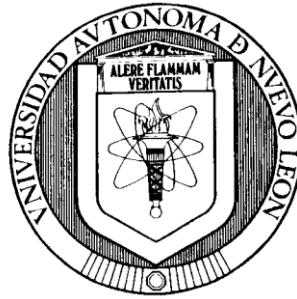


UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI



FACTORES QUE INFLUYEN EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL DE LOS
DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS FORÁNEOS Y LOCALES.

Por

KAREN BRICEIDA ALVA ESCOBAR

PRODUCTO INTEGRADOR:

TESINA

Como requisito para obtener el grado de

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Nuevo León, agosto 2020

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

Los miembros del Comité de Titulación de la Maestría en Psicología del Deporte integrado por la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología, recomendamos que el Producto Integrador en modalidad de Tesina titulada “Factores que influyen en la regulación emocional de los deportistas universitarios foráneos y locales” realizado por el Lic. Karen Briceida Alva Escobar, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

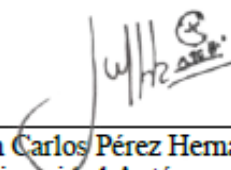
COMITÉ DE TITULACIÓN



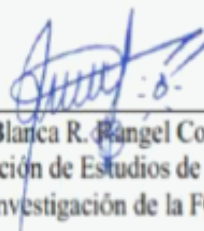
Minerva Thalía Juno Vanegas Farfano
Universidad Autónoma de Nuevo León
Asesor Principal



Jeanette M. López Walle
Universidad Autónoma de
Nuevo León
Co-asesor



Juan Carlos Pérez Hernández
Universidad Autónoma del
Estado de México
Co-asesor



Dra. Blanca R. Fangel Colmenero
Subdirección de Estudios de Posgrado e
Investigación de la FOD

Nuevo León, agosto 2020

Dedicatoria y Agradecimientos

Esta investigación está dedicada a Dios, por permitirme conseguir una meta más de vida brindándome fuerza, salud y entereza para día con día mantenerme en este proceso.

A mi madre en especial por acompañarme y apoyarme en cada decisión tomada, llevándome a ser una persona y profesional de bien. Por enseñarme a nunca rendirme, a que las cosas no son fáciles pero que con trabajo y constancia siempre se pueden conseguir los sueños. A mi familia por estar a mi lado en todo momento, en buenas y malas pero juntos.

A mis personas significativas, Yazmin, Jessica y Valeria, por siempre sacar una sonrisa, que me permita continuar, además de las risas y el apoyo, por estar, en distancia física, pero de corazón muy cerca. A Angel por estar conmigo en los momentos más difíciles, por enseñarme a creer y ser el compañero que necesitaba para lograr este paso.

A mis compañeros de maestría, Faviola por ser un apoyo y una amiga como pocas, sufriendo juntas, pero disfrutando más que otra cosa, Yadira, Tania, Leticia y Maximiliano, por estar juntos en los días más complicados tratando de aguantar juntos lo más difícil de las clases y entregas de trabajos, porque fuimos un gran equipo... el mejor.

A los amigos que hice en este tiempo, Patricia, Yesica, Arturo, Emmanuel y Orlando, porque me enseñaron cosas que me sirvieron para seguir avanzando.

A los maestros que me brindaron sus conocimientos, y por los cuales pude realizar esta investigación, la Dra. Jeanette y la Dra. Minerva y en especial al Mtro. Juan Carlos Pérez, por ser mi guía en todo momento.



Agradezco el apoyo brindado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por haberme otorgado la beca No. 927923 durante el periodo de agosto 2018 a julio 2020, para la realización de mis estudios de maestría que concluye con esta tesis, como producto final de la Maestría en Psicología del Deporte de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

Así mismo, declaro que esta investigación es de mi propia autoría, a excepción de las citas de los autores mencionadas a lo largo de ella. Así también declaro que este trabajo no ha sido presentado previamente para la obtención de ningún título profesional o equivalente.

FICHA DESCRIPTIVA
Universidad Autónoma de Nuevo León
Facultad de Organización Deportiva
Facultad de Psicología
Posgrado Conjunto FOD-FaPsi

Fecha de Graduación: agosto 2020

KAREN BRICEIDA ALVA ESCOBAR

Título del Producto Integrador: FACTORES QUE INFLUYEN EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL DE LOS DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS FORÁNEOS Y LOCALES

Número de Páginas: 40

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Resumen de la tesina (máximo 250 palabras):

El objetivo es conocer si existe alguna influencia de diferentes variables psicológicas (clima motivación, estilos de liderazgo y factores familiares), sobre la regulación emocional de los deportistas foráneos y locales. Se utilizaron diversos instrumentos para el análisis de las variables de estudio (APGAR, PMCSQ-2, LSS, y ERQ-CA). Participaron 43 deportistas foráneos y 77 deportistas locales. Los resultados, demostraron una interrelación positiva y significativa de la reevaluación cognitiva (sub-factor de regulación emocional) con el clima de implicación a la tarea. Así mismo, al comparar entre deportistas foráneos y locales, hay diferencias en el clima de implicación a la tarea y la implicación al desarrollo (sub-factor de liderazgo), teniendo un puntaje mayor los foráneos; siendo estos más tendientes a la reevaluación cognitiva, podemos manejar como relación que regulan más positivamente y esto los mantiene equilibrados en cuanto a sus emociones.

FIRMA DEL ASESOR PRINCIPAL



Índice

Introducción.....	1
Capítulo I Marco teórico	5
Regulación emocional	5
Clima motivacional	10
Liderazgo del entrenador	12
Factores familiares	15
Capítulo II Método.....	18
Diseño de estudio	18
Población	18
Muestra	18
Criterios de inclusión.....	19
Criterios de exclusión.....	20
Instrumentos.....	20
Procedimiento	22
Análisis de datos	22
Capitulo III Resultados	23
Capítulo IV Discusión.....	27
Capítulo V Conclusiones.....	29
Referencias	30

ANEXOS.....	36
Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-CA).....	36
Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2)	37
Escala de Liderazgo en el Deporte (LSS-2)	38
Cuestionario Apgar de la familia	40
Evaluación de Desempeño de la Práctica.....	41
RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO.....	42

Introducción

Justificación

El deportista universitario pasa por varias situaciones que afectan su regulación emocional (RE). Dicha variable RE, maneja exitosamente la actividad emocional, teniendo un funcionamiento social efectivo al “iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de estados afectivos internos y procesos fisiológicos relacionados con la emoción” (Murphy et al., 1999, p. 414).

La RE se ha investigado en áreas como la educativa y el deporte. En el área del deporte, autores como Guerrero et al. (2017), describe en los resultados de su estudio que tenía como objetivo comprobar si los jugadores lograban regular sus emociones, ante situaciones adversas, a partir del cambio en su valoración emocional cognitiva y en sus respuestas psicofisiológicas; encontraron correlaciones significativamente negativas entre variables de la inteligencia emocional y los estados emocionales negativos del POMS así como con estrategias desadaptativas; y, relaciones positivas con estrategias adaptativas. Así mismo, observaron que los jóvenes, consiguieron cambiar su valoración cognitiva y su estado emocional ante la situación adversa luego de su entrenamiento en RE.

Los resultados del estudio son importantes para la presente investigación ya que las situaciones adversas pueden surgir en cualquier momento y una adecuada regulación emocional, ayuda a que el deportista afronte de mejor manera dichas situaciones, no sólo conductualmente, sino también emocionalmente, por lo que esta variable resulta de vital importancia para analizarse.

Otro estudio realizado para conocer qué tipo de estrategias de RE son más funcionales para los deportistas y entrenadores ante resultados adversos es el realizado por Oriol et al. (2014, p. 70), quienes encontraron que la reevaluación cognitiva y el contagio emocional positivo grupal, son las estrategias percibidas como más funcionales ante estas situaciones.

En la mayoría de los estudios se menciona una relación con situaciones adversas dentro del periodo competitivo y el ambiente del deporte; pocos se centran en explorar cómo es su interacción con aspectos contextuales que inciden en el desempeño del deportista, tales como el ser foráneo o vivir en casa con sus padres.

Por esta razón, pretendemos conocer la influencia que los climas motivacionales generados por el entrenador, el estilo de su liderazgo y los factores familiares como la comunicación, independencia y apoyo emocional, se interrelacionan con la RE del deportista.

Dos teorías motivacionales de actual relevancia actual, la Teoría de las Metas de Logro (Ames, 1992; Dweck, 1999; Nicholls, 1989) y la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2017) defienden que los factores socio ambientales generados por los agentes significativos influyen en las variables motivacionales y en el bienestar de las personas (e.g., Duda, 2001; Ryan y Deci, 2000). Las teorías toman al contexto social que rodea a los deportistas, particularmente la conducta y el estilo de interacción del entrenador, como intervención significativa para la forma en que los deportistas viven su experiencia deportiva, esto, en sus conductas, cogniciones y emociones. “Y que la percepción que tengan los deportistas del ambiente social entrará en interacción con sus

necesidades e intereses, favoreciendo o dificultando la calidad de su implicación deportiva, así como su bienestar” (Balaguer et al., 2011, p. 134).

Objetivo general

Examinar la interrelación de la regulación emocional de los deportistas universitarios foráneos y locales con la percepción de los factores familiares, la percepción del clima motivacional y los estilos de liderazgo generados por el entrenador.

Objetivos específicos

- Conocer si existen diferencias en la percepción del clima motivacional generado por el entrenador entre deportistas universitarios foráneos y locales.
- Conocer si existen diferencias de la percepción de los estilos de liderazgo del entrenador entre los deportistas universitarios foráneos y locales.
- Conocer si existen diferencias entre la percepción de los factores familiares (comunicación, independencia y apoyo afectivo) entre los deportistas foráneos y locales.
- Conocer si existen diferencias en las regulaciones emocionales entre los deportistas universitarios foráneos y locales.

Preguntas de investigación

1. ¿De qué forma la percepción del clima motivacional se relaciona con la regulación emocional de los deportistas universitarios?

2. ¿De qué forma la percepción de los estilos de liderazgo del entrenador se relaciona con la regulación emocional de los deportistas universitarios?
3. ¿De qué forma la percepción de los factores familiares (comunicación, independencia y apoyo emocional) del deportista universitario se relacionan con su regulación emocional?
4. ¿Existen diferencias entre la regulación emocional de los deportistas universitarios foráneos y locales?

Hipótesis

1. La percepción del clima motivacional implicado en la tarea, los estilos de liderazgo y los factores familiares (comunicación, independencia y apoyo afectivo), se relacionan positivamente con la regulación emocional que presentan los deportistas foráneos y locales.
2. La percepción del clima motivacional implicado al ego, se relacionan negativamente con la regulación emocional que presentan los deportistas foráneos y locales.
3. Los deportistas foráneos presentan una regulación emocional diferente a los deportistas locales.

Capítulo I Marco teórico

Esta investigación se centra en el estudio de la interrelación de diferentes variables, por lo cual se abordarán en primer lugar, las variables por separado, concluyendo con la evidencia empírica que avala su interrelación. La primera y principal variable es la regulación emocional (RE), después el clima motivacional y el liderazgo del entrenador como una figura de suma importancia en el desarrollo deportivo del atleta, y finalmente, los factores familiares de comunicación, independencia y apoyo emocional, siendo estos, una red de apoyo para el deportista. Por último, se menciona evidencia empírica que avala la interrelación entre las variables, así como algunos estudios que demuestran que, ante diferentes circunstancias de los deportistas, su percepción de apoyo social difiere.

Regulación emocional

La regulación emocional es una variable estudiada arduamente en la psicología desde diferentes áreas, y la psicología del deporte no se queda de lado, ya que en cualquier lugar que se encuentre la persona sus emociones la acompañan, por esta razón nos interesa la influencia que las diferentes variables psicológicas puedan tener con la regulación emocional de los deportistas.

Han surgido distintas definiciones de lo que es la regulación emocional; según el área de estudio que la esté definiendo, se manejan factores variados que ayudan a la definición que más se acerque a lo que los autores estén buscando.

Gross (1999, p. 527-528) definió la regulación emocional como un “proceso por medio del cual las personas ejercen una influencia sobre las emociones que experimentan, sobre cuando suceden y cómo se experimentan y se expresan.

Diferentes autores como Brenner & Salovey, 1997; Luna, 2010 y Murphy et al., 1999, centraron sus definiciones en torno al individuo y su funcionamiento, trabajando sobre tres elementos: el temperamento, el afrontamiento y la autorregulación conductual.

Desde estos enfoques la regulación emocional implica el manejo exitoso de la activación emocional, permitiendo un funcionamiento social efectivo al iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de estados afectivos internos y procesos fisiológicos relacionados con la emoción (Rochy Mercedes & Muñoz-Martínez, 2013, p. 227).

En el paradigma cognitivo conductual fue definida por Cabello, et al., 2006; Eisenberg y Spinrad, 2004; Mayer et al., 2000; Kooler, 2009, (citado por Ribero-Marulanda y Vargas Gutiérrez, 2013, p. 498).

La destreza de las personas y el proceso deliberado que requiere esfuerzo para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos de manera adecuada y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás de manera voluntaria.

Para Rimé (2009) la RE debe entenderse desde una concepción intra e interpersonal; resultando especialmente necesario en los deportes de equipo. Las relaciones establecidas con otros tienen importantes repercusiones en el proceso de regulación. Enfatiza la importancia del contagio emocional en los procesos de regulación interpersonal. El contagio emocional trae consigo beneficios de afecto positivo, estableciendo vínculos sociales mayores.

Esta investigación tendrá como base el Modelo de Proceso de Regulación Emocional de Gross (1999), (Figura 1), donde se establece una distinción entre las

estrategias de regulación de emociones centradas en el antecedente y la respuesta. Las estrategias centradas en los antecedentes se refieren a cosas que hacemos antes de que las tendencias de respuesta emocional se hayan activado por completo y hayan cambiado nuestro comportamiento y la respuesta fisiológica periférica. Las estrategias centradas en la respuesta se refieren a cosas que hacemos una vez que la emoción ya está en marcha, después de que se hayan generado las tendencias de respuesta, ya sean experimentales, conductuales o fisiológicas (Gross, 2002).

Según este modelo, la emoción puede estar regulada por cinco puntos en el proceso de generación de emociones, los primeros cuatro de estos están enfocados en el antecedente y el quinto está enfocado en la respuesta.

1. *Selección de la situación:* la selección de la situación se refiere a acercarse o evitar a ciertas personas, lugares o cosas para regular la emoción (Gross, 2002). Cada persona modula el hecho de estar expuesto a ciertas situaciones. “Las situaciones vividas que han generado emociones negativas permiten un aprendizaje que puede hacer que la persona las evite antes de que el entrar en dicha situación active las emociones no deseadas”. Diferente a esto, puede seleccionar situaciones que generen experiencias positivas (Hervás y Moral, 2017, p. 4).

2. *Modificación de la situación:* también se conoce como afrontamiento centrado en el problema (Lazarus & Folkman, 1984) o como control primario (Rothbaum et al., 1982, citado por Gross, 2002). Una vez dentro de una situación, la persona puede intentar cambiar algunos elementos de dicha situación

en una dirección u otra, es decir, la situación se puede configurar en parte por la acción u omisión de la persona (Hervás & Moral, 2017).

3. *Despliegue atencional:* Toda situación tiene infinidad de componentes, aspectos, detalles... etc. Por tanto, una vez la situación se ha configurado, aunque ésta no sea fácilmente modificable, siempre se puede dirigir la atención a unos elementos y no a otros de dicha situación, la modificación del foco atencional tiene como objetivo regular la posible respuesta emocional (Hervás & Moral, 2017). El despliegue atencional también incluye esfuerzos para concentrarse particularmente intensamente en un tema o tarea en particular (Gross, 2002).

4. *Cambio cognitivo:* Una vez que se haya centrado en un aspecto particular de la situación, el cambio cognitivo se refiere a seleccionar cuál de los muchos significados posibles se apegará a este aspecto. El cambio cognitivo a menudo se usa para disminuir la respuesta emocional. Sin embargo, también se puede usar para magnificar la respuesta e incluso para cambiar la emoción en sí misma. El significado personal que se le asigna a la situación es crucial porque influye poderosamente en las tendencias de respuesta experiencial, conductual y fisiológica que se generarán en esa situación particular (Gross, 2002).

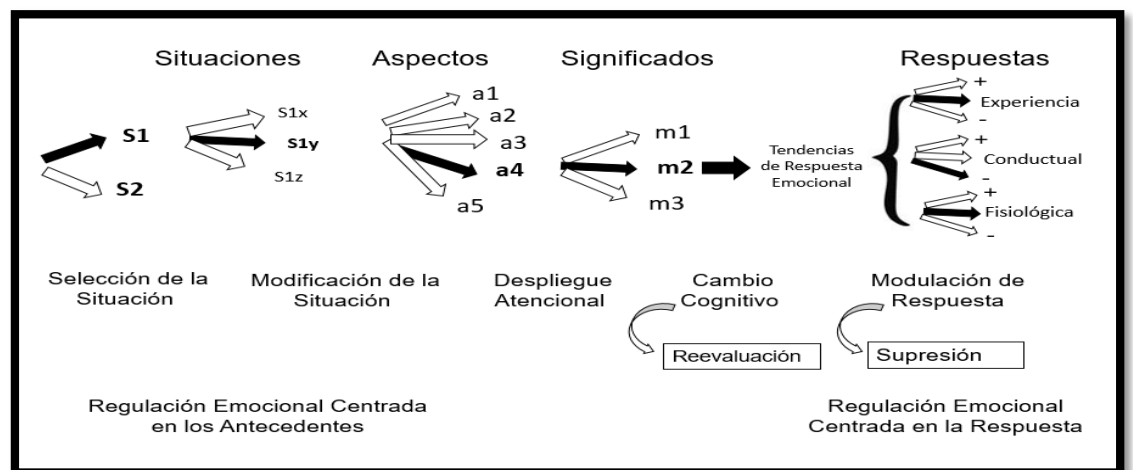
5. *Modulación de respuestas:* se refiere a los intentos de influir en las tendencias de respuesta emocional una vez que ya se han generado. Puede actuarse sobre cada componente de la emoción. Y puede generarse influencia sobre la experiencia emocional, expresión conductual y la activación fisiológica (Gross, 2002).

Dentro del modelo de Gross (2002), existen dos herramientas que han recibido mayor investigación empírica y experimental, siendo consideradas de uso más frecuente en la vida y por su impacto en momentos primordiales del proceso emocional.

Para Andrés et al. (2014, p. 221) la *reevaluación cognitiva* es una “estrategia focalizada en el antecedente que hace referencia a la construcción de significados alternativos a un evento o situación, con el objetivo de disminuir su impacto emocional negativo”. Por otro lado, la *supresión de la expresión* emocional es una estrategia enfocada en la respuesta que está destinada a inhibir la expresión conductual de la experiencia emocional. Habitualmente, la reevaluación cognitiva se considerada como una estrategia mayormente adaptativa, por tanto, la supresión de la expresión emocional ha mostrado ser una estrategia menos saludable, pues, a pesar de la inhibición de la expresión del afecto negativo, la experiencia se mantiene inmodificable, incluso potenciarse producto de la diferencia entre experiencia interna y expresión externa.

Figura 1.

Modelo de Proceso de Regulación Emocional de Gross (2002).



El modelo de Gross (2002), es el que se considera para esta investigación, ya que se pretende saber de qué forma los deportistas universitarios manejan su regulación emocional.

Ntoumanis y Biddle (2007), mencionan que los deportistas que muestran patrones de inadaptación al ambiente y respuestas emocionales negativas, son los que perciben una implicación al ego, por lo que a continuación se habla sobre la variable, clima motivacional, explicando esta implicación que detona respuestas negativas emocionales.

Clima motivacional

Ames (1992), utilizo el término clima motivacional para designar los diferentes ambientes creados por los adultos significativos (padres, profesores, entrenadores) en los entornos de logro. Según Ames y Archer (1987), Maehr y Braskamp (1986) y Nicholls (1989), los “climas psicológicos” se pueden modular adoptando un concepto de habilidad basado en la maestría o el rendimiento en los diferentes contextos, mediante un conjunto de señales percibidas implícitas o explícitas dentro del entorno, definiendo las claves del éxito y fracaso.

La teoría de las metas de logro, defiende que el ambiente creado por los otros significativos, como los entrenadores, influye en la probabilidad de que los deportistas se impliquen en el ego o en la tarea al momento de participar en su actividad deportiva (Ames, 1992; Nicholls, 1989). Existen al menos dos dimensiones del clima motivacional que crean los otros significativos (como los entrenadores), clima de implicación en la tarea y clima de implicación en el ego (Duda y Balaguer, 2007, como se cita en López-Walle et al., 2011).

El clima de implicación en la tarea es caracterizado porque “el entrenador valora el esfuerzo y la mejora, considera que cada jugador/a tiene un rol importante en el equipo o grupo de entrenamiento, y promueve la cooperación entre los miembros del equipo” (Newton et al., 2000, p. 276). Dicho clima se genera en cada sesión de entrenamiento, incluso en competición. Tal como muestran Conde et al., (2010), cada interacción entre entrenador-deportista puede transmitir valores y hábitos saludables volviendo la experiencia deportiva una actividad positiva.

Por el contrario, “un entrenador que genera un clima de implicación en el ego se caracteriza porque castiga los errores, dedica más refuerzos y atención a los deportistas de mayor nivel de habilidad, y crea rivalidad entre los jugadores del mismo equipo” (Newton et al., 2000, p. 276), provocando esto patrones desadaptativos asociados al abandono de la actividad física. El clima orientado al ego se relaciona directamente con niveles altos de ansiedad en los deportistas, debido a la presión que ejercen sobre ellos para demostrar sus habilidades y superar a sus compañeros, causándoles problemas en su desarrollo personal (Elliff y Huertas, 2015).

Se ha enfatizado la importancia de que el docente enfoque sus objetivos educativos en torno al proceso de enseñanza-aprendizaje y no a los resultados, incitando a la superación personal y el esfuerzo para la mejora (Cera et al., 2015; Gutiérrez et al., 2017; Lane et al., 2009, citado por Chacón et al., 2017).

Como se menciona previamente, los adultos significativos en el deporte, en este caso el entrenador, es el que crea el clima implicado a la tarea o ego y el tipo de liderazgo que los deportistas perciben puede ser un factor influyente en la explicación de las implicaciones

que son creadas por el entrenador, es por esto que se explica en seguida la variable de liderazgo.

Liderazgo del entrenador

Definir la variable del liderazgo se dificulta por el hecho de que dicho concepto está relacionado estrechamente con diferentes conceptos, como son el poder, la influencia y la autoridad, que igualmente presentan complicaciones al momento de ser definidos (Canto, 1994, citado por Hernández & Canto, 2005).

Para Bass (1990, p. 20), el liderazgo es una “interacción entre dos o más miembros de un grupo que, con frecuencia, implica una estructuración o reestructuración de la situación y de las percepciones y expectativas de los miembros”. Los líderes son agentes de cambio, cuyas acciones afectan a otras más de lo que los otros pueden afectar a ellos. Cuando un miembro del grupo modifica las competencias o la motivación de otros miembros del grupo, se dice que se ha logrado un liderazgo efectivo.

Se ha estudiado el liderazgo en el deporte desde diferentes perspectivas, dando lugar al Modelo Multidimensional de Liderazgo (Chelladurai & Saleh, 1980), el Modelo Mediacional de Liderazgo (Smoll & Smith, 1989) o el Modelo de los Perfiles de Entrenador de Ibáñez, en el ámbito español (Feu et al., 2007).

En esta investigación se considera el Modelo Multidimensional de Chelladurai y Saleh, (1980), en el cual, el entrenador es considerado como líder en la organización y los atletas como sus miembros.

En el modelo multidimensional se presentan tres aspectos de la conducta del líder o entrenador:

1. *La conducta requerida del líder:* conducta que se espera llevará a cabo el entrenador.
2. *La conducta real del líder:* “conducta que se espera que el líder o entrenador lleven a cabo. Esta conducta es la que perciben los deportistas de su entrenador”. La percepción de los deportistas y el entrenador acerca de la conducta de este último, suele ser diferentes.
3. *La conducta preferida del líder:* se refiere a las preferencias de los deportistas, en función de las características de la situación y de los deportistas.

Existen tres tipos de factores a través de los cuales se explica el comportamiento del líder.

Los *antecedentes*, tienen tres orígenes distintos y son los factores que determinan la situación del liderazgo:

1. *Características de la situación* “(dimensión del grupo, objetivos, nivel y tipo de organización, tarea a desempeñar, etc.)”.
2. *Características del propio líder* “(personalidad, edad, experiencia, sexo, capacidad intelectual, etc.)”.
3. *Características de los liderados* “(personalidad, sexo, edad, experiencia y conocimiento de la tarea, madurez, etc.)”.

Las *consecuencias* referidas en el “rendimiento por una parte y en la satisfacción del atleta por otra, que a su vez influyen directamente a los comportamientos reales del líder” (Alves, 2000, p. 127).

En un estudio realizado por Fenoy y Campoy (2012, p. 141), donde relacionan el rendimiento deportivo, el estilo de liderazgo y la evitación experiencial de los deportistas, concluyen que los deportistas que prefieren entrenadores directivos presentan características psicológicas vinculadas al rendimiento deportivo en menor grado, y la preferencia entorno a dichos entrenadores se debe al seguimiento de un “patrón de regulación dependiente de los demás, es de suponer que un protocolo que facilite la toma de perspectiva y proporcione patrones de regulación contextualizados conduciría al aumento de la autonomía y la confianza del jugador”.

Lo que nos lleva a concluir que el estilo de liderazgo que presente el entrenador conducirá de forma influyente a la realización de conductas y manejo de emociones del deportista. Tomando en cuenta lo anterior, lo que buscamos en esta investigación es justamente esto, conocer de qué manera influyen positiva o negativamente los estilos de liderazgo en la regulación emocional que presentan los deportistas.

No solo el entrenador es una figura significativa e influyente en la regulación emocional de los deportistas; la familia es un factor importante y decisivo para la adaptación emocional que puedan tener los atletas, por lo que se mencionan en el siguiente apartado algunos factores familiares que puedan influenciar en su regulación emocional.

Factores familiares

La última variable son los *factores familiares*, específicamente los factores de comunicación, independencia y apoyo afectivo de sus padres hacia su práctica deportiva, ya que es importante la *comunicación* que los deportistas puedan tener con sus familiares (padre y madre), que tanta *independencia* tiene los atletas respecto de su familia, ya sean foráneos o locales y el *apoyo afectivo* que reciben de ellos.

Los padres juegan un papel muy importante en la formación de características personales del niño deportista (Cruz et al., 1996). La filosofía que tengan los padres y entrenadores en torno al deporte, va a influir sobre el desarrollo de la personalidad del niño, así como en las atribuciones causales en torno al resultado deportivo, o en las expectativas que se formen sobre el joven deportista.

En lo deportivo, “la instrucción parental está relacionada con el constructo de apoyo de información, definido por la instrucción, orientación y asesoramiento que los padres proporcionan sobre posibles soluciones para situaciones problemáticas que sus hijos tienen durante su práctica deportiva” (Côté & Hay, 2002, p 243).

Rees y Hardy (2000) encontraron a la retroalimentación de información como aspecto importante del apoyo social, referido por los deportistas como importante para su rendimiento deportivo en general (afrontando la falta de confianza, lesiones y problemas interpersonales).

Diferentes estudios sobre las repercusiones que los padres pueden tener en el rendimiento y disfrute deportivo de sus hijos, muestran que “las actitudes y comportamientos de los padres están asociados a las reacciones afectivas de los niños y

jóvenes en el deporte”. Concretamente, las actitudes y conductas de los padres que son consideradas como animadoras y positivas se vinculan a consecuencias afectivas favorables para niños y adolescentes dentro del deporte (Amenabar et al., 2008, p. 32).

Babkes y Weiss (1999), informaron que en jóvenes jugadores de fútbol que percibían que sus padres (ambos) les daban respuestas positivas por el rendimiento exitoso, probablemente tendrían una experiencia más divertida en su participación en el fútbol. Además, observaron que los hijos cuyos padres y madres se percibían como modelos positivos y activos, que mostraban creencias más positivas acerca de las competencias de sus hijos y que daban más respuestas con contenidos positivos acerca del rendimiento de sus hijos, presentaban una competencia percibida mayor, además de mayor diversión.

En el ámbito deportivo, Crews et al. (2001), mencionan la existencia de un conjunto de mecanismos de autorregulación, como son la autoobservación, formulación de objetivos, atención a la retroalimentación proveniente de la tarea, la autoeficacia y la autorrecompensa. “La interacción entre estos mecanismos se menciona en varios estudios como la clave para explicar los comportamientos de autorregulación en el deporte” (e. g., Kirchenbaum et al., 1998; Kirchenbaum et al., 1999, citado por Teques, 2009, p. 245).

Otros estudios como los realizados por Brustad (1988), Weiss et al. (1989) y Scanlan et al. (1991) han demostrado que las expectativas de los padres pueden convertirse en una fuente de presión y estrés que pueden interferir con la participación de sus hijos en el deporte (citado por Côté, 1999).

Evidencia empírica

Popp et. al. (2010) muestran en su estudio que los deportistas foráneos tienen una adaptación más baja que los locales, además de que los deportistas locales ven su participación en la práctica deportiva para crear un nivel más competitivo y los deportistas foráneos suelen tomar su práctica como ayuda para sustentar sus estudios universitarios. De acuerdo a esta información se buscaron artículos donde se muestre de qué forma manejan su regulación emocional los estudiantes, en este caso deportistas, a lo que Oriol et al., (2014), menciona a la reevaluación cognitiva como una estrategia de autorregulación percibida por los jugadores como más funcional a diferencia de la supresión considerada menos funcional ante resultados adversos. Tomando en cuenta lo previamente mencionado respecto a la influencia que tienen las figuras de autoridad sobre el deportista, hablamos del clima motivacional y el estilo de liderazgo del entrenador; Troncoso et. Al. (2015), resalta la relevancia del entrenador y su liderazgo en factores importantes para el deportista como su desarrollo personal y deportivo, así como que los entrenadores ejerzan un reconocimiento desigual de sus jugadores, comparándolos para determinar quién es mejor, basando sus metas en los resultados obtenidos en competencias. Mencionando lo anterior se pretende entender la influencia que estos factores tienen en la regulación emocional de los deportistas.

Capítulo II Método

Diseño de estudio

El diseño usado para la investigación fue el diseño transversal correlacional, ya que se describen las relaciones de las variables, clima motivacional, liderazgo del entrenador y factores familiares, con la regulación emocional, siendo medidas en un único momento. Como menciona Sampieri et. al. (2014, p. 157), “estos diseños describen relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado. A veces, únicamente en términos correlacionales”.

Población

Estudiantes universitarios practicantes de algún deporte representativo de la Universidad Autónoma de Nuevo León, que tiene como población total un aproximado de 606 deportistas, y la Universidad Autónoma del Estado de México, con una población total de 648 deportistas, todos ellos representantes de sus universidades en la justa deportiva Universiada.

Muestra

La muestra consta de 120 deportistas, en la *tabla 1* se muestran las variables demográficas específicas de la muestra.

Tabla 1

Variables Demográficas de la Muestra.

	UANL	UAEMex
Edades	Entre 17 y 25 años, media (20.15 años)	Entre 17 y 24, media (20.75 años)
Genero	30 masculino y 30 femenino	30 masculino y 30 femenino
Estado de procedencia de los deportistas foráneos	Chihuahua (1)	Coahuila (1)
	Guadalajara (1)	Colima (1)
	Guanajuato (1)	Mérida (1)
	Zacatecas (1)	Morelos (1)
	Coahuila (2)	Guadalajara (1)
	Guerrero (2)	Querétaro (1)
	Baja california (2)	Michoacán (2)
	Nayarit (2)	
	Aguascalientes (2)	
	Mérida (3)	
Tamaulipas (3)		
Durango (3)		
San Luis Potosí (3)		
Ubicación	26 foráneos y 34 locales	17 foráneos y 43 locales
Deporte	Basquetbol (26)	Basquetbol (16)
	Futbol (17)	Futbol (10)
	Voleibol (6)	Handball (10)
	Béisbol (8)	Karate (8)
	Rugby (3)	Gimnasia (7)
		Box (6)
	Judo (3)	

Nota 1: Dentro de los paréntesis se incluye el número de deportistas que pertenecen al estado y deportes, previamente mencionado.

Nota 2: Se tomó como foráneo a los deportistas que viven fuera de municipio o estado donde estudian.

Criterios de inclusión:

- Ser deportista activo.
- Ser estudiante de la UANL o la UAEMex.
- Pertenecer a algún equipo representativo de su universidad.
- Representar a su universidad en la universiada, estatal, regional o nacional.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes inactivos deportivamente.
- Estudiantes pertenecientes a universidades diferentes a la UANL o a la UAEMex.
- Que no representen a la universidad en la universiada, estatal, regional o nacional.

Instrumentos

Se utilizaron cuatro instrumentos, enfocados cada uno a una variable específica. Para la primera variable, R.E. se utilizó el instrumento “Emotion Regulation Questionnaire”, de Gross y Jhon (2003). Adaptado al español por Cabello et. al. (2013), y traducido como “Cuestionario de Regulación Emocional”, (ERQ-CA). Este es un cuestionario compuesto por dos subescalas referentes a las dos estrategias de RE: Reevaluación cognitiva (6 ítems) y Supresión (4 ítems), con un total de 10 ítems. Los ítems se responden en una escala tipo Likert de 5 puntos, (que va de 1, *completamente desacuerdo* hasta 5, *completamente de acuerdo*). Las propiedades psicométricas del ERQ-CA han mostrado una consistencia interna de $\alpha = .83$ en la escala de reevaluación cognitiva y de $\alpha = .75$ en la escala de supresión.

El instrumento utilizado para medir la variable clima motivacional, es el “Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire” (PMCSQ-2), de Newton, et. al. (2000). Usado en población mexicana por Galván et. al. (2013) con el nombre de, “Cuestionario de clima motivacional percibido en el deporte”, este consta de 24 ítems, 12 orientados al clima de implicación a la tarea y 12 orientados al clima de implicación al ego. El formato de respuesta es de tipo Likert, con una escala de 5 puntos que oscilan

desde 1, “*totalmente en desacuerdo*” hasta 5 “*totalmente de acuerdo*”. Las propiedades psicométricas del PMCSQ-2, han demostrado una consistencia interna constante de $\alpha=0.87$ para el clima de implicación a la tarea y $\alpha=0.89$ para clima de implicación al ego.

El tercer cuestionario, usado para medir el liderazgo es “Leadership Scale for Sports” (LSS) de Chelladurai y Saleh (1980) o, “La escala de liderazgo para el deporte” (LSS-2, percepción de los deportistas sobre la conducta de su entrenador). Compuesta por 40 ítems, que se contestan mediante una escala tipo Likert de 5 puntos que va de 1, “*siempre*”, hasta 5, “*nunca*”. La escala está dividida por dos factores, el primero se denomina “implicación en el desarrollo del deportista”, compuesto por 33 ítems; de cargas factoriales entre 0.70 y 0.43. Este factor hace referencia a la implicación y preocupación del entrenador por el entrenamiento y el proceso formativo del deportista e implica el manejo de habilidades conductuales como el “entrenamiento e instrucción” (se refuerza el rendimiento y el esfuerzo), la “conducta democrática”, el “apoyo social”, así como el “feedback positivo”. El segundo factor se denomina “conducta autocrática”. Está compuesto por 7 ítems; con cargas factoriales entre 0.63 y 0.39.

El cuarto instrumento, es el Apgar-familiar una técnica rápida y sencilla que explora la función familiar, fue desarrollada por Smilkstein en 1978. Este instrumento desarrollado por Smilkstein en 1978. El análisis factorial reveló la existencia de un único factor en la escala integrado por los 5 ítems, que explicó el 61,9% de la variancia. El índice de Kaiser-Mayer-Olkin fue de 0,82 y el test de Bartlett de 1.315,2 ($p<0,000050$). En los normoutilizadores e hiperutilizadores también se extrajo un único factor, el alfa de

Cronbach de la escala fue de 0,84 y no se incrementó al extraer ninguno de los 5 ítems (Bellón, 1996).

Procedimiento

La recogida de datos se llevó a cabo en un único momento, los instrumentos fueron aplicados de forma presencial a los deportistas de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMex) durante el mes de febrero de 2020. A los deportistas de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL), se les aplicó de forma digital en los meses de marzo y abril de 2020, ya que fue imposible la aplicación presencial. A todos los deportistas se les aplicó de forma individual, sin límite de tiempo, se les pidió respondieran de forma honesta y se les informó del carácter totalmente confidencial de los datos.

Análisis de datos

Para el análisis de datos se utilizó el programa estadístico SPSS, obteniendo los estadísticos descriptivos (media, DT, asimetría, curtosis) y la fiabilidad de los cuestionarios aplicados demostrando una confiabilidad adecuada para cada uno de ellos. Para la comparación de grupos (local y foráneo) se utilizó la prueba U de Mann-Whitney; finalmente se realizó una correlación de variables, para confirmar si existen relaciones entre las escalas y sub-escalas de los cuestionarios de clima motivacional, estilos de liderazgo y apgar familiar con la supresión y reevaluación cognitiva de la regulación emocional.

Capítulo III Resultados

Análisis descriptivo, prueba de normalidad y fiabilidad

En la *Tabla 2* se muestran los estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, asimetría y curtosis) y el alfa de cronbach de cada uno de los factores y escalas que miden las variables del estudio. Podemos observar que los rangos de asimetría y curtosis varían entre las variables, siendo cuatro variables con valores que oscilan entre -1 y 1, y cinco variables fuera de este rango. Respecto a la fiabilidad de los factores y/o escalas, todos resultaron con un alfa de Cronbach por encima de .70, lo que implica estabilidad en la medida.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos y de fiabilidad de los cuestionarios y sub-escalas.

Variables	M	DT	Asimetría	Curtosis	Alfa de cronbach
Reevaluación cognitiva	3.64	.73	-.59	1.09	
Supresión	2.84	.77	-.04	-.45	.72
Regulación emocional	3.33	.63	-.89	2.08	
Clima tarea	3.83	.90	-1.14	1.70	.87
Clima ego	2.90	.919	-.40	-.92	.88
Conducta autocrática	3.35	.69	-.83	.64	
Implicación desarrollo	2.27	.76	.77	.16	.94
Liderazgo	5.63	1.00	-.56	1.62	
Factores familiares	1.36	.49	1.63	2.29	.87

Nota: M = Media; DT = Desviación Típica.

En la *Tabla 3*, se encuentran los resultados de normalidad obtenidos mediante la prueba Kolmogorov-Smirnov, los cuales muestran valores significativos, excepto en el

clima ego ($p = .048$), por lo que la mayoría de las variables se distribuyen de forma no paramétrica.

Tabla 3

Estadísticos de normalidad de los instrumentos y sub-escalas.

	Estadístico	Sig.
Reevaluación cognitiva	.089	.022
Supresión	.097	.007
Regulación emocional	.092	.015
Clima tarea	.057	.200
Clima ego	.048	.200
Conducta autocrática	.130	.000
Implicación desarrollo	.100	.005
Liderazgo	.101	.004
APGAR	.235	.000

Estadística diferencial entre grupos foráneo y local

Como respuesta al análisis del objetivo específico uno *conocer si existen diferencias en la percepción del clima motivacional generado por el entrenador*; el objetivo específico dos, centrado en el estilo de liderazgo percibido y, el objetivo específico tres, el cual busca la comparación entre los factores familiares entre deportistas universitarios foráneos y locales, se realizó la prueba U de Mann-Whitney, en la que se demostró que hay diferencias significativas entre los grupos para la variable supresión (factor de regulación emocional), clima ego, e implicación al desarrollo (factor de liderazgo). Los deportistas locales mostraron mayor supresión (factor de regulación emocional) comparados con los foráneos, de lo contrario, los deportistas foráneos presentaron mayor percepción de clima ego e implicación al desarrollo (factor de liderazgo) generado por los entrenadores comparado con los deportistas locales.

Los datos en la *Tabla 4* presentan las medias y desviaciones típicas de las variables según el grupo (foráneos y locales), además de los estadísticos de U de Mann-Whitney.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos y análisis de comparación de grupos.

		<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Reevaluación cognitiva	LOCAL	3.59	.72	-.43	.66
	FORANEO	3.66	.84		
Supresión	LOCAL	3.07	.75	2.32	.02
	FORANEO	2.69	.77		
Clima tarea	LOCAL	3.87	1.04	.38	.70
	FORANEO	3.80	.75		
Clima ego	LOCAL	2.68	.87	-2.12	.03
	FORANEO	3.11	.92		
Implicación al desarrollo	LOCAL	2.15	.79	-2.11	.03
	FORANEO	2.52	.82		
Conducta autocrática	LOCAL	3.34	.69	.94	.34
	FORANEO	3.20	.71		
APGAR	LOCAL	1.42	.51	.27	.07
	FORANEO	1.24	.43		

Como respuesta al objetivo de *examinar la interrelación de la regulación emocional de los deportistas universitarios foráneos y locales con la percepción de los factores familiares, la percepción del clima motivacional y los estilos de liderazgo generados por el entrenador*; en la *Tabla 5* los datos nos muestran las correlaciones realizadas entre las sub-escalas de la regulación emocional (reevaluación cognitiva y supresión) y las escalas y sub-escalas de la percepción de los factores familiares, la percepción del clima motivacional y los estilos de liderazgo generados por el entrenador.

Los resultados muestran únicamente una correlación positiva y significativa entre la reevaluación cognitiva (factor de regulación emocional) y la percepción del clima tarea generado por el entrenador, entendiéndose con esto que mientras mayor sea la percepción del clima tarea generado por el entrenador mayor será la reevaluación cognitiva del deportista.

Tabla 5

Correlación de factores.

	1	2	3	4	5	6
Reevaluación cognitiva (1)	1	.27*	-.06	.25*	-.08	.09
Supresión (2)		1	-.11	.07	.20	-.01
Clima Ego (3)			1	-.53**	-.20	.03
Clima Tarea (4)				1	.04	-.09
Apgar familiar (5)					1	.09
Liderazgo (6)						1

Nota: * $p < .05$; ** $p < .01$

Capítulo IV Discusión

El objetivo del presente estudio estuvo enfocado en conocer si las variables de clima motivacional, estilos de liderazgo y factores familiares, ejercían alguna influencia sobre la regulación emocional de los deportistas y seguido de esto revisar si existían diferencias entre los deportistas locales y foráneos.

El clima orientado al ego esta relaciono directamente con altos niveles de ansiedad en los deportistas, esto debido a la presión que tienen para demostrar sus habilidades tratando de superar a sus compañeros, mostrando problemas en su desarrollo personal (Elliff y Huertas, 2015).

Punto importante ya que los deportistas foráneos muestran una diferencia significativa en la percepción del clima ego que es creado por el entrenador.

Para Andrés et al. (2014, p. 221), “la *supresión de la expresión* emocional es una estrategia focalizada en la respuesta destinada a inhibir la expresión conductual de la experiencia emocional”. La reevaluación cognitiva se considerada una estrategia más adaptativa, a diferencia de la supresión de la expresión emocional, mostrado ser una estrategia menos saludable, pues, a pesar de la inhibición de la expresión del afecto negativo, la experiencia permanece inmodificable. Desde esta perspectiva y basado en los resultados se muestra que los deportistas locales tienden a la supresión emocional lo que puede llevar a que no se muestren los mismos resultados mostrados por el deportista foráneo en cuanto a la variable elevada en clima ego, que es percibida se crea desde la figura de liderazgo que es el entrenador.

Como fortalezas del estudio podemos mencionar que la información obtenida, es relevante para los deportistas y entrenadores, usándola para analizar y de esta forma modificar o mantener sus conductas emocionales adaptativas.

Las limitaciones del estudio fueron principalmente, que, durante el desarrollo de la investigación, se presentó la contingencia del covid-19, por lo que la aplicación de los cuestionarios a los deportistas de la Universidad Autónoma de Nuevo León, no se pudo realizar de manera presencial, se realizó de manera digital y pudieron surgir dudas de algunos ítems que no pudieron ser resueltos ya que no preguntaban al momento y contestaban como ellos creían era la forma más adecuada.

Otra limitación puede ser el número de aplicaciones que se realizó ya que de haber tenido la oportunidad de aplicación presencial se pudieron alcanzar números más altos de aplicaciones para las dos universidades (UANL Y UAEMex), alcanzando un número más cercano entre los deportistas foráneos y locales.

Como propuestas futuras, puede haber aplicaciones a los entrenadores de las percepciones que ellos tienen acerca de los climas que crean, el estilo de liderazgo que practican y las regulaciones emocionales, así como el apoyo familiar que tienen sus deportistas, comparando de esta forma los resultados obtenidos por deportistas y entrenadores.

Comparar los resultados obtenidos por los deportistas de cada universidad y revisar si existen diferencias entre las percepciones que tiene de sus entrenadores, familias y regulaciones emocionales, contrastando con esto la ubicación geográfica donde residen.

Capítulo V Conclusiones

De acuerdo a la teoría y a los resultados obtenidos en la presente investigación, se concluye que existen variables psicológicas donde las diferencias son significativas al comparar los grupos de deportistas foráneo y locales, como son la supresión emocional referente a la regulación y el clima ego, siendo parte del clima motivacional creado por el entrenador, diferente a lo mostrado con las variables de liderazgo y factores familiares que son parecidos para ambos grupos, suponiendo que podía ser diferente en la última variable que implica a la familia, siendo que se esperaba los deportistas foráneos mostraran alguna diferencia por el hecho de vivir fuera de casa y lejos de su familia, pero no fue así: comparando esto a los resultados que mostraron como más tendientes a la reevaluación cognitiva, podemos manejar como relación que regulan más positivamente sus emociones y esto los mantiene equilibrados en su distanciamiento familiar.

Referencias

- Alves, J. (2000). Liderazgo y clima organizacional. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 123-133.
- Amenabar, P. B., Sistiaga, L. J. J., & García, B. E. (2008). Revisión de los distintos aspectos de la influencia de los padres y las madres en la práctica de la actividad física y el deporte. *Apunts Educación Física y Deportes*, 93, 29-35.
- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Human Kinetics.
- Ames, C. & Archer, J. (1987). Mother's beliefs about the role of ability and effort in school learning. *Journal of Educational Psychology*, 79(4), 409-414.
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.79.4.409>
- Andrés, M. L., Castañeiras, C. E. & Richaud, M. C. (2014). Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional. *Panamerican Journal of Neuropsychology*, 8(2), 217-241. DOI: 10.7714/cnps/8.2.205
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L. & García-Merita, M. (2011). Asociaciones entre la percepción del clima motivacional creado por el entrenador, orientaciones disposicionales de meta, regulaciones motivacionales y vitalidad subjetiva en jóvenes jugadoras de tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 133-148.
- Bass, B. M. (1990). *Handbook of Leadership*. Fress Press.

- Bellón, S. J. A., Delgado, S. A., D Luna, C.J. & Lardelli, C. P. (1996), Validez y fiabilidad del cuestionario de función familiar Apgar-familiar. *Elsevier*, 18(6), 289-296.
- Brenner, E. & Salovey, P. (1997). Emotion regulation during childhood: Developmental, interpersonal and individual considerations. In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence*, 168-179.
- Cabello, R., Salguero, M. J., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish Adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4). <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000150>
- Chelladurai, P. & Saleh, S.D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2(1), 34-45. DOI: <https://doi.org/10.1123/jsp.2.1.34>
- Conde, G. C., Fernández, O. E. J., Garrido, L. P. & Rodríguez, D. (2015). Diseño de un programa de formación orientado a la mejora del clima motivacional transmitido por entrenadores universitarios. *Revista Digital de Educación Física*, 6(34), 42-51.
- Côté, J. (1999). The Influence of the family in the development of talent in sport. *The sport psychologist*, 13, 395-417. DOI: <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Chacón, C. R., Padial, R. R., Zurita, O. F., Castro, S. M., González, V. G. & Ramirez, G. I. (2017). Clima motivacional e inteligencia emocional en la promoción de hábitos saludables: una revisión narrativa. *Revista Digital de Educación Física*, 9(49), 108-117.

- Crews, D., Lochbaum, M. & Karoly, P. (2001). Self-regulation: Concepts, methods, and strategies in sport and exercise. *Handbook of Sport Psychology*. 2nd Ed. 566-581.
- Cruz, F. J., Boixadós. A. M., Torregrosa, A. M. & Mimbbrero, P. J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del deporte*, 4, 111-134.
- Elliff, H. & Huertas, J. A. (2015). Clima motivacional de clase: en búsqueda de matices. *Revista de Psicología*, 11 (21), 61-74.
- Fenoy, C. J. & Campoy, R. L. (2012). Rendimiento deportivo, estilos de liderazgo y evitación experiencial en jóvenes futbolistas almerienses. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 137-142.
- Galván, J. F., López-Walle, J. M., Pérez, J. A., Tristán, J. L. & Medina, R. E. (2013). Clima motivacional en deportes individuales y de conjunto en atletas jóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(2), 393-410.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Society for Psychophysiological Research*, 39, 281–291. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Guerrero, R. C., Sosa-Correa, M., Zayas, G. A., & Guil, B. R. (2017). Regulación Emocional en Jóvenes Deportistas ante Situaciones Adversas en Competición. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 373-384. DOI: <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.950>

- Hernández M. A. & Canto O. J. M. (2005). *Psicología del deporte vol. I fundamentos*. Wanceulen, S.L.
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. & Baptista, L. M. del P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill.
- Hervás, G. & Moral, G. (2017). Regulación emocional aplicada al campo clínico. *FOCAD para División de Psicoterapia*, 1-40.
- López-Walle, J. M., Balaguer, I., Castillo, I., & Tristán, J. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicano. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 209-222.
- Luna, D. (2010). Dificultades de regulación emocional (facilitado por el contexto de crianza) y su intervención desde una perspectiva conductual-cognoscitiva basada en solución de problemas, identificación de reglas, respiración y relajación en un niño de 8 años. Tesis de Especialista en Psicología Clínica Comportamental Cognoscitiva. Pontificia Universidad Javeriana.
- Maehr, M. L. & Braskamp, L. A. (1986). *The motivation factor. A theory of personal investment*. Lexington, MA: Lexington Books.
- Murphy, B., Eisenberg, N., Fabes, R., Shepard, S., & Guthrie, I. (1999). Consistency and change in children's emotionality and regulation: A longitudinal study. *MerrillPalmer Quarterly*, 45(3), 413-444.
- Newton, M. L., Duda, J. L. & Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of

female athletes. *Journal of Sport Science*, 18, 275-290. DOI: 10.1080 / 026404100365018

Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Ntoumanis, N. & Biddle, S. (2007). Affect and achievement goals in physical activity: a meta-analysis. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport*, 9(6), 315-332. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00253.x>

Oriol, G. X., Gomila, A. M., & Filella, G. G. (2014). Regulación emocional de los resultados adversos en competición. Estrategias funcionales en deportes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 63-72.

Rees, T. & Hardy, L. (2000). An investigation of the social support experiences of high-level sport performers. *The Sport Psychologist*, 14, 327-347. DOI: 10.1123 / tsp.14.4.327

Ribero-Marulanda, S. & Vargas Gutiérrez R. M. (2013). Análisis bibliométrico sobre el concepto de regulación emocional desde la aproximación cognitivo-conductual: una mirada desde las fuentes y los autores más representativos. *Psicología desde el caribe*, 30(3), 495-525.

Rimé, B. (2009). Emotion elicits the social sharing of emotion: theory and empirical review. *Emotion Review*, 1, 60-85. DOI: 10.1177 / 1754073908097189

- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness. Guilford Press. DOI: 10.7202 / 1041847ar
- Teques, P. & Serpa, S. (2009). Implicación parental: adaptación de un modelo teórico al deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 235-252.
- Troncoso, A. S. M., Burgos, D. C. J. & López-Walle, J. M. (2015). Climas motivacionales, liderazgo y cohesión grupal en contexto deportivo universitario. *Educación Física y Ciencia*. 17(1).
- Vargas, G. M. R. & Muñoz-Martínez, A. M. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 225-240.

ANEXOS

Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-CA)

Instrucciones: a continuación, se presentan algunas afirmaciones respecto a sus emociones, lea atentamente y por favor indique con una x el grado de acuerdo o desacuerdo de las mismas en una escala de 1 al 5.

1= totalmente en desacuerdo 2= en desacuerdo 3= ni de acuerdo, ni en desacuerdo 4= de acuerdo 5= totalmente de acuerdo

	1	2	3	4	5
1. Cuando quiero sentir más intensamente una emoción positiva (como alegría o felicidad) cambio lo que estoy pensando.					
2. Me reservo mis emociones para mí mismo.					
3. Cuando quiero sentir menos intensamente una emoción negativa (como tristeza o enfado) cambio lo que estoy pensando.					
4. Cuando tengo emociones positivas, pongo mucho cuidado en no expresarlas.					
5. Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar sobre esa situación de una forma que me ayude a mantener la calma.					
6. Controlo mis emociones, no expresándolas.					
7. Cuando quiero sentir más intensamente una emoción positiva, cambio mi manera de pensar acerca de la situación.					
8. Controlo mis emociones cambiando mi manera de pensar acerca de la situación en la que estoy.					
9. Cuando siento emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.					
10. Cuando quiero sentir con menor intensidad una emoción negativa, cambio mi manera de pensar acerca de esa situación.					

Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2)

Instrucciones: a continuación, se presenta una lista de cuestiones, usted debe indicar el grado en que se ajustan a su situación deportiva, marcando con una x su respuesta, en una escala del 1 al 5. 1= totalmente en desacuerdo 2= en desacuerdo 3= ni de acuerdo, ni en desacuerdo 4= de acuerdo 5= totalmente de acuerdo

	1	2	3	4	5
1. El entrenador se enfada cuando falla un deportista.					
2. El entrenador presta más atención a los “estrellas”.					
3. El entrenador solo felicita a los deportistas cuando destacan unos de otros.					
4. Los deportistas se sienten bien cuando intentan hacerlo lo mejor posible.					
5. Los deportistas se ayudan entre sí para aprender.					
6. Se animan a que los deportistas compitan entre sí.					
7. El entrenador tiene sus deportistas preferidos.					
8. El entrenador ayuda a mejorar a los deportistas en los aspectos en los que no son buenos.					
9. El entrenador grita a los deportistas cuando fallan.					
10. Los deportistas sienten que han tenido éxito cuando mejoran.					
11. Solo los deportistas con mejores resultados reciben felicitaciones.					
12. Los deportistas son castigados cuando fallan.					
13. Se premia el esfuerzo.					
14. El entrenador anima a que los deportistas se animen unos a otros para aprender.					
15. El entrenador deja claro quiénes son los mejores deportistas.					
16. Los deportistas se motivan cuando juegan mejor que sus compañeros.					
17. El entrenador le da importancia al esfuerzo personal de los deportistas.					
18. Se premia el esfuerzo.					
19. Los deportistas tienen miedo a fallar.					
20. Se anima a los deportistas en sus puntos flacos.					
21. El entrenador favorece a algunos deportistas más que otros.					
22. El entrenador le da importancia a que los deportistas mejoren en cada partido o en cada entrenamiento.					
23. Los deportistas trabajan “conjuntamente en equipo”.					
24. Los deportistas se ayudan a mejorar y a superarse.					

Escala de Liderazgo en el Deporte (LSS-2)

Instrucciones: por favor lea atentamente e indique con una x el grado en que percibe que su entrenador realiza las conductas que a continuación se enlistan.

S – Siempre, F - Frecuentemente (cerca de 75% de las veces), O - Ocasionalmente (50% de las veces), R - Raramente (cerca de 25% de las veces), N - Nunca

Mi entrenador...	S	F	O	R	N
1. Se asegura de que cada atleta trabaje a su máxima capacidad.					
2. Pide la opinión de los atletas sobre estrategias específicas de competencia.					
3. Ayuda a los atletas con sus problemas personales.					
4. Felicita al atleta delante de los demás cuando hizo un buen trabajo.					
5. Explica a cada atleta las técnicas y tácticas de su deporte.					
6. Planifica relativamente independiente de los atletas.					
7. Ayuda a los miembros del equipo a resolver sus conflictos.					
8. Presta atención a corregir los errores de los atletas.					
9. Pide consentimiento grupal sobre asuntos importantes antes de proseguir.					
10. Le dice al atleta cuando hizo un buen trabajo.					
11. Se asegura de que sus funciones sean comprendidas por todos los atletas.					
12. No explica sus acciones.					
13. Está pendiente del bienestar de los atletas.					
14. Instruye a cada atleta individualmente acerca de las habilidades necesarias para su deporte.					
15. Deja que los atletas participen en la toma de decisiones.					
16. Se asegura de que los atletas sean premiados por una buena actuación.					
17. Planea a futuro lo que se debe hacer.					
18. Alienta a los atletas a sugerir maneras sobre cómo llevar a cabo los entrenamientos.					
19. Hace favores personales a los atletas.					
20. Explica a cada atleta lo que se debe de hacer y no hacer.					
21. Deja que los atletas establezcan sus propias metas.					
22. Expresa cualquier sentimiento que tenga hacia los atletas.					
23. Espera que cada atleta termine su entrenamiento de forma completa.					
24. Deja que los atletas hagan las cosas a su manera aún y cuando se equivoquen.					
25. Alienta a los atletas a confiar en él.					

26. Destaca los puntos buenos y malos de cada atleta					
27. Se rehúsa a doblegarse sobre ciertos puntos.					
28. Expresa aprecio cuando un atleta hace algo bueno.					
29. Da instrucciones específicas a cada atleta sobre lo que se debe hacer en cada momento y situación.					
30. Pide la opinión de los atletas sobre cuestiones importantes del entrenamiento.					
31. Alienta a los atletas a tener amistades cercanas e informales.					
32. Está pendiente de que los esfuerzos de los atletas estén coordinados					
33. Deja que los atletas trabajen a su propio ritmo.					
34. No deja que los atletas se le acerquen.					
35. Explica a cada atleta cómo contribuye al equipo.					
36. Invita a los atletas a su casa.					
37. Dice algo positivo cuando se amerita.					
38. Específica a detalle qué es lo que se espera de cada atleta.					
39. Permite que los atletas decidan qué jugadas usar en el juego (competencia).					
40. Habla de una manera en la que no deja espacio para que los atletas hagan preguntas.					

Cuestionario Apgar de la familia

Instrucciones: a continuación, se presentan algunos cuestionamientos; lea atentamente e indique el grado de satisfacción que describe mejor su situación.

	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
Estoy contento de pensar que puedo recurrir a mi familia en busca de ayuda cuando algo me preocupa.			
Estoy satisfecho con el modo que tiene mi familia de hablar las cosas conmigo y de cómo compartimos los problemas.			
Me agrada pensar que mi familia acepta y apoya mis deseos de llevar acabo nuevas actividades o seguir una nueva dirección.			
Me satisface el modo que tiene mi familia de expresar su afecto y cómo responde a mis emociones, como cólera, tristeza y amor.			
Me satisface la forma en que mi familia y yo pasamos el tiempo juntos.			

Evaluación de Desempeño de la Práctica

Evaluación de Desempeño de la Práctica

Datos del alumno

Matrícula:	1981439
Nombre del Alumno:	Karen Briceida Alva Escobar
Programa educativo:	Maestría en Psicología del Deporte
Orientación:	

Datos de la Empresa:

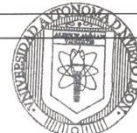
Empresa/institución:	Universidad Autónoma de Nuevo León
Departamento/Área:	Dirección de Deportes

Evaluación

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

Observaciones:

Luis Carlos Herrera
Nombre y firma del Tutor de la práctica



Coordinador Psicología Dirección Deportes
Puesto del tutor responsable de la práctica

DIRECCION DE DEPORTES
Sello de la institución/dependencia

RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO

KAREN BRICEIDA ALVA ESCOBAR

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Tesina: **FACTORES QUE INFLUYEN EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL, DE DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS FORÁNEOS Y LOCALES.**

Campo temático: Psicología del Deporte

Lugar y fecha de nacimiento: Atlacomulco, Estado de México, 11 de marzo de 1993.

Lugar de residencia: Toluca, Estado de México.

Procedencia académica: Facultad de Ciencias de la Conducta de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Experiencia Propedéutica y/o Profesional:

- Miembro de la Asociación Internacional de Psicología del Deporte.
- Psicóloga de voleibol de sala, basquetbol, box y futbol rápido en la UAEMex.
- Psicóloga del deporte con niños de iniciación en los deportes de Pádel y Futbol.
- Psicóloga del deporte del equipo de Fútbol Femenil representativo de la Universidad Autónoma de Nuevo León (febrero-junio 2019).
- Psicóloga del deporte del equipo de Basquetbol Femenil representativo de la Universidad Autónoma de Nuevo León (febrero 2019 – mayo 2020).

E-mail: karenbae11@gmail.com alternativo: karen_bris_11@hotmail.com