comprometa cumplir con las reglas del comité deportivo y acepte seguir en el equipo ya que así lo establece el reglamento y se comprometa y se obligue a entrenar de forma inmediata, como lo exige la Comisión Deportiva, porque ya están muy cercas, las fechas de las eliminatorias para que esté preparado al 100% igual que sus compañeros, ya que manifiesta su entrenador ha perdido mucho tiempo, Y como se ha expresado el comité le da esta última oportunidad para demostrar su compromiso y responsabilidad..

TERCERA: Manifiesta el C. **(FUTBOLISTA)**

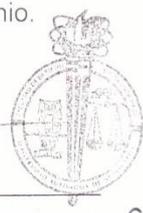
Agradecer la oportunidad que le brinda las autoridades deportivas, ya que su amor al deporte es de un 100% y declara que se compromete y se Obliga a administrar mas su tiempo para ganar tiempo al congestionamiento vial y a sus actividades de rutina y poder llegar a tiempo a sus entrenamientos, a poner todo lo que está de su parte para demostrar su calidad deportiva en el campo, ha disciplinarse como todos sus compañeros ya que esta consiente que esta es su última oportunidad y que piensa aprovecharla. Además de aceptar la propuesta de la clausula que antecede de parte de su entrenador y del comité, el cual manifiesta que la estimación y cariño es reciproco y que con su ayuda en los entrenamientos se pondrá en condición para darle una buena participación en los torneos que se acercan.

CUARTA: ambas partes acuerdan: que en caso de incumplimiento a este convenio, EL C. **(FUTBOLISTA)**, estará sujeto a lo que

dictamine el comité deportivo a través de sus autoridades para penalizar este acto.

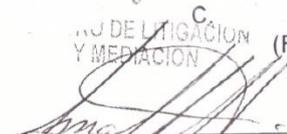
QUINTA: Ambas partes manifiestan en forma voluntaria a comprometerse y obligarse al cumplimiento del acuerdo referente a las cláusulas primera, segunda, y tercera y cuarta, expresando que es un acuerdo de buena fe y no existe vicio de consentimiento que afecte la nulidad del presente convenio y que en caso de incumplimiento del presente, agotaran la instancia de la Remediación ante este mismo Centro, para aclaración, modificación, o complementación de nuevos acuerdos e incorporarlos al convenio.

ENTERADOS Y CONFORMES

LIC. **(ENTRENADOR)
PARTICIPANTE**

**CENTRO DE LITIGACIÓN
Y MEDIACIÓN (FUTBOLISTA Y ESTUDIANTE)
PARTICIPANTE**


**LIC. MARIA ISABEL TORRUBIATES HERNANDEZ
MEDIADORA DEL CENTRO DE LITIGACION
Y MEDIACION FACDYC.**



DIFCO

CUESTIONARIO DE MEDIACIÓN DEPORTIVA

Folio: 02

Edad	19 años	Sexo	Masculino	Fecha	3-Oct-2017
------	---------	------	-----------	-------	------------

Gracias por su participación en el siguiente cuestionario, la información será confidencial y de gran utilidad para nuestra investigación. Favor de leer las siguientes afirmaciones y marcar con una X que tan de acuerdo esta con ellas en una escala del 1 al 5. Siendo el numero 1 Totalmente en desacuerdo con la afirmación y el numero 5 Totalmente de acuerdo con la afirmación.

#	Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	1	2	3	4	5
2.	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito.	1	2	3	4	5
3.	Algunas veces no me encuentro motivado para entrenar.	1	2	3	4	5
4.	Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso.	1	2	3	4	5
5.	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición.	1	2	3	4	5
6.	Mi motivación depende de gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	1	2	3	4	5
7.	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal durante una competición.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	1	2	3	4	5
9.	El deporte es toda mi vida.	1	2	3	4	5
10.	En mi deporte soy una persona tranquila.	1	2	3	4	5
11.	Cuando finaliza una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva.	1	2	3	4	5
12.	No merece la pena dedicar tanto tiempo como yo le dedico al deporte.	1	2	3	4	5
13.	Algunas veces estoy tenso durante el entrenamiento sin saber porque.	1	2	3	4	5
14.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento.	1	2	3	4	5
15.	Hago lo que quiero en los entrenamientos, sin pensar cómo va afectar a otros.	1	2	3	4	5
16.	Me pone nervioso que el entrenador me observe mientras entreno.	1	2	3	4	5
17.	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada competición.	1	2	3	4	5
18.	Me motiva que el entrenador me ponga atención durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5
19.	Me es indiferente si el entrenador me observa o no mientras entreno.	1	2	3	4	5
20.	No logro concentrarme si tengo a mi entrenador cerca en competición.	1	2	3	4	5
21.	Necesito que mi entrenador este junto a mi mientras compito para que me motive.	1	2	3	4	5
22.	Cuando el entrenador me grita durante la competición me enoja.	1	2	3	4	5
23.	Pierdo concentración cuando escucho gritar al entrenador mientras entreno.	1	2	3	4	5
24.	En competición me motivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5
25.	En competición me desmotivan los gritos del entrenador.	1	2	3	4	5

TABLA DE RESULTADOS POR DEPORTISTA

FOLIO	005							
SUJETO:	05							
EDAD:	19 Años							
DEPORTE:	Futbol Soccer							
ANSIEDAD			CONCENTRACIÓN			MOTIVACIÓN		
PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN	PREGUNTA	CATEGORÍA	SELECCIÓN
1	3		2	2	✓	3	4	
4	2		5	3		6	3	
7	5	✓	8	5		9	1	✓
10	3	✓	11	2		12	4	
13	3	✓	14	1	✓	15	5	✓
16	4		17	3		18	3	
19	5		20	4		21	2	
22	1		23	3		24	3	✓
						25	1	
CATEGORIA DE LAS VARIABLES								
1. TORMENTO			1. FOCALIZADO			1. CAUSA		
2. ANSIA			2. INTERÉS			2. INCENTIVO		
3. INTRANQUILIDAD			3. CENTRADO			3. ESTIMULOS		
4. ANGUSTIA			4. ATENTO			4. MOTIVO		
5. INQUIETUD			5. APLICADO			5. ANIMO		

TOTAL DE VARIABLES EN TODOS LOS CASOS

	TOTAL		TOTAL		TOTAL
ANSIEDAD		CONCENTRACIÓN		MOTIVACIÓN	
TORMENTO	1	FOCALIZADO	4	CAUSA	4
ANSIA	2	INTERÉS	5	INCENTIVO	3
INTRANQUILIDAD	8	CENTRADO	6	ESTIMULOS	7
ANGUSTIA	2	ATENTO	3	MOTIVO	3
INQUIETUD	7	APLICADO	1	ANIMO	2
TOTAL	20		19		19

RESPUESTAS POR VARIABLE DE TODOS LOS CASOS

RESPUESTAS POR VARIABLE DE TODOS LOS CASOS						
	VARIABLE ANSIEDAD		VARIABLE CONCENTRACIÓN		VARIABLE MOTIVACIÓN	
SUJETOS	PREGUNTA	CATEGORÍA	PREGUNTA	CATEGORÍA	PREGUNTA	CATEGORÍA
CASO 1	7,13,19	5,3,5	5,14,23	3,1,3	3,6,12,25	4,3,4,1
CASO 2	1,4	3,2	2,14,20,23	2,1,4,3	6,18,21,24,25	3,3,2,3,1
CASO 3	1,4,7,13,16,19,22	3,2,5,3,4,5,1	2,5,3,11,14,20	2,3,5,2,1,4	3,15,18,21	4,5,3,2
CASO 4	7,10,13,16,19	5,3,3,4,5	2,5,20,23	2,3,4,3	18,21,25	3,2,1
CASO 5	7,10,13	5,3,3	2,1,4	2,1	9,15,24	1,5,3
ANSIEDAD						
ANSIEDAD		CONCENTRACIÓN		MOTIVACIÓN		
1. TORMENTO		1. FOCALIZADO		1. CAUSA		
2. ANSIA		2. INTERÉS		2. INCENTIVO		
3. INTRANQUILIDAD		3. CENTRADO		3. ESTIMULOS		
4. ANGUSTIA		4. ATENTO		4. MOTIVO		
5. INQUIETUD		5. APLICADO		5. ANIMO		