Universidad Abierta Interamericana

. Beneficios de un programa de actividades de cohesión grupal en deportistas de fútbol amateur de 13 a 18 años.

Postemsky Darlo

Septiembre 2022

Tema

Beneficios de un programa de actividades de cohesión grupal en deportistas de fútbol amateur de 13 a 18 años.

Contenido

Tema 2
Resumen 5
Introducción 5
Justificación y relevancia 5
Problema 6
Objetivos 7
General 7
Especifico 7
Hipótesis 7
Marco teórico 7
Conceptos cohesión grupal 7
Dimensiones 10
Características de la población 10
Actividades a realizar 12
Investigaciones previas 13
Encuesta para recolectar datos e investigaciones de validación 15
Metodología 17
TIPO de INV.: 17
POBLACION Y MUESTRA: 17
CRITERIOS DE INCLUSION Y EXCLUSION: 17
VARIABLES: 18
Independiente 18
Dependiente 18
Categóricas 18
Control 18
CONSENTIMIENTO INFORMADO: 18
INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS: 18
INSTRUMENTO DE PROCESAMIENTO DE DATOS: 20
PROTOCOLO: 20
RECURSOS: 22
CRONOGRAMA: 23
RESULTADOS 23

DISCUSION 27
CONCLUSION 28
ANEXOS 29
Referencias bibliográficas 29

Resumen

En la investigación llevada a cabo va a ser posible observar los beneficios de aplicar una serie de actividades que favorezcan a la cohesión grupal. También determinar si algunas de las edades son más propensas a crear la cohesión, las cuales buscan crear compañerismo, motivación, sentido de pertenencia y hambre de gloria que son los principales problemas que se observan en la dinámica de grupo desde la perspectiva de profesor.

Se recolectara datos con un test de cohesión grupal a modo de diagnóstico, para observar luego de la aplicación del programa que sucedió con la cohesión.

Los programas cuentan con diferentes actividades, donde mediante trabajos en grupo llevan a la mejora de la cohesión social y la cohesión tarea.

El estudio arrojo en todas las variables un aumento de cohesión luego del programa de actividades, aunque no las esperadas. La cohesión a modo general arrojo una mejora de un 5 %. En cuanto a las edades, el rango que va de 12 a 13 años de edad, fue la que mayor cohesión demostró con un aumento de un 9%. También se descubrió que el puesto del jugador dentro de la cancha, influye en el aumento de la cohesión, ya que algunos de ellos elevaron bastante el promedio general de cohesión.

Introducción

El trabajo de investigación está pensado para lograr demostrar que por medio de la realización de distintas actividades que promuevan el sentido de pertenencia, compañerismo, empatía, solidaridad, hambre de gloria, entre otras que nos hacen convivir en sociedad, se consigue la cohesión grupal,**.**

Varios antecedentes demuestran que es fundamental la cohesión del grupo para luego lograr cosas buenas y para conformar esa unión primero es necesario promover actividades que la facilite.

La cohesión no es cuantificable en una única media. Se pueden distinguir dos factores: cohesión de tarea, que es el trabajo para lograr los objetivos y cohesión social que es la atracción interpersonal entre sus miembros. Mediante diagnósticos se podrá observar los resultados desde la tarea y lo social del grupo en cuestión.

Justificación y relevancia

Esta investigación dejara demostrado, que la aplicación de programas donde se promueva la cohesión grupal, son efectivos.

Partiendo desde conformar la cohesión en los grupos, en consecuencia se podrá plasmar que es una gran base para lograr resultados positivos en los objetivos propuestos. Desde la realización de un concepto táctico, hasta lograr un campeonato.

En Argentina el futbol es muy popular, lo que hace que mucha gente lo practique. El puntapié de esta investigación, nace luego de observar por más de 8 años un declive en la mayoría de los clubes de la Liga Cultural Sur de La Pampa, con el número de niños practicando futbol, teniendo en cuenta que las localidades que la conforman la liga no sobrepasan los 5000 habitantes. Los clubes de futbol en localidades pequeñas, son sumamente importante a nivel social, creando responsabilidades, respeto, empatía, en los chicos. De esta manera, sujeto a esta realidad, que no es solamente del club en el cual se trabajará, se identificó alguna de las causas de abandono del deporte. Alguna de ellas fueron, por no sentirse parte del grupo, en algunos casos le daba igual ganar o perder, constantemente tratando de entrenar lo menos posible. Este sinfín de motivos, genero alarma en los cuerpos técnicos y una eventual salida, lograr una cohesión grupal.

La investigación, les servirá a todos los clubes de la liga Cultural Sur pampeana para poner en práctica estos programas. Conversarse de que las personas somos seres emocionales, que actuamos según nuestras emociones. Por lo tanto hay que apostar a tener una gran cohesión grupal, con valores de base como la responsabilidad, empatía, solidaridad, hambre de gloria, sentido de pertenencia.

Problema

¿Qué beneficios obtendremos de aplicar un programa de cohesión grupal? ¿Por qué es importante una cohesión grupal?

Desde la observación de distintos comportamientos, que se veían en los equipos de las distintas categorías, como falta de compañerismo, empatía, solidaridad, sentido de pertenencia, entre otros valores que nos hacen vivir en sociedad, se resolvió que un grupo donde no hay valores compartidos es inviable al éxito. Algunos que entrenaban toda la semana, empezaron a faltar, otros que le daban la intensidad necesaria a cada entrenamiento bajaron su rendimiento y muchas situaciones malas que hacían que la mayoría se contagie y se degrade la figura de cohesión grupal.

Por lo dicho, un grupo donde tiene valores compartidos es más viable al éxito, pero el desafío esta en lograr esa cohesión.

Objetivos

General

- Mejorar la cohesión grupal a través de la aplicación de un programa de actividades a un equipo de fútbol

Especifico

- Describir A qué edad se logra una mejor cohesión grupal aplicando las actividades del programa de cohesión grupal
- Determinar cuál de las distintas actividades dentro del programa es la más agradable para la muestra.
- Determinar si las características de cada puesto influye en el desarrollo de la cohesión.
- Determinar que cohesión (Tarea/social) es la más influyente

Hipótesis

- La cohesión grupal aumento un 70% con los programas de actividades propuestos.
- Los chicos de 14 a 15 años mejoraron un 50% la cohesión grupal, por encima de los demás rangos etarios.
- La convivencia, (cenas) es la mejor actividad para la cohesión grupal, siendo elegida por un 50 % de la muestra como favorita
- La cohesión grupal no presenta diferencias según el puesto de juego
- La cohesión social prevalece un 70% por encima de la cohesión tarea.

Marco teórico

Conceptos cohesión grupal

A fines del siglo XIX, la Psicología se separa como una rama de la Filosofía surgiendo así una disciplina científica independiente. Desde entonces se ha ido ramificando en muchos sectores de la vida humana, por lo cual no tardó mucho en investigar al hombre y su convivencia social. Así aparece la psicología de grupo. Dentro de los distintos conceptos que abarca la Psicología Grupal, se decidió hacer hincapié sobre la cohesión grupal.

Hay muchas definiciones de lo que es la cohesión grupal, en la que muchos investigadores se interesaron, como las citadas en un trabajo de tesis llamado “La cohesión grupal en un equipo de fútbol adolescente” Lafalla (2015) de la Universidad Del Aconcagua, facultad de Psicología. Tal es el caso en su investigación llamada “La cohesión en los grupos deportivos” Mendo Antonio (2013), no dice que han sido muchas las definiciones que la Psicología de los Grupos ha proporcionado en su intento de comprender el concepto de cohesión

(Canto, 1998). Los Psicólogos deportivos han utilizado estas definiciones y las han aplicado a su ámbito, ofreciendo ciertas concreciones relativas a su especialidad (Carron, 1988; 1991).

Carron (1982) nos recuerda que el término cohesión proviene del vocablo latino cohaesus, que significa adherirse, estar juntos. Para Carron (1982) la cohesión podría entenderse como "un proceso dinámico que se refleja en la tendencia grupal de mantenerse juntos y permanecer unidos en la persecución de sus metas y objetivos" (p. 124).

Festinger, Schacter y Back definen el termino cohesión como: "el campo total de fuerzas que actúa sobre los miembros de un grupo para que permanezcan en él" (1950, citado en Weinberg y Gould 2010, 182).

Rescatado de una tesis llamada "Cohesión grupal: como un factor positivo para un mejor rendimiento de equipo." Pelaitai (2013), podemos decir que David Maltete y Catherine Garncarzyk (2006, 98) realizaron una recopilación de las primeras 45 definiciones en la publicación de la revista Iberoamericana de Psicología del Deporte y Ejercicio Físico:

- El "Grand dictionnaire des lettres" (Guilbert, Lagane, Niobey, 1989) la define como "la calidad de un conjunto cuyas partes son estrechamente solidarias como la fuerza que retiene y une las distintas partes de un todo".

- Bergson (1948): "una fuerza de dirección constante, que es para el alma lo que la gravedad es para el cuerpo, asegura la cohesión de grupo inclinando en un mismo sentido las voluntades individuales".

- Lewin en los años 40 la define como: "resultante de las fuerzas que mantienen los miembros de los grupos juntos, las fuerzas positivas de atracción recíproca y las fuerzas negativas de repulsión de otros grupos".

- Festinger, Schachter y Back (1950): La cohesión hace referencia: "al poder de influencia ejercida en las actividades y comportamientos de los miembros a fin de mantener y reforzar las normas del grupo".

Muzlera, S.; S.; Guidolin E.; Kahane de Gordon, G. Puebla, P. (2013), en su libro: "Fundamentos para una comprensión psicoanalítica de los grupos", dicen:

(…) la grupalidad implica la renuncia a la satisfacción de las pulsiones agresivas y sexuales dentro del grupo. La acción directa agresiva disuelve la unión interior; es por eso que una de las formas de mitigar esta agresión intragrupal es la búsqueda de un enemigo común, mecanismo que tiene un efecto cohesionante entre los miembros.

Mendo (2013) Nos dice que *El concepto de cohesión de grupo fue un concepto buscado y anhelado por la Psicología social dedicada a la dinámica del grupo en los años 40, para rendir cuentas de la cualidad esencial del grupo que lo diferenciara de la mera 46 agregación de individuos o simple categoría social. El origen del término se debe a Lewin y quien lo utilizó por vez primera desde una perspectiva lewiniana fue French, asociándolo al concepto de interdependencia. Fueron Festinger, Schachter y Back (1950) quienes consolidaron el concepto de cohesión grupal. Festinger (1950) lo definió como la resultante de todas las fuerzas que actúan sobre los miembros para que permanezcan en el grupo.*

De igual manera todas las definiciones tienen una fuerza, un interés que hace que el grupo se mantenga unido y tenga intereses en común.

Llafada (2015) nos cuenta también en su tesis que no es novedoso que una buena cohesión grupal favorece a la comunicación del grupo, confianza, interacción, sentido de pertenencia. Lo que conlleva al compromiso y responsabilidad hacia la tarea.

Existen diferentes factores que ayudan a la cohesión de grupo, (Giesenow 2007):

- Éxito

  ·- Aumento la comunicación.

  - Minimiza conflictos.

  - Extra motivación.

  - Respeto entre los jugadores.

  - Confianza unos a otros.

  – Objetivos compartidos.

  - Identidad fuerte y consolidada.

  Aumento la autoconfianza.

- Satisfacción: ·

  - Clima agradable y saludable·

  -Hace que los jugadores se manifiesten por una razón superior por la cual jugar: los unos por los otros.

-Los miembros se muestran contentos y orgullosos por pertenecer.

-Desean seguir formando parte del grupo en el que se sienten integrados y acompañados.

Dimensiones

Ahora ya planteadas diferentes definiciones de cohesión y alguno de los factores que favorecen la cohesión. Ciertos autores mencionan que la cohesión dentro de un grupo se puede dividir en dos dimensiones. La dimensión de **cohesión social, y por otra cohesión de tarea**. Dion (2000) nos dice en su investigación sobre la evolución del concepto de cohesión, donde estudia a varios autores y concluye que la dimensión social y tarea son centrales en el acercamiento multidimensional del concepto.

Por un lado tenemos que la cohesión social es como la motivación para desarrollar y mantener las relaciones sociales dentro del grupo. Mientras que la cohesión de tarea sería la implicación del grupo con el objetivo que tiene que alcanzar y los procesos necesarios para lograrlo (Carless y De Paola, 2000).

Estos dos factores dentro del concepto de Cohesión grupal, son sumamente importante para realizar un buen análisis cuantificable del nivel de cohesión que puede tener un grupo de personas, con objetivos en común.

Características de la población

Otras de las variables importantes es el rango de edad en el que se trabajara, se trata de chicos de entre 13 y 18 años de edad. Se consideras destacar dos conceptos. Adolescencia y pubertad. Según la Organización Mundial de la Salud, *la adolescencia es el periodo comprendido entre 10 y 19 años, es una etapa compleja de la vida, marca la transición de la infancia al estado adulto, con ella se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales. Se clasifica en primera adolescencia, precoz o temprana de 10 a 14 años y la segunda o tardía que comprende entre 15 y 19 años de edad*.

"*La pubertad es un fenómeno biológico complejo a través del cual se desarrollan los caracteres sexuales secundarios, se obtiene la maduración sexual completa y se alcanza la talla adulta. En los seres humanos, la pubertad se manifiesta no solamente en forma de cambios hormonales y físicos, sino también con cambios conductuales y psicológicos*."

Pasando en limpio se trabajara con en un rango de edad donde los chicos están en plenos cambios físicos y psicológicos. Donde su cuerpo sufre una "revolución". Dentro de estos cambios como menciona el artículo de María Pineda (2017) "*Los adolescentes no forman un grupo homogéneo, existe una amplia variabilidad en los diferentes aspectos de su desarrollo; además los*

aspectos biológicos pueden influir en el desarrollo psicológico. Cuando el proceso de desarrollo está muy adelantado o retrasado respecto a sus compañeros, el adolescente tiene a menudo dificultades de adaptación y baja autoestima; por ejemplo, una chica de 11 años cuyo cuerpo está desarrollado como una de 15, o el chico de 14 años con un cuerpo como otro de 10 años. Por otro lado, la adolescencia no es un proceso continuo y uniforme; los distintos aspectos biológicos, intelectuales, emocionales o sociales pueden no llevar el mismo ritmo madurativo y ocurrir retrocesos o estancamientos, sobre todo en momentos de estrés. Aunque este período puede ser muy tormentoso, la mayoría de los jóvenes y sus padres lo superan sin excesivos problemas"

Ambos procesos que no son lo mismo pero corresponde, dependiendo la persona, al el mismo rango etario son variables que condicionan totalmente el punto de partida de nuestra investigación, ya que si hablamos de la realización de actividades para que favorezca a la unión o cohesión de grupo, no podemos dejar de lado la etapa de desarrollo de los chicos.

Dado este periodo de desarrollo de las personas, la adolescencia, y como la definición nos cuenta es un proceso de cambios biológicos, intelectuales, emocionales o sociales. Las personas en este periodo enfrentan un sinfín de emociones, que muchas veces no saben administrar. De todas maneras el Dr. Rossetti (2021) nos dice que "Todas las emociones y sentimientos hacen que nosotros tengamos inclinaciones anímicas que influyen en nuestras decisiones. Es más, la mayoría de las veces la emoción decide y la razón justifica" por lo tanto, todas las personas, sin distinguir etapa de desarrollo, nos guiamos por nuestras emociones. Pero significativamente, en la adolescencia como se mencionó anteriormente, las emociones están más a flor de piel, lo que puede condicionar la cohesión grupal que lleguen a conseguir.

Figuerais (2017) en su estudio "Cohesión de equipo", nos dice que hay ciertos enemigos de la cohesión:

- El individualismo o la cultura de que superar al rival depende sobretodo de tener más calidad individual que él
- Desacuerdo respecto a los objetivos de equipo o la escasa aceptación por parte de sus miembros
- La confusión y ambigüedad en la definición y aceptación de los roles o papeles dentro del equipo
- La ausencia de normas claras que regulen el trabajo y la convivencia interna en el seno del equipo. O bien la escasa aceptación por parte de sus miembros del equipo
- Problemas en la comunicación entre los miembros de equipo o de estos con su director o líder, el entrenador.
- Los conflictos surgidos ante intereses enfrentados.
- La excesiva renovación o movilidad de los miembros del equipo
- El enfrentamiento entre diferentes líderes dentro del equipo. Las disputas entre algún miembro del equipo por el liderazgo

- La incompatibilidad de personalidades dentro del grupo.
- La excesiva competencia interna entre los miembros del grupo

Estos obstáculos, se deberían tener muy presentes a la hora de proponerse mejorar la cohesión grupal.

La ultima variable donde se desarrollara el trabajo, hace lugar a futbol amateur en una localidad pequeña, si bien parece de poca importancia el nivel competitivo, la manera que se desarrolla la actividad deportiva de un club de barrio, es muy distinta a la de un club profesional. En primera instancia la cantidad de chicos es escasa, por lo tanto prescindís de todos ellos. A diferencia de un club profesional donde los jugadores están haciendo fila para poder ganarse un lugar. Debido a esto, las reglas y límites dentro del club de barrio son mucha más permisiva, ya que a la primera presión por parte de los directivos, el jugador abandona y el equipo no completa. De la misma forma se da la exigencia a la hora de entrenar al adolescente del club de barrio, no logran completar toda la semana.

Debido a este contexto de club de barrio amateur, donde la clave está en apostar al sentido de pertenencia que logren por el club, al compañerismo y el hambre de gloria, corresponde fomentar la cohesión grupal.

Actividades a realizar

Definida la variable principal de la investigación, lo que se busca para lograr la cohesión grupal son algunos aspectos como: Sentido de pertenencia, hambre de gloria, empatía, solidaridad, responsabilidad. Hay investigaciones donde demuestran que la cohesión grupal se puede lograr mediante un programa de actividades, y que son sumamente importantes para el logro de objetivos propuestos. A continuación algunos artículos citados, rescatados de la investigación de Carmen Cristina Rosas P (2010): “"Es fundamental para la optimización del clima social del colectivo, el perfeccionamiento de las relaciones que se establecen durante el proceso laboral". ,Iovchyka e Ivanko (1.985). La productividad se considera como un indicador de la efectividad del proceso de cohesión de grupo, de acuerdo a lo expuesto por Duberman, (1.985) En un estudio realizado en la UCV por Torres, (1.986) con grupos de estudiantes que presentaban baja cohesión, se logró incrementar su unión gracias al desarrollo de un programa con Dinámica de Grupos, y consecuentemente elevaron el promedio de sus notas. Bello, (1.986) al estudiar la influencia de la enseñanza de la Sociología con técnicas grupales en docentes de la UCAB, obtuvo resultados que asocian la cohesión de este grupo de docentes con el deseo de mantenerse en el grupo y como consecuencia incrementaron su productividad. Una investigación efectuada por Carrasquel, (1.983) en la UCV, donde se relaciona cohesión grupal y eficacia, concluye que esta última es mayor al aumentar la primera. En un estudio de Barnard, Baird,

Greenwalt y Kaul, (1.991) donde la actividad consistió en la discusión de tópicos controversiales generadores de conflictos entre los participantes y donde se manipuló la cohesión, para observar las influencias sobre tales opiniones personales, se determinó que la existencia de acuerdos y similitud de opiniones entre los miembros, aumentó la atracción entre ellos y por ende la cohesión. Grupos de baja cohesión, fueron más permisivos en la desviación de opiniones con relación a la opinión de la mayoría. En lo relativo al personal que trabaja en las universidades quien representa la población objeto de este estudio, debemos considerar la crisis de la Educación Superior, la cual se ha profundizado en los últimos quince años, conspirando contra la calidad del proceso educativo, evidenciándose en las crecientes dificultades que tiene este sector para realizar su trabajo, de acuerdo a lo señalado por Córdova (1.994) y Caricote (1.997).

Queda demostrado gracias a estas citas que la aplicación de programas para cohesión grupal es sumamente importante para lograrla. De este modo se procedió a verificar distintos programas de cohesión para aplicarlos en la muestra en cuestión, pero al ver dichos programas se constató que no son aplicables al contexto antes explicado. Es así que se decidió aplicar una serie de actividades que al cuerpo técnico y con la ayuda de un psicólogo se reconocieron como importantes, donde involucran la cohesión de tarea y la cohesión social. Ellas son:

- Almuerzos/Cenas
- Realización de trabajos en reacondicionamiento de material de entrenamiento
- Actividades dentro del entrenamiento

Investigaciones previas

Más precisamente, con datos más técnicos en la investigación “Aplicación de un programa de intervención para la mejora de la cohesión y la eficacia en jugadores de baloncesto” Calvo, González, Sánchez, García (2009), con una duración de un mes de aplicación del programa (Igual a la de la presente investigación) concluyo que “Los resultados sugieren que el programa de intervención muestra mejoras del grupo experimental tanto en aspectos de cohesión y como de eficacia, sin embargo el programa de intervención no ha sido tan eficaz como se esperaba, ya que ha habido diferencias significativas en algunos delos factores de las variables medidas, pero no se puede afirmar que existen mejoras en todos los factores esperados de la investigación.”

“En primer lugar, la primera de las hipótesis afirmaba que el programa de intervención, basado en la realización de tareas cooperativas y el desarrollo de pautas de actuación con los entrenadores, mejorará la cohesión y la eficacia percibida en el grupo experimental en

mayor medida que en el grupo control tras el periodo de intervención. Tras el análisis de los resultados, se han encontrado **efectos positivos** en la mayoría de las variables estudiadas tanto en aspectos de cohesión como de eficacia" Calvo, González, Sánchez, García (2009)

En grupo experimental, la cohesión hacia la tarea aumento un 2.4% y la cohesión hacia la tarea un 13%.

Análisis de datos: software SPSS 15.0

Otra investigación llamada "Programa de intervención psicológica para el desarrollo de cohesión e identidad deportiva en jóvenes deportistas". Delgado (2018) tratándose de un programa de intervención realizado a la categoría Sub 17 de Atlas Fútbol Club en Fuerzas Básicas ubicado en Centro de Capacitación de Fútbol (CECAF) de la Ciudad de Guadalajara, Jalisco, México. El plan de intervención está diseñado por la primera necesidad que tiene el Departamento de Desarrollo Humano conjunto al Área de Psicología del Deporte de Atlas F. C., identificando el cambio de entorno de grupo como objetivo de principal abordaje, involucrando la disposición y actitud del jugador hacia la cohesión tarea e identidad deportiva con el club como elementos que se requieren para la mejora. El propósito fue contribuir a favorecer la cohesión mediante el desarrollo de un esquema cognitivo, afectivo y conductual, atribuirlo a tareas de estándares internos de ejecución y proceso. Las estrategias utilizadas fueron registros observacionales, cuestionarios, sesiones psicológicas y dinámicas de tipo grupal. Delgado (2018)

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

En grupo experimental, la cohesion tarea mostro un 6% de aumento, mientras que en la cohesión social un 40% de aumento.

Análisis de datos: Programa de análisis estadístico IBM SPSS Statistics versión 24

En ambos estudios, se tomó la tabla de resultados pre y pos aplicación de los programas. Se sumó y promedio los valores para poder cuantificar el porcentaje de aumento de la cohesión.

Encuesta para recolectar datos e investigaciones de validación

Como nuestra investigación es retrospectiva, es decir, se tomaran datos como diagnóstico para luego de las aplicaciones de las actividades verificar con una nueva recolección de datos lo sucedido, se decidió aplicar un test llamado Youth Sport Environment Questionnaire adaptado al español.

Una de la investigaciones llamada "Validación del youth sport environment questionnaire al español (yseq-s) con jóvenes jugadores" donde realizo dos estudios con una muestra total de 872 jugadores de futbol de entre 10 y 16 años de edad, largaron resultados en ambos estudios una validez factorial y consistencia interna adecuada formado por dos factores de primer orden: cohesión tarea y cohesión social. Además, el Estudio 2, la correlación evidenciada entre ambos factores apoyó la validez discriminante y la correlación con la satisfacción del deportista corroboró su validez nomológica. También, el instrumento se mostró invariante en función de la categoría de los deportistas. La YSEQ-S puede considerarse como un instrumento válido y fiable para evaluar la cohesión con jóvenes atletas de deportes de equipo. *López-Gajardo, Ramírez-Bravo, Díaz-García, Tapia-Serrano, y Leo,* (2021).

En la investigación para la validación del método, se concluyó que el "YSEQ-S posee unas propiedades psicométricas adecuadas y en consonancia con anteriores trabajos, con una adecuada validez factorial con valores óptimos en los índices de ajuste de un modelo con dos factores de primer orden, cohesión tarea y social, y con valores adecuados en la consistencia interna para los factores cohesión tarea y 16 cohesión social. Además, ha mostrado una adecuada validez discriminante, con correlacionados moderadas entre los factores de cohesión tarea y cohesión social, y una adecuada validez nomológica, con una relación positiva entre la cohesión tarea y social y la variable de satisfacción. Por último, el YSEQ-S ha mostrado una estructura factorial invariante entre la categoría de los participantes. Por lo tanto, el YSEQ-S es un instrumento válido y fiable para conocer los niveles de cohesión grupal en equipos deportivos de jugadores adolescentes españoles" López-Gajardo, Ramírez-Bravo, Díaz-García, Tapia-Serrano, y Leo. (2021

Otra investigación para validar el método se trata "Validez y confiabilidad de la versión en farsi del Cuestionario sobre el entorno deportivo juvenil" *Eshghi , Memari, Ghaziasgar , Mansournia , Sani (2015)* con una muestra estudiada compuesta por 455 jóvenes sanos (253 varones) con una edad promedio de 15,1 años, concluyo que "Los resultados del estudio actual también han informado una alta consistencia interna para la puntuación total y cada factor del YSEQ, lo que confirma la estabilidad de la escala. También mostramos que las correlaciones totales de ítems para las sub escalas eran satisfactorias y que cada sub escala era internamente estable. Además, la

confiabilidad test-retest reveló una alta estabilidad para la versión farsi del YSEQ después de cuatro semanas.”

El test consiste en un total de 18 ítems, ocho ítems para analizar la cohesión tarea (ej., “Me gusta la forma en que trabajamos juntos como equipo”) y otros ocho de ellos para examinar la cohesión social (ej., “Nos mantenemos unidos fuera del campo”). También cuenta con dos ítems para detectar tendencias de respuestas no validas (ej., “No me llevo bien con los jugadores de mi equipo”). Las respuestas recogidas de estos dos ítems, que fueron categorizados como no válidas, fueron eliminadas y no se utilizaron para análisis posteriores Los ítems fueron contestados en una escala Likert de 9 puntos, desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 9 (totalmente de acuerdo). *López-Gajardo, Ramírez-Bravo, Díaz-García, Tapia-Serrano y Leo,* (2021).

Pregunta del cuestionario:

1. ¿Todos compartimos el mismo compromiso con los objetivos del equipo?

2 ¿Invito a mis compañeros a hacer cosas conmigo?

3. ¿Cómo equipo, todos tenemos la misma idea de juego?

4. ¿Algunos de mis mejores amigos están en este equipo?

5. ¿Me gusta la forma en que trabajamos juntos como equipo?

6. ¿No me llevo bien con los jugadores de mi equipo?

7. ¿Salimos unos con otros siempre que sea posible?

8. ¿Trabajamos unidos como un equipo?

9. ¿Contacto con mis compañeros a menudo (teléfono, whatsApp, Internet,…)?

10. ¿Este equipo me brinda suficientes oportunidades para mejorar mis habilidades?

11. ¿Paso tiempo con mis compañeros de equipo?

12. ¿Nuestro equipo no trabaja bien junto?

13. ¿Seguiré en contacto con mis compañeros después de que termine la temporada?

14. ¿Estoy contento con el nivel de deseo de ganar de mi equipo?

15. ¿Nos mantenemos unidos fuera del campo?

16. ¿Mi forma de cómo jugar es la misma que la de mis compañeros?

17. ¿Contactamos a menudo unos con otros (teléfono, whatsApp, internet, etc.)?

18. ¿Nos gusta la forma en que trabajamos juntos como equipo?

Cohesión Tarea: 1, 3, 5, 8, 10, 14, 16, 18; Cohesión Social: 2, 4, 7, 9, 11, 13, 15, 17. Ítems negativos: 6, 12.

Metodología

TIPO de INV.:

Nuestra investigación es transversal debido a que estudia una variable a lo largo de un período, que varía según el problema investigado. También descriptiva-retrospectiva, ya que indagaremos sobre el nivel de cohesión grupal que hubo, para después medirlo nuevamente en el futuro y determinar que sucedió. *En algunos estudios se registra información sobre hechos ocurridos con anterioridad al diseño del estudio, y el registro continúa según los hechos van ocurriendo. Estos son los estudios retroprospectivos.* Es descriptiva porque estos estudios son la base y punto inicial de los otros tipos y son aquellos que están dirigidos a determinar "cómo es" o "cómo está" la situación de las variables que se estudian en una población. Canales; Alvarado; Pineda (1994)

.

POBLACION Y MUESTRA:

La comunidad dentro del club suma a unos 130 jugadores aproximadamente, contando desde las categorías de iniciación (4 y 5 años), hasta la primera división. La muestra se tomara en 33 adolescentes de 13 a 18 años de edad, que comprenden las categorías inferiores competitivas.

CRITERIOS DE INCLUSION Y EXCLUSION:

-Todos los jugadores de las categorías inferiores

-Los más presentes y los menos presentes

-Los jugadores que tengan como mínimo 1 año dentro del grupo

- Todos los que hayan firmado el consentimiento informado

VARIABLES:

Independiente
Programa de actividades

Dependiente
Cohesión grupal

Cohesión de tarea

Cohesión social

Categóricas
-Edad

-Puesto

Control
-Todos los jugadores de las categorías inferiores

-Los más presentes y los menos presentes

-Los jugadores que tengan como mínimo 1 año dentro del grupo

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

- La presente nota deja constatado que el jugador……. DNI……., va a ser partícipe de la investigación "Beneficios de un programa de actividades de cohesión grupal en deportistas de fútbol amateur de 13 a 18 años". Siendo sus datos e información brindada totalmente de carácter privado, dándole uso pura y exclusivamente para la tesis en cuestión.
  Se llevara a cabo una medición de cohesión grupal, por medio de un test, a modo de encuesta, que se enviara vía WhatsApp. Luego se procederá a realizar distintas actividades, dentro y fuera de los entrenamientos, como cenas, reparación de arcos de entrenamiento, actividades de cooperación, trabajo en parejas con poca afinidad. Terminando nuevamente con la medición de la cohesión mediante el test antes utilizado, para comparar y evaluar resultados luego de las actividades propuestas.

  Firma Padre/Madre o Tutor…….

INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS:

Test que consiste en un total de 18 ítems, ocho ítems para analizar la cohesión tarea (ej., "Me gusta la forma en que trabajamos juntos como equipo") y otros ocho de ellos para examinar la cohesión social (ej., "Nos mantenemos unidos fuera del campo"). También cuenta con dos ítems para detectar

tendencias de respuestas no validas (ej., “No me llevo bien con los jugadores de mi equipo”). Las respuestas recogidas de estos dos ítems, que fueron categorizados como no válidas, fueron eliminadas y no se utilizaron para análisis posteriores Los ítems fueron contestados en una escala Likert de 9 puntos, desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 9 (totalmente de acuerdo). *López-Gajardo, M.A.1; Ramírez-Bravo, I.2; Díaz-García, J.1; Tapia-Serrano, T.3 y Leo, F.M.4* (2021).

Pregunta del cuestionario:

1. Todos compartimos el mismo compromiso con los objetivos del equipo

2 Invito a mis compañeros a hacer cosas conmigo

3. Como equipo, todos tenemos la misma idea de juego

4. Algunos de mis mejores amigos están en este equipo

5. Me gusta la forma en que trabajamos juntos como equipo

6. No me llevo bien con los jugadores de mi equipo

7. Salimos unos con otros siempre que sea posible

8. Trabajamos unidos como un equipo

9. Contacto con mis compañeros a menudo (teléfono, whatsApp, Internet,…)

10. Este equipo me brinda suficientes oportunidades para mejorar mis habilidades

11. Paso tiempo con mis compañeros de equipo

12. Nuestro equipo no trabaja bien junto

13. Seguiré en contacto con mis compañeros después de que termine la temporada

14. Estoy contento con el nivel de deseo de ganar de mi equipo

15. Nos mantenemos unidos fuera del campo

16. Mi forma de cómo jugar es la misma que la de mis compañeros

17. Contactamos a menudo unos con otros (teléfono, whatsApp, internet, etc.)

18. Nos gusta la forma en que trabajamos juntos como equipo

Cohesión Tarea: 1, 3, 5, 8, 10, 14, 16, 18; Cohesión Social: 2, 4, 7, 9, 11, 13, 15, 17. Ítems negativos: 6, 12.

INSTRUMENTO DE PROCESAMIENTO DE DATOS:

Instrumento de procesamiento de datos.xlsx

PROTOCOLO:

Se comenzara tomando diagnostico con el instrumento de recolección de datos mencionado, a través de una encuesta por formulario google, enviando por WhatsApp. Para luego empezar con las actividades propuestas.

Las actividades propuestas son:

Actividades Fuera del horario de entrenamiento.

- Cenas:

  Dentro de la jerga del futbol a estas cenas se la denomina típicamente como “asado” dentro de estas reuniones se procederá a realizar juegos de cartas como el truco con equipos conformados por aquellos que no tengan mucha afinidad. Los equipos los procederá a conformar el cuerpo técnico.

  Se cierra la actividad con karaoke conformado por esos equipos de truco.

  La actividad tendrá una duración total de 4 horas aproximadamente. Siendo el partido de truco previo a la cena, pos cena el karaoke.

  Cronograma:

  Una vez por semana, los días jueves, luego de finalizar el entrenamiento.

  1. Desde las 20 h a 21:30 h partidas de truco.
  2. Desde las 21:30 h hasta las 22:30/23 h, cena.
  3. Luego de la cena, hasta las 12 h karaoke.

- Realización de trabajos en reacondicionamiento de material de entrenamiento:

  Muchos de los jugadores de la investigación son alumnos de una EPET, lo cual están capacitados para soldar, cortar, ensamblar, etc. Se usara esa educación para armar y reparar mini arcos de distintas medidas para los entrenamientos, ensamblando, soldado, pintando y colocándole red. La actividad tendrá 2 jornadas de 5 horas aproximadamente.

  Cronograma:

Los días sábados dentro de lo que dura la investigación, a partir de las 14 h.

Primer encuentro:

1. Desde las 14 h hasta las 16 h soldadura y modificación de arcos a reparar.
2. Desde las 16 h hasta las 18 h pintado de los arcos
3. Desde las 18 h hasta las 19 h merienda grupal.

Segundo encuentro:

1. Desde las 14 h hasta las 16 h, ensamblado y soldadura de arcos nuevos.
2. Desde las 16 h hasta las 16 h, pintado de arcos nuevos
3. Desde las 18 h hasta las 19 h, merienda grupal

Actividades dentro del horario de entrenamiento

- Entradas en calor en parejas con poca afinidad (cohesión social)
    1. Desde mi posición dentro del cuerpo técnico (Preparador Físico), elimine las entradas en calor convencionales y dedico 10’ a 15’ para la activación por medio de ejercicios de zona media.
       La dinámica es: Distintos ejercicios donde necesiten de la ayuda de un compañero. Esas parejas no serán las de mayor afinidad (cohesión social), si no que serán elegidas por el cuerpo técnico.
       Cronograma: Todos los días de entrenamiento, durante la entrada en calor. De 10’ a 15’
- Trabajo intermitente con pelotas de mucha intensidad y carga:

  La finalidad del ejercicio es que uno de los equipos mantenga la posesión de la pelota dentro de un cuadrado, mientras que otro trate de recuperarla. El tercero equipo espera el pase del primer equipo, dentro de uno de los cuadrados.

  En la ilustración 1, se puede observar como el equipo azul tiene la posesión, mientras que el equipo rojo trata de recuperarla. En otro cuadrado espera la pelota el equipo naranja, quien tendrá que mantener la posesión durante 6 pases, para poder cambiarla nuevamente al equipo azul. Los jugadores rojos, que están dentro del pasillo de 10X25 que se observa al medio, tendrán la función de interceptar el pase, si esto no sucede, serán los encargados de ir a recuperar la pelota del lado de los naranjas, acompañado

por dos compañeros mas, mientras dos de los que ya trabajaron cumplen el rol dentro del pasillo.
En caso de que el equipo rojo recupere la pelota, el que tendrá que recuperar será el equipo que perdió la posesión de la pelota, repitiendo las acciones del equipo rojo en recuperación explicadas anteriormente.

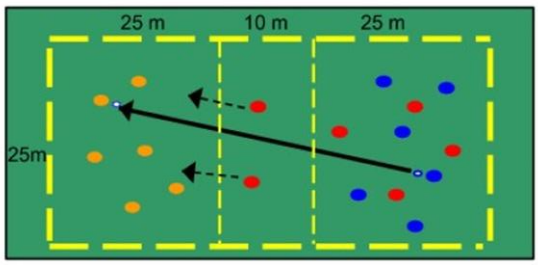


Ilustración 1

Cronograma: Dos veces por semana, luego de la entrada en calor. Con una duración de 36' totales, intervalos de 10'. Descanso 2'

Todas las actividades serán llevadas a cabo desde 02/10/2022 hasta 30/10/2022.

Luego se volverá con la recolección de datos mediante el test, para evaluar y concluir resultados.

RECURSOS:

Materiales

- A través de un formulario Google
- Afiches
- Soldadora, moladora, electrodos, caños

Humano

-Psicólogo

-Prof. de Educación Física

-Director Técnico de futbol

Económicos

- Donación de materiales

CRONOGRAMA:

Las actividades se desarrollaron de la siguiente manera: desde el 02/10/2022 hasta 30/10/2022.

Actividades Fuera del horario de entrenamiento.

- **Cenas:**

Todos los días jueves tras finalizar el entrenamiento. (4 jueves)

Duración aproximada 4 horas por encuentro

- **Realización de trabajos en reacondicionamiento de material de entrenamiento:**

  Dos fines de semana.
  Sábado: 8/10/22
  Sábado: 22/10/2022
  Duración 5 horas por encuentro

Actividades dentro del horario de entrenamiento:

- **Entradas en calor en parejas con poca afinidad**

  4 semanas de lunes a jueves.
  Semana 1: Desde 03/10/2022 hasta 06/10/2022
  Semana 2: Desde 10/10/2022 hasta 13/10/2022
  Semana 3: Desde 17/10/2022 hasta 20/10/2022
  Semana 4: Desde 24/10/2022 hasta 27/10/2022
  Duración 10’ a 15’

- **Trabajo intermitente con pelotas de mucha intensidad y carga**

  Los días martes y miércoles
  Semana 1: 04/10/2022 y 05/10/2022
  Semana 2: 11/10/2022 y 12/10/2022
  Semana 3: 18/10/2022 y 19/10/2022
  Semana 4: 25/10/2022 y 26/10/2022
  Duración 36’ totales. 3 intervalos de 10’ con 2’ de descanso entre intervalo en 2 oportunidades.

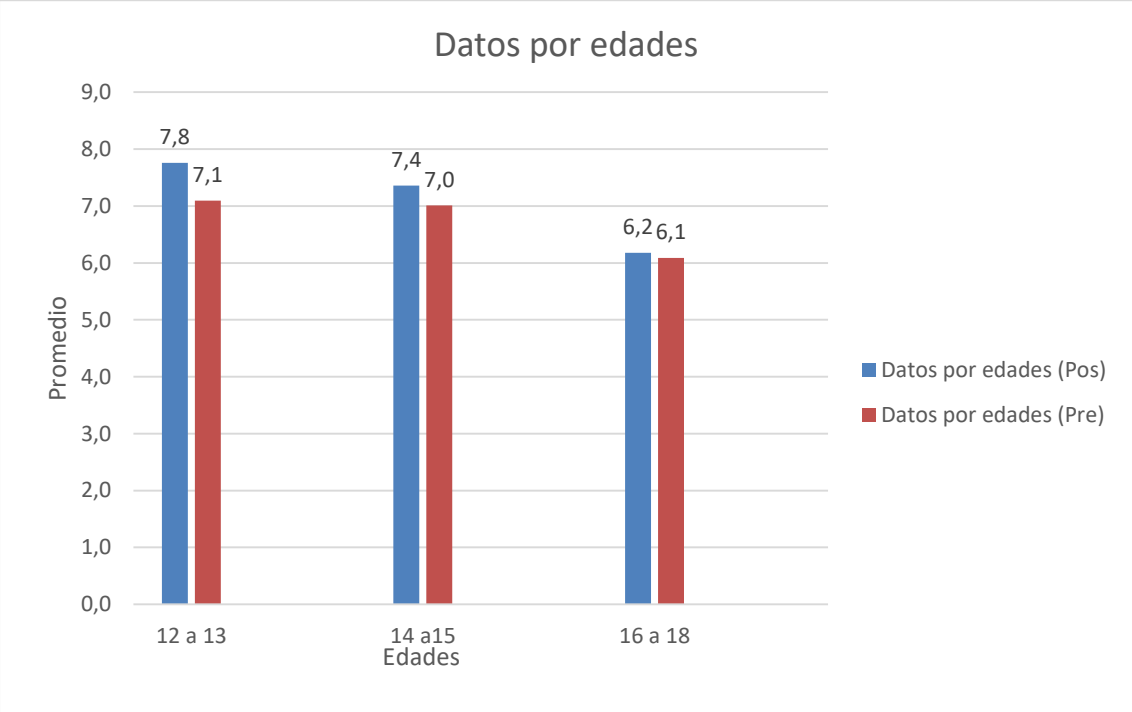
RESULTADOS

En los gráficos, se mostraran comparaciones del análisis de los resultados obtenidos en las dos recolecciones de datos. Pre y pos aplicación del programa. El análisis fue la obtención de promedios de las respuestas en el test de cada jugador, de ese promedio se rescató los datos por edades y puesto.

También se diferenció las preguntas del test que estaban orientadas a la cohesión tarea y a la cohesión social. Se realizó una suma de promedios de respuestas y se corroboro cuál de ellas sumo más puntos, para determinar cuál es la más influyente.

Se considera un aumento en todas las variables categóricas, como la que se observa en *ilustración 2,* arrojando datos por edades, las cuales estaban distinguidas por las 3 categorías competitivas de las inferiores.

Ilustración 2

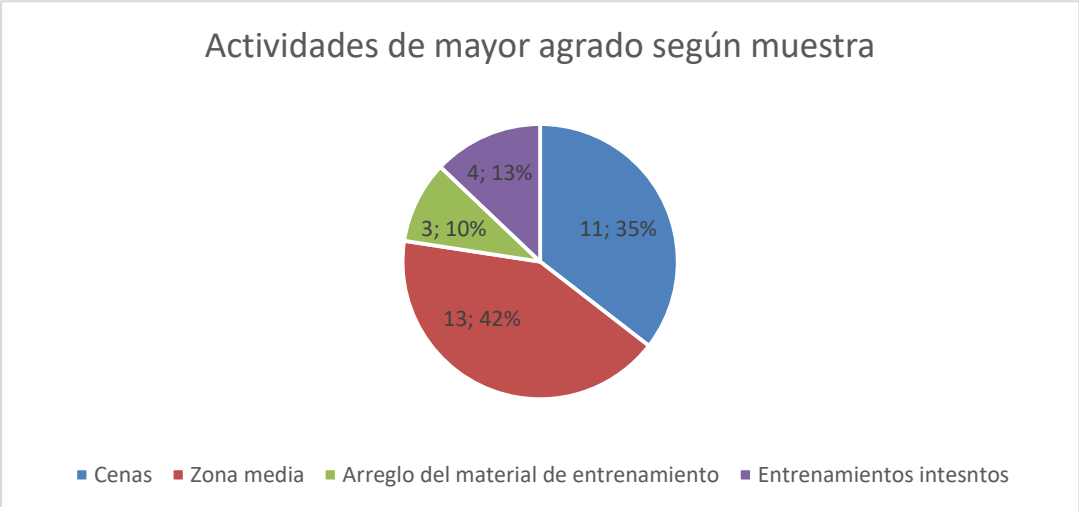


El rango de 12 a 13 años de edad, arrojo una mejoría de cohesión general de un 9.0%, prevaleciendo un mayor promedio en la cohesión social. El siguiente rango etario de 14 a 15 años de edad mostro una mejoría de un 5 %, en la cohesión general, pero demostrando más cohesión a la tarea que en lo social. Por último el rango de edad que va de 16 a 18 años de edad demostró muy poco aumento en la cohesión con una mejoría de 1.6% de aumento. Siendo más cohesionado en lo social.

Estos datos desmienten totalmente la segunda hipótesis donde decía que el rango de 14 a 15 años iba a prevalecer un 50% por encima de los demás rango etarios. Como se puede observar, la categoría de 12 a 13 años son las que más aumento de cohesión lograron pero muy debajo de lo que se esperaba.

Otro de los objetivos era también determinar cuáles de las actividades propuestas en el programa era la que más agradable para la muestra. Para determinar esto se le agrego al cuestionario las 4 actividades que se realizaron, donde tenían que elegir cual era la de mayor agrado según su perspectiva. Como se observa en la *Ilustracion 3* la actividad que más satisfacción les dio a nivel grupo es la de realizar la activación muscular mediante zona media en parejas de poca afinidad con un 42.13% de votos a la actividad, otra que gusta mucho es la de Cenas con un 35% de los votos.

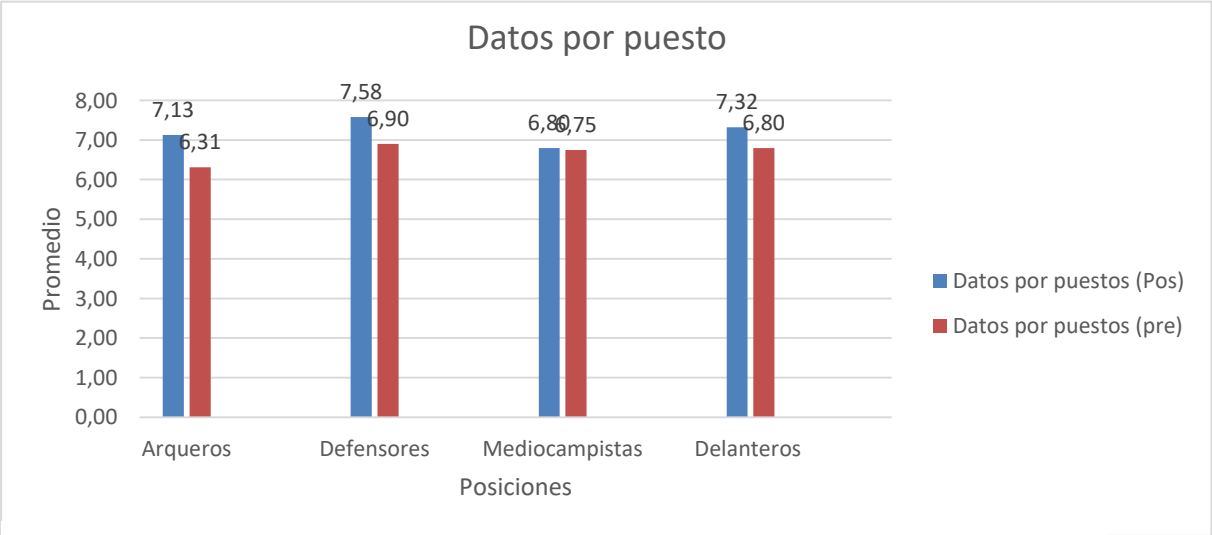
Ilustración 3



Podemos decir que la hipótesis de que la convivencia en cenas no es la que mayor cohesión logra, pero no estaba tan errónea ya que es la que está en segundo lugar, dentro de las que se aplicaron.

También se pudo comparar la cohesión agrupada por puestos, como se puede ver en la *ilustración 4.*

Ilustración 4

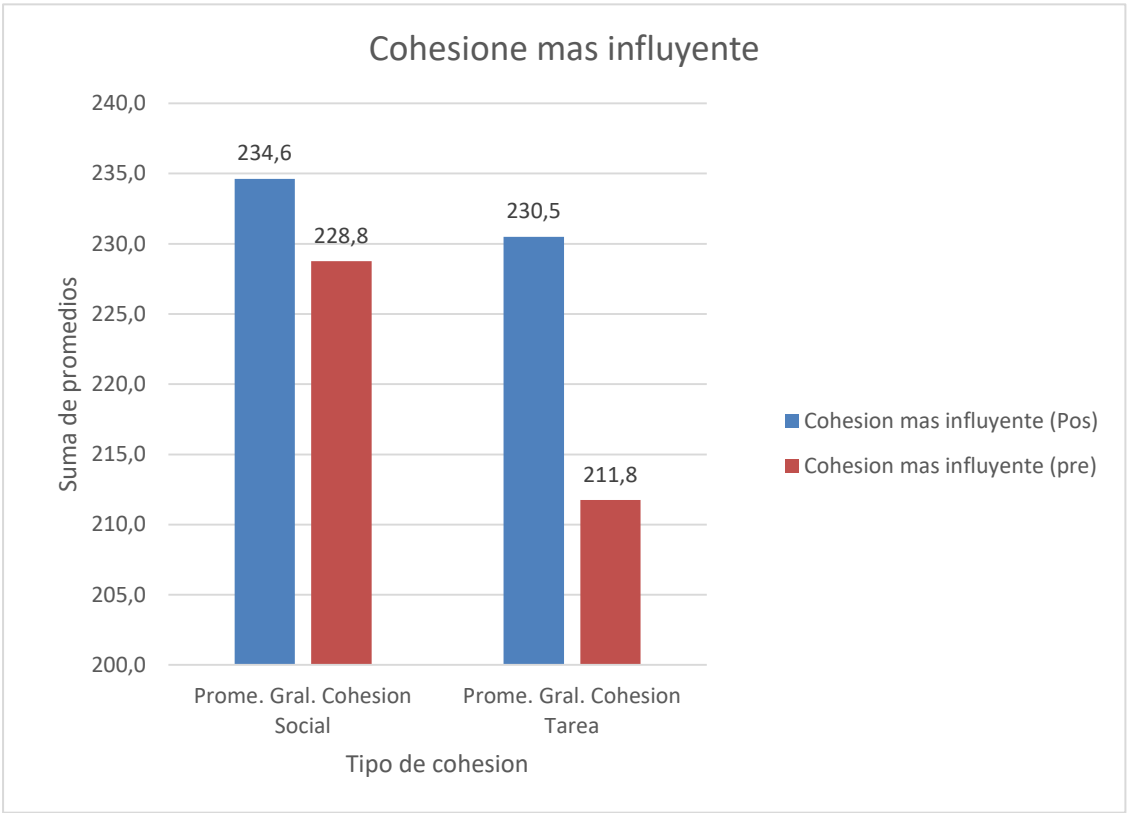


En esta tabla se aprecia que la posición donde más aumento la cohesión es la de la de los arqueros con un 12%, seguida de los defensores con un 9%. Los que menos aumento demostraron fueron los mediocampistas con un 0,7% de aumento. De todas maneras en el testeo pre aplicación del programa, todos los valores promediados dieron por encima del 6 mientras que el testeo pos aplicación del programa por encima de 7, menos los mediocampistas. Mediante estos datos podemos decir que el puesto puede influir en la cohesión argumentando que eleva el promedio general de los datos si uno aumenta considerablemente.

La hipótesis donde decía que el puesto no incidía en la cohesión grupal es errónea, ya que si puede influir.

Uno de los últimos objetivos era determinar cuál cohesión era la más influyente en la muestra. En la *Ilustración 5* Se corrobora los datos obtenidos.

Ilustración 5



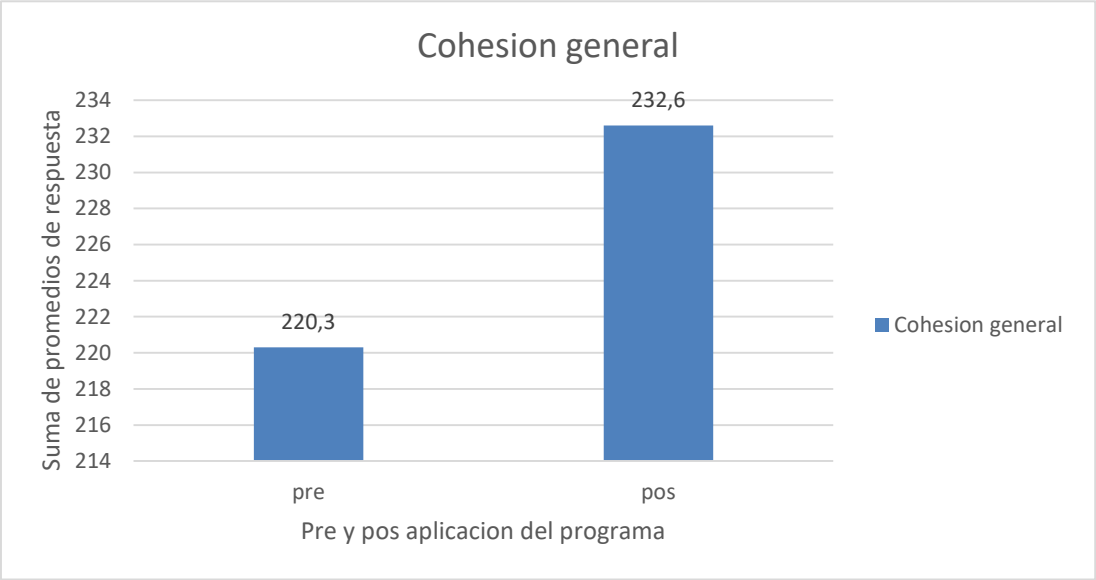
En la recolección de datos pre y pos aplicación, nos determinó que la cohesión social era la más influyente teniendo más puntos en la suma de promedios de respuesta de las preguntas orientadas a esa dimensión. No solo eso, sino que la segunda toma de datos determino que la cohesión social aumentó un 2%. En cuanto a la cohesión tarea, era más bajo el resultado de la suma de promedio

con respecto a la cohesión social, pero demostró un aumento tras la aplicación del programa, aumentando un 8.8%.

La última hipótesis donde decía que la cohesión social prevalecía un 70% sobre la cohesión de tarea no es del todo errona, ya que la cohesión social prevalece sobre la cohesión tarea pero en un 8% pre aplicación del programa y un 1% pos aplicación.

El objetivo general se considera logrado al haber un aumento en la cohesión en general un 5%, lo que desmiente la hipótesis sumamente optimista de que la cohesión aumentaría un 70%. *Ilustracion 6*

Ilustración 6



DISCUSION

Tomando en cuenta las investigaciones de nuestro marco teórico, donde los estudios son similares, podemos decir que en ambos casos para medir la cohesión se utilizó otro instrumento para recolectar datos, pero lo más importante es la forma de analizar esos datos. Donde en ambas investigaciones citadas fueron análisis estadísticos mediantes determinas software. Si bien es algo que se puede aplicar en la presente investigación, se decido contrastar la dos toma de datos con la suma de promedios según las variables categoría y de objetivo general.

La aplicación de estos programas indiferentemente de la propuesta pueden ayudar al aumento de la cohesión grupal de equipos deportivos, no solo aplicable al futbol.

Ambos estudios muestran un aumento en la cohesión, al igual que en el presente. Aunque no en todos los casos fueron los resultados esperados.

En el primer estudio citado se pudo ver un aumento de la cohesión tarea de un 2,4 %, mientras que en la cohesión social hubo un 13% de aumento. En el segundo estudio citado, se vio un 6% de aumento en la cohesión tarea, mientras que en la cohesión social un 40% de aumento.

La aplicación del primer estudio citado fue con la aplicación de 1 mes de programa, al igual que la presente investigación, lo cual se considera muy poco tiempo para logar una cohesión grupal considerable buena, (por encima del 50%). Muy lejos también de la obtenida en la presente investigación. (5 % de aumento)

Otro dato significativo fue que en todas las investigaciones en cuestión (la presente y las dos citadas), la cohesión social prevaleció siempre sobre la cohesión tarea. Muchas veces se confunde que el tener un grupo unido socialmente, lleva a lograr los objetivos de tarea, pero lo que aquí respecta, es que puede haber una gran cohesión social, pero no haber cohesión hacia la tarea.

CONCLUSION

Empezando desde el objetivo general, que se refería a lograr un aumento en la cohesión grupal, luego de la aplicación del programa, podemos decir que se cumplió dentro del grupo estudiado, aunque no con los valores esperados. La hipótesis fue refutada, debido a que se esperaba un aumento de cohesión de un 70% y se logró solo un 5%.

Si nos referimos a las variables categóricas, se consideraba un aumento en determinado rango etario por las cualidades de cohesión que se percibían mediante la observación, de ahí nace la hipótesis optimista. Pero no sucedió así, ya que el rango etario que más demostró cohesión luego de la aplicación del programa fue de 12 a 13 años de edad, logrando un aumento de un 9%, lo que refuta totalmente la hipótesis de que el rango etario que iba a prevalecer era de 14 a 15 años de edad, con un 50% de aumento sobre los otros rangos.

Se creía que las cenas, o como lo denomina la muestra, “asados”, era la actividad que más iba a generar agrado, pero no fue así ya que la interacción en las entradas en calor consiguió conformar un clima agradable, conociendo y empatizando con aquellos jugadores que no tenían afinidad. Lo que refuta la tercera hipótesis, de que las cenas se consideraban como favoritas siendo elegida por el 50 % de la muestra. Esto no sucedió, ya que la más elegida fue la interacción en las entradas en calor en parejas de poca afinidad.

El puesto era uno de los puntos a determinar si incidía o no en el nivel de cohesión, lo que se concluyó que podía determinar ya que los Arqueros

tuvieron un significativo aumento de cohesión, lo que hace elevar el promedio general. Lo que refuta la cuarta hipótesis, donde decía que el puesto no influía en la cohesión grupal.

Por último se creía que la cohesión social dentro de la muestra era la más influyente. Lo que fue comprobado gracias a la suma de los promedios de las respuestas de esa dimensión, diferenciando con los resultados promediados de la cohesión tarea. Si bien afirma la última hipótesis, donde mencionaba que la cohesión social prevalecería un 70% sobre la cohesión tarea, no fue con el valor esperado, ya que prevaleció, pero en un 1%.

Es necesario plantear la aplicación del programa en un lapso de tiempo mucho más largo que el de la presente investigación, por lo menos 1 año. Para poder evaluar también a lo largo de la temporada si la buena cohesión grupal hace a los buenos resultados deportivos.

ANEXOS

Referencias bibliográficas

- Basdemir D, Rogol AD. Maduración puberal. 2000. En: Argente Oliver J, Carrascosa Lezcano A, Gracia Bouthelier R, Rodríguez Hierro F, ed. Tratado de Endocrinología Pediátrica y de la Adolescencia (2ª edición). Madrid: Doyma; p. 843-66.
- Borrás Santisteban, T. (2014). Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad. *Correo Científico Médico*, *18*(1), 05-07.
- Canales; Alvarado; (1994) Pineda Metodología de la investigación
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport groups: interpretations. Journal of Sport Psychology, 4, 123-138
- Carless, S.A., y De Paola, C. (2000). The measurement of cohesion in work teams. Small Group Research, 31, 71-88.
- Díez, Á., & Márquez, S. (2005). Utilización de sociogramas para la valoración de la cohesión interna de los jugadores de un club de fútbol. *European Journal of Human Movement*, (14), 37-52.
- Dion, K.R. (2000). Group cohesion: From «field of forces» to multidimensional construct. Group Dinamics: Theory, Research and Practice, 4, 7-26.
- Figueiras, O. G. (2007). Cohesión de equipo. *Lecturas Educación Física y Deportes*, *12*(114).
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal, M., & Hidalgo, M. (2017). Pubertad y adolescencia. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, *5*(1), 7-22.
- López-Gajardo, M. A., Ramírez-Bravo, I., Díaz-García, J., Tapia-Serrano, T., & Leo, F. M. (2021) Validación del youth sport environment questionnaire al español (yseq-s) con jóvenes jugadores validation of the youth sport environment questionnaire in spanish (yseq-s) with young.
- Marcos, F. M. L., Calvo, T. G., González, I. P., Miguel, P. A. S., & García-Mas, A. (2009). Aplicación de un programa de intervención para la mejora de la cohesión y la eficacia en jugadores de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del deporte*, *9*(1), 73-84.

- Méndez Delgado, J. Á. (2018). *Programa de intervención psicológica para el desarrollo de cohesión e identidad deportiva en jóvenes deportistas* (Doctoral dissertation, Universidad Autónoma de Nuevo León).
- Mohammad Ali Eshghi , Ramin Kordi , **Amir Hossein Memari**, Ahmad Ghaziasgar , Mohammad-Ali Mansournia , y Seyed Hojjat Zamani Sani (2015) Validez y confiabilidad de la versión en farsi del Cuestionario sobre el entorno deportivo juvenil Revista de medicina deportiva
- Muller, F. L. (2011) *Historia de la psicología. De la antigüedad a nuestros días.* México: FCE
- Pedro, N. M. S., & Oslé, J. E. T. (2021). COHESIÓN GRUPAL DE EQUIPOS MASCULINOS DE FÚTBOL SALA DE LA UNIVERSIDAD DE LA HABANA. *Revista cubana de psicología*, *3*(3).
- Pelaitai, J. M. (2013). Cohesión grupal: como un factor positivo para un mejor rendimiento de equipo. (Tesina de Licenciatura en psicología). Facultad de psicología, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.
- Rosas, C. C. (2001). Indicadores de cohesión grupal a considerar para su diagnóstico. *Acta odontológica venezolana*, *39*(2), 4-9.
- Scaccia, F (2015), la cohesion grupal en un equipo de futbol adolescente.
- Vinués, N. (2013). Aplicación de un programa de actividades para el aumento de la cohesión y la eficacia percibida en un equipo de fútbol. *Psicología aplicada al fútbol: Jugar con cabeza*, 247.
- Weinberg, R, S y Gould, D. (2010) Cohesión de grupo. En weinberg, R, S y Gould, D (Ed.). Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico. (pp. 181-204). Madrid, España: Editorial Médica Panamericana S.A