



UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

TESIS DE GRADO

TÍTULO A OBTENER: LIC.EN PSICOLOGÍA

***RELACIÓN ENTRE LA AUTOEFICACIA PERCIBIDA Y LA COHESIÓN DE
EQUIPO EN JUGADORES FÚTBOL 11***

ALUMNO: Ormazábal Iván Daniel

LEGAJO: A0990005317-PE00098

TUTOR: Lic. Morillo Marcelo Alejandro

Junio 2021

Agradecimientos

Brindo mi más sentido agradecimiento a mi familia, por acompañarme y apoyarme incondicionalmente durante todo este proceso.

A mis padres, porque gracias a ellos soy quien soy. Por creer en mí y en mis metas, siempre dándome ánimos a seguir.

A mi tutor, Lic. Marcelo Morillo, un gran profesional que me facilitó sus conocimientos sobre la temática y me acompañó durante la realización de este proyecto.

A los miembros del Quilmes Atlético Club y a los jugadores que con tanta predisposición participaron del estudio. Les agradezco por brindarme la posibilidad de llevar adelante esta tesis.

Por último, a aquellos amigos que me acompañaron siempre y a las personas que he conocido transitando este camino por la universidad. Gracias por compartir conmigo los buenos y los malos momentos.

A todos ellos, *muchas gracias*.

Resumen

El objetivo del presente trabajo es investigar la relación entre la Autoeficacia Percibida y la Cohesión de Equipo en jugadores masculinos de fútbol 11; entendiendo que, al tratarse de un deporte colectivo, las dinámicas que se ponen en juego dentro de cada equipo guardan relación no sólo con su eficacia sino también con su rendimiento deportivo (Carron et al., 2002; Heuzé, Raimbault & Fontayne, 2006; Lázaro & Villamarín, 1997; Myers, Feltz & Short, 2004; Ramzaninezhad et al., 2009).

Se tomó una muestra no probabilística por conveniencia del investigador de 83 jugadores masculinos del Quilmes Atlético Club, con una edad promedio de 17,49 años (DT= 1,35; Mediana= 17 años; Máx.= 21 años; Mín.= 16 años); a los cuales se les administró el *Cuestionario de Ambiente de Equipo (GEQ)* (Carron, Widmeyer, & Brawley, 1985) en su versión actualizada y adaptada al castellano por Leo et al. (2015); el Cuestionario de Autoeficacia en Defensa y Ataque, diseñado por García Naveira Vaamonde (2018) y un Cuestionario de variables sociodemográficas ad-hoc. Los datos recopilados fueron procesados a través del software IBM-SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versión 20.

Los resultados permitieron corroborar una relación estadísticamente significativa directa entre la Autoeficacia en Defensa y la dimensión Atracción Grupal hacia la Tarea de la variable Cohesión de Equipo. Además, se hallaron diferencias estadísticamente significativas con variables sociodemográficas presentes en el cuestionario, tales como el tiempo que juega en el equipo y si realiza otro deporte.

Entre las principales conclusiones, se destaca que la mayoría de los jugadores se perciben como autoeficaces tanto en la defensa como en el ataque. Asimismo, presentan

un grado elevado de atracción grupal, tanto hacia la tarea como hacia lo social, sin embargo, los valores tienden a descender en lo que respecta a la integración individual.

Palabras clave: Autoeficacia – Cohesión de equipo – Jugadores de fútbol – Psicología del deporte.

Abstract

The objective of this work is to investigate the relationship between Perceived Self-efficacy and Team Cohesion in male soccer players; understanding that, since it is a collective sport, the dynamics that are put into play within each team are related not only to its effectiveness but also to its sporting performance (Carron et al., 2002; Heuzé, Raimbault & Fontayne, 2006; Lázaro & Villamarín, 1997; Myers, Feltz & Short, 2004; Ramzaninezhad et al., 2009).

A non-probabilistic sample was taken for the convenience of the researcher of 83 male players from the Quilmes Atlético Club, with an average age of 17.49 years (SD = 1.35; Median = 17 years; Max. = 21 years; Min. = 16 years). The instruments administered were the Team Environment Questionnaire (GEQ) (Carron, Widmeyer, & Brawley, 1985) in its updated version adapted to Spanish by Leo et al. (2015); the Self-Efficacy in Defense and Attack Questionnaire, designed by García Naveira Vaamonde (2018) and a Questionnaire of ad-hoc sociodemographic variables. The collected data were processed through the IBM-SPSS software (Statistical Package for the Social Sciences), version 20.

The results allowed to corroborate a direct statistically significant relationship between Self-Efficacy in Defense and the dimension Group Attraction towards the Task of the Team Cohesion variable. In addition, statistically significant differences were found with sociodemographic variables present in the questionnaire, such as the time spent on the team and if they did another sport.

Among the main conclusions, it stands out that most of the players perceive themselves as self-effective both in defense and attack. Likewise, they present a high

degree of group attraction, both towards the task and towards the social, however, the values tend to decline with regard to individual integration.

Keywords: Self-efficacy - Team cohesion - Soccer players - Sport psychology.

Índice General

Agradecimientos	2
Resumen.....	3
Abstract	5
Índice General	7
Índice de Gráficos.....	9
Índice de Tablas.....	10
Capítulo I.....	11
1. Introducción	11
1.1. Planteamiento del Problema.....	11
1.2. Relevancia y Justificación.....	13
1.3. Viabilidad de la Investigación	14
1.4. Objetivos	14
1.5. Hipótesis.....	15
Capítulo II	16
2. Marco Teórico	16
2.1. Autoeficacia Percibida	16
2.2. Cohesión de Equipo	26
2.3. Antecedentes Sobre el Tema	36
Capítulo III	44
3. Metodología de la Investigación	44
3.1. Tipo de Estudio y Diseño	44

3.2. Muestra y Muestreo	45
3.3. Instrumentos	45
3.4. Procedimiento.....	46
Capítulo IV	48
4. Resultados	48
4.1. Caracterización de la Muestra	48
4.2. Descripción de las Variables.	49
4.3. Prueba de Normalidad.....	51
4.4. Análisis de Correlación entre Variables.....	51
4.5. Análisis de las Diferencias Grupales	52
Capítulo V.....	54
5. Discusión.....	54
5.1. Limitaciones.....	55
5.2. Líneas Futuras de Investigación.....	56
Bibliografía	57
Anexos.....	70
Cuestionario Sociodemográfico	70
Cuestionario de Ambiente de Equipo	71
Cuestionario de Autoeficacia en Defensa y Ataque	73

Índice de Gráficos

Gráfico 1. Descripción de la Variable Tiempo en el Equipo.....	48
Gráfico 2. Descripción de la Variable Realiza Otro Deporte.	49

Índice de Tablas

Tabla I. Descripción de la Variable Autoeficacia.	49
Tabla II. Descripción de la Variable Cohesión de Equipo.	50
Tabla III. Prueba de Normalidad.	51
Tabla IV. Análisis de Correlación entre Variables.	51
Tabla V. Diferencias Grupales Según la Variable Sociodemográfica Tiempo en el Equipo.	52
Tabla VI. Diferencias Grupales Según la Variable Sociodemográfica Realiza Otro Deporte.	53

Capítulo I

1. Introducción

1.1. Planteamiento del Problema

De acuerdo con los planteamientos de Leo Marcos et al. (2011), en múltiples situaciones, se ha podido observar de qué manera equipos con niveles muy inferiores a otros lograban una victoria de forma sorpresiva o, incluso equipos con niveles sumamente altos, no lograban conseguir las expectativas creadas. Si bien con cierta frecuencia, estos resultados son atribuidos a factores externos y difíciles de controlar (como la suerte), la comunidad científica se ha interesado por esclarecer cuáles son los factores que permiten explicar dichos resultados. De esta manera, se han establecido líneas de investigación acerca de diversos tópicos como la importancia de la unión entre jugadores, la satisfacción de sentirse parte de un grupo, las relaciones interpersonales y la confianza, tanto en las capacidades individuales como en las del grupo. Una serie de investigadores (Carron et al., 2002; Heuzé, Raimbault & Fontayne, 2006; Lázaro & Villamarín, 1997; Myers, Feltz & Short, 2004; Ramzaninezhad et al., 2009) concuerdan en determinar que es así como la dinámica interna de los equipos deportivos cuando se trata de deportes colectivos influye en cierta forma en la obtención de una mayor eficacia y rendimiento por parte del equipo. Los autores terminan por concluir que el estudio de la cohesión grupal y la eficacia percibida representa un tema de investigación relativamente reciente pero que ha generado interés en el campo de la investigación.

La cohesión grupal se define como “un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido con la finalidad de conseguir sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros” (Carron, Brawley & Widmeyer, 1998, p.213). A la hora de trabajarla, en general, los entrenadores deportivos se centran solamente en mejorar aspectos sociales

de diversas formas (por medio de reuniones, concentraciones, cenas, eventos, actividades multideportivas y extradeportivas, entre otras) (Voight & Callaghan, 2001; Yukelson, 1997). Sin embargo, y partiendo del objetivo de optimizar el rendimiento deportivo, muy pocos de estos entrenadores se centraron en mejorar la cohesión a la tarea (Bloom, Stevens & Wickwire, 2008; Leo et al., 2009; Newin, Bloom & Loughhead, 2008; Senécal, Loughhead & Bloom, 2008). Cuando hablamos de cohesión, nos referimos a un constructo que tiene dos factores diferenciados: la cohesión social (refleja el grado en que los miembros de un equipo interaccionan y disfrutan de compañerismo del grupo) y la cohesión orientada a la tarea (refleja el grado en que los miembros del equipo trabajan en conjunto para lograr objetivos comunes). Esta diferenciación podría explicar por qué existen situaciones en las que el rendimiento en las competencias es óptimo, a pesar de que existan malas relaciones entre los miembros del equipo (Carron & Ball, 1977; Carron, Widmeyer & Brawley, 1985; Carron et al., 1998).

Con relación a la eficacia percibida, es posible hallar diversas investigaciones que han buscado evaluarla a partir de las opiniones de los jugadores y/o de los entrenadores. Estos estudios (Alzate et al., 1997; Andrade Bastos et al., 2005; Bandura, 1997; Chase, Lirgg & Feltz, 1997; Lent & López, 2002) revelaron la importancia del constructo. En el año 1997, Bandura definió la eficacia percibida como la creencia de un individuo en sus capacidades para organizar y ejecutar una tarea específica con éxito, en la consecución de un mayor rendimiento, fundamentalmente a nivel individual. Por su parte, Lent y López (2002) destacaron su importancia en la percepción de los compañeros y la definieron como la creencia por parte de los jugadores en las capacidades de sus compañeros para el desarrollo adecuado de las exigencias del deporte.

En cuanto a la relación entre cohesión y eficacia, es posible destacar que existen pocos estudios que relacionen la cohesión con la autoeficacia percibida, es decir, tomando en consideración la medición de la eficacia en forma individual (Leo et al., 2008; Leo et al., 2010). Sin embargo, es posible hallar estudios en los que se relaciona la cohesión, la eficacia colectiva y el rendimiento grupal (Heuzé et al., 2006a; Heuzé et al., 2006b; Kozub & McDonell, 2000; Paskevich et al., 1999; Spink, 1990). Dichos estudios afirman que los jugadores que desarrollan percepciones más fuertes sobre la eficacia colectiva del grupo son aquellos que perciben mayor cohesión dentro de sus equipos.

Por todo lo hasta aquí mencionado, la pregunta de investigación es la siguiente:

¿Cuál es la relación entre la cohesión de equipo y la autoeficacia percibida por jugadores masculinos de equipos de fútbol 11 del Quilmes Atlético Club?

1.2. Relevancia y Justificación

El presente estudio permitirá incrementar el conocimiento sobre la temática abordada. En este sentido, será posible identificar distintos niveles de autoeficacia en ataque y autoeficacia en defensa en los jugadores de fútbol 11 y su relación con la cohesión de equipo. A su vez, dependiendo de los resultados, el estudio podrá contribuir a las instituciones deportivas, a fin de que puedan comprender cuál es la relación entre la autoeficacia percibida y la cohesión de equipo en este contexto y, posteriormente, desarrollar herramientas que ayuden a promover la cohesión de los equipos y/o mejorar la autoeficacia de los jugadores en el ámbito deportivo.

En líneas generales, se considera relevante el estudio en cuanto al aporte de conocimientos que puede ofrecer al campo deportivo y, particularmente, a la institución deportiva Quilmes Atlético Club.

1.3. Viabilidad de la Investigación

La investigación es viable, pues se dispone de los recursos necesarios para ser llevada a cabo. Se contará con el consentimiento de cada uno de los jugadores que participen del estudio, a los cuales previamente se les informará que los datos brindados serán trabajados en forma anónima y no serán difundidos.

Asimismo, también se explicará que los resultados de la investigación serán utilizados sólo para fines académicos-científicos.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General.

Indagar la relación entre la Autoeficacia percibida y la Cohesión de Equipo en jugadores masculinos de equipos de fútbol 11 del Quilmes Atlético Club.

1.4.2. Objetivos Específicos.

- ✓ Caracterizar la muestra según variables sociodemográficas: Edad, Estado civil, Grupo de convivencia, Lugar de residencia, Hace cuánto tiempo juega, Hace cuánto tiempo juega en este equipo, Categoría en la que juega, Si realiza otra actividad deportiva además de fútbol.
- ✓ Analizar la autoeficacia percibida en sus dos dimensiones (Ataque y Defensa) de los jugadores de equipos de fútbol 11.
- ✓ Analizar las cuatro dimensiones específicas de la cohesión de equipo (Atracción grupal hacia la tarea, Atracción grupal hacia lo social, Integración individual en la tarea e Integración individual en lo social) de los jugadores de equipos de fútbol 11.
- ✓ Relacionar las dimensiones de la autoeficacia percibida con las dimensiones de la cohesión de equipo.

- ✓ Comparar las variables autoeficacia percibida y cohesión de equipo según variables sociodemográficas.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis General.

Existe relación significativa directa entre la Cohesión de Equipo y la Autoeficacia percibida por los jugadores masculinos de equipos de fútbol 11 del Quilmes Atlético Club.

1.5.2. Hipótesis Específica.

Un nivel alto de Autoeficacia Percibida en Defensa y Ataque se relaciona con altos niveles en las dimensiones de Atracción Grupal hacia la tarea e Integración individual en la tarea de la variable Cohesión de Equipo.

Capítulo II

2. Marco Teórico

2.1. *Autoeficacia Percibida*

La distinción conceptual realizada por Bandura (1977) entre expectativas de eficacia, también definida como autoeficacia, dieron origen a su teoría. Dicho concepto es definido por el autor como la capacidad que cada sujeto percibe para ejecutar exitosamente un comportamiento determinado; también guarda relación con las expectativas de la acción y de los resultados. De esta manera, se hace referencia a la percepción de una probabilidad de que ciertas consecuencias sean producidas por ciertos comportamientos. Ambas expectativas determinan, en gran medida, la elección de la conducta, actividades, acciones, el esfuerzo, la persistencia en la tarea seleccionada, los patrones de pensamiento y las respuestas emocionales.

Estas expectativas, de eficacia y de resultados, son concebidas como cogniciones particulares que se van modificando, lejos de ser variables globales y estáticas, éstas se construyen y se reelaboran constantemente de acuerdo con el procesamiento y la integración de la información proveniente de diversas fuentes, tales como: los logros del pasado, la observación de las conductas de otros, la persuasión verbal y la propia percepción acerca del estado fisiológico del organismo. En este sentido, es posible definir estas expectativas como las creencias actuales del sujeto, las cuales representan un reflejo de la historia particular del mismo y su proyección hacia el futuro. Según las fuentes de información mencionadas anteriormente, la propia conducta en el pasado se constituye como la más influyente, mientras que, la información transmitida por otros a través del lenguaje, resulta la menos influyente.

Cabe destacar que los determinantes de la conducta no pueden agotarse tan sólo con el reconocimiento de dichas expectativas, sino que, para que en un determinado

contexto se produzca una buena actuación, es necesario contar no sólo con altas expectativas de eficacia y resultados, sino con habilidades y recursos materiales que permitan llevar a cabo dicho accionar (Bandura, 1977).

De acuerdo con Balaguer, Escartí y Villamarín (1995), desde comienzos de la década de los ochenta se ha estudiado la relación entre la autoeficacia y la ejecución en actividades deportivas y motoras tales como natación, tenis, gimnasia, hockey, tiro olímpico, carreras de maratón, entre otras. Algunas de estas investigaciones son las desarrolladas por Jiménez (1990) y Feltz (1992), las cuales, dependiendo de cómo se considere la autoeficacia, pueden clasificarse en dos amplias categorías. La primera de ellas, considera la autoeficacia como una variable dependiente en la cual tienen incidencia diversas fuentes de información acerca de la capacidad para llevar a cabo una actividad. Este tipo de investigaciones suelen ser de carácter experimental y se basan en una comparación entre la autoeficacia, la ejecución y el impacto diferencial de cada una de las diversas fuentes de información. Además, se suele llevar a cabo una manipulación indirecta de la autoeficacia y luego realizar un análisis de la influencia de dicha manipulación en la ejecución motora. La segunda, considera la autoeficacia como una variable independiente que influye sobre la ejecución de actividades físicas y deportes. Estas investigaciones, a diferencia de las anteriores, suelen ser tanto de carácter metodológico experimental como observacional. En este último, se realiza una evaluación de la autoeficacia con relación a las actividades deportivas para luego examinar de qué manera se relaciona con la conducta. Sin embargo, ambas categorías parten del mismo supuesto teórico basado en la idea de que la autoeficacia, como reguladora del esfuerzo y la persistencia, no sólo determina, en gran medida, el rendimiento en la ejecución de actividades motoras, sino que también resulta un predictor de dicho rendimiento.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, es posible destacar que, de acuerdo con la teoría de la autoeficacia propuesta por Bandura (1977), existen cuatro fuentes de información principales que tienen influencia en las expectativas de autoeficacia. Dichas fuentes son:

- Logros en la ejecución y la Autoeficacia: McAuley (1985) y Weinberg, Sinardi y Jackson (1982) manifiestan, que la fuente de información de autoeficacia principal es la propia ejecución. Esto se debe a que las experiencias personales brindan información acerca de la capacidad del individuo para llevar a cabo una tarea concreta. De esta manera, la investigación en deporte y actividad física logra demostrar que, para mejorar las creencias de autoeficacia y ejecución, lo más efectivo por sobre otras fuentes de juicio parece ser las técnicas basadas en la ejecución. Esto se ha confirmado a partir de un cierto número de estudios tales como los de Feltz, Landers y Raeder (1979); McAuley (1985), Weinberg et al. (1982). Finalmente, se determinó que la experiencia personal en la ejecución de una tarea se constituye como la información que más influencia tiene sobre la autoeficacia y, que el feedback verbal por sí solo no ejerce la suficiente influencia como para lograr el aumento o disminución de las expectativas de autoeficacia (Feltz & Riessinger, 1990).

- Experiencia vicaria y Autoeficacia: Se basa en la observación o imaginación acerca de cómo otros sujetos llevan a cabo una tarea. Esta acción permite obtener información acerca de la tarea y sobre la capacidad para llevarla a cabo. Algunas investigaciones (Feltz, 1982; McCullagh, 1987) han demostrado que el rendimiento en diversas tareas motoras se ve facilitado a partir del modelado, a la vez que la percepción de autoeficacia acerca de dichas tareas se eleva (Feltz et al., 1979; Gould & Weiss, 1981; Lirgg & Feltz, 1991; McAuley, 1985). Se ha comprobado a partir de la realización de modelado en vivo y modelado por medio de filmaciones que resulta una

fuentes de información cuya efectividad sobre las percepciones de autoeficacia depende de factores tales como las variables del observador (observar a otros sujetos realizando una acción resulta una fuente de información muy útil cuando quien observa nunca ha realizado la acción o ha tenido un contacto escaso con ella) o las características del modelo (existen aspectos que actúan como mediadores de los efectos de la influencia del modelado; estos son el status del modelo y su competencia). En este sentido, Lirgg y Feltz (1991) desarrollaron una investigación en la cual se concluyó que las personas ejecutaban mejor y tenían expectativas de autoeficacia más altas cuando observaban a un maestro con habilidad o a un compañero con habilidad, más que cuando observaban a un maestro poco hábil o a un compañero poco hábil. Por su parte, McCullagh (1987) detalló que los individuos que observan un modelo de alto status tienden a poseer un mayor rendimiento que aquellos individuos que observan un modelo de bajo status. Otras investigaciones como las de Brown y Inouye (1978), Gould y Weiss (1981) y McCullagh (1987) demostraron, con relación al nivel de ejecución y a las características personales, que cuando el modelo resulta similar al observador, la efectividad de modelo se condiciona a tal punto que resulta ser más efectivo al momento de influir en los observadores, mucho más que aquellos modelos que no son similares al observador. También, se detalló que la similitud del modelo y el observador influye en la autoeficacia y en la resistencia muscular, siendo mayores los niveles para aquellos sujetos que observaban un modelo similar. De esta manera, sus creencias de autoeficacia resultaron más elevadas y se mostraron más fuertes que las personas que observaban modelos diferentes.

- Persuasión verbal y Autoeficacia: en base a los postulados de Bandura (1977), la persuasión verbal es una estrategia de la terapia cognitiva que, en múltiples ocasiones, es utilizada como una forma de inducir una creencia a la persona. En este caso, dicha

creencia se basa en la idea de que cuenta con la suficiente capacidad para alcanzar aquello que desea. En torno a la investigación de la persuasión verbal en las expectativas de autoeficacia, se destacan las investigaciones de Weinberg (1985), Wilkes y Summers (1984) y Yan Lan y Gill (1984), quienes han utilizado técnicas persuasivas (por ejemplo: hablar con el sujeto acerca de su rendimiento en forma positiva y/o reinterpretar las emociones) como fuentes de información de autoeficacia. Sin embargo, los resultados de estos estudios no resultaron lo suficientemente concluyentes. Por su parte, Weinberg (1985) no halló relaciones entre la resistencia en la ejecución y el uso de estrategias verbales positivas. Otros de los investigadores (Yan Lan & Gill, 1984) descubrieron que la ejecución mejoraba cuando se les proporcionaba a los individuos un falso feedback y sugestión. Sin embargo, las expectativas de autoeficacia no aumentaban. Finalmente, Wilkes y Summers (1984) descubrieron que existía una relación entre las persuasiones que buscan inducir confianza a la persona y la intensidad de la ejecución, pero no se halló relación entre la persuasión y la percepción de autoeficacia. En otra investigación, llevada a cabo con una muestra de participantes en halterofilia o levantamiento de pesas, se encontró que el falso feedback positivo permite aumentar los juicios de autoeficacia y las ejecuciones futuras (Fitzsimmons et al., s.f.). Además, Feltz y Riessinger (1990), hallaron que el entrenamiento en técnicas de imaginación tiene efectos significativos para el aumento de la autoeficacia y la persistencia en la ejecución. Teniendo en cuenta los resultados ambiguos que se presentan en las diversas investigaciones, Balaguer, Escartí y Villamarín (1995) infieren que esta situación puede deberse a que cada uno de los investigadores emplea metodologías diversas en las técnicas de persuasión implementadas y en las experiencias personales de los individuos que participan en la tarea. Además, destacan que la credibilidad de la información persuasiva determina en gran parte el grado de

influencia de la persuasión. Por ejemplo, Weinberg (1985), en su estudio, no comentó a los participantes que su rendimiento podría verse elevado por la estrategia cognitiva empleada, por lo que puede considerarse que no se presentó un intento de persuasión en dicha investigación; Yan Lan y Gill (1984), por su parte, persuadieron a los participantes a creer que al igual que los buenos competidores podían tener el mismo patrón fisiológico, sin embargo, no fue posible comprobar que esta información haya sido creída por los sujetos. En esta misma línea, fueron Fitzsimmons y otros (s.f.) quienes buscaron indagar en su investigación, si los participantes creían o no el falso feedback y sí, éste tenía influencia en la autoeficacia de los sujetos. Wilkes y Summers (1984), finalmente, sí utilizaron la persuasión con el objetivo de generar un incremento en la confianza de los participantes del estudio. A partir de todas estas investigaciones se busca mostrar de qué manera se relacionan la persuasión verbal, la persistencia en la ejecución y la autoeficacia. De todas formas, cabe destacar que Feltz y Riessinger (1990) destacan que los efectos producidos pueden perderse al poco tiempo si experiencias repetidas de fracaso son experimentadas por el individuo. Por otra parte, tanto la credibilidad como el prestigio del persuador y las exigencias del sujeto para con la tarea tienen repercusión en el grado de influencia de la persuasión verbal por sobre la autoeficacia (Bandura, 1977).

- Estados fisiológicos y Autoeficacia: De acuerdo con Feltz y Riessinger (1990), cada sujeto toma parte de la información sobre su estado físico para juzgar sus capacidades, es por ello que, la activación autonómica no es el único aspecto en el cual se basan los indicadores fisiológicos de eficacia, sino que los individuos pueden también utilizar como indicadores de ineficacia física aspectos tales como la fatiga, la forma física, el miedo al ejercicio, entre otros. Se destacan los siguientes estudios en el campo de la actividad física y el deporte que buscan investigar la influencia que los

estados fisiológicos ejercen en la autoeficacia: Feltz (1982; 1988); Feltz y Mugno (1983); Kavanagh y Hausfeld (1986). En dichos estudios, se hallaron relaciones entre los estados emocionales del individuo (tales como felicidad y tristeza) y las expectativas de autoeficacia. Sin embargo, se observó que la variable estados emocionales no lograba predecir adecuadamente las expectativas de autoeficacia.

De acuerdo con Leo Marcos et al. (2011), en múltiples ocasiones, es posible observar de qué manera, ciertos equipos con niveles muy inferiores a otros obtienen victorias realmente sorprendentes o, incluso, equipos con altos niveles no logran alcanzar las expectativas esperadas. Aunque frecuentemente estos resultados son atribuidos a factores del ambiente que no pueden ser controlados tales como la suerte, estos resultados han generado interés en la comunidad científica, quien ha intentado a través del establecimiento de líneas de investigación, determinar cuáles son los factores que podrían explicarlos. Dichas líneas de investigación se han centrado en el grado de unión del equipo y su importancia, la satisfacción que produce el sentimiento de pertenencia a un grupo, el grado de confianza tanto en las capacidades individuales como en las del grupo y las relaciones interpersonales dentro del equipo (Carron et al., 2002; Heuzé, Raimbault & Fontayne, 2006; Lázaro & Villamarín, 1997; Myers, Feltz & Short, 2004; Ramzaninezhad et al., 2009). En las mismas, se destaca que la obtención de un mayor rendimiento por parte de un equipo se encuentra influenciada en gran parte por la dinámica interna del mismo en deportes colectivos. Es por ello que el estudio de la cohesión grupal en relación con la eficacia percibida cobra tanta relevancia, como un medio para aumentar el rendimiento del grupo.

Tomando los postulados de Feltz y Lirgg (1998), Heuzé et al. (2006); Myers, Payment y Feltz (2004; 2007) y Myers, Feltz y Short (2004), cuando se examinan deportes en equipo, una percepción elevada de la eficacia colectiva permite reflejar en

mayor medida la consecución del rendimiento del grupo. Se define la eficacia colectiva como aquellas creencias que son compartidas dentro del equipo acerca de sus capacidades, no sólo para organizar sino también para ejecutar acciones necesarias para la producción de determinados objetivos (Bandura, 1997). Otros autores como Lent y López (2002) defendieron la relevancia de que tiene la eficacia percibida por los compañeros, la cual fue definida como la creencia que poseen los jugadores acerca de las capacidades de sus compañeros para desarrollar las exigencias de su deporte en forma adecuada (Beauchamp & Whinton, 2005; Leo et al., 2010). Mientras que, Chase, Lirgg y Feltz (1997) también destacaron la importancia de la eficacia percibida por el entrenador, entendida como la percepción que tiene el entrenador acerca de las habilidades y capacidades de los jugadores con relación al buen desarrollo de las acciones del juego y el rendimiento del grupo (Hoyt et al., 2003; Leo et al., 2010). En torno a la relación entre cohesión grupal y autoeficacia, es posible detallar una serie de estudios que ponen de manifiesto dicha relación junto con el rendimiento grupal (Heuzé et al., 2006; Heuzé et al., 2006; Kozub & McDonnell, 2000; Paskevich et al., 1999; Paskevich, 1995; Spink, 1990). Dichas investigaciones destacan que aquellos equipos que perciben mayor cohesión dentro del grupo tienden a desarrollar percepciones más fuertes en torno a la eficacia colectiva. Sin embargo, es posible hallar distinciones entre ellas: por un lado, se encuentran quienes defienden que los aspectos que se encuentran más relacionados con la eficacia colectiva son aquellos referentes a la cohesión en torno a la dimensión tarea (Kozub & McDonnell, 2000; Paskevich et al., 1999); por el otro lado, se encuentran aquellos que manifiestan no hallar distinciones entre la dimensión social y la tarea (Spink, 1990).

Estevan, Álvarez y Castillo (2016) manifestaron que el estudio de la autoeficacia ha sido abordado desde dos perspectivas diferentes. La primera de ellas, fue desarrollada

por Ryckman et al. (1982), quienes analizaron la autoeficacia desde una perspectiva genérica. Algunos autores como Hu, McAuley y Elavsky (2005) criticaron dicha perspectiva alegando que se trata de un método cuyas correlaciones resultan modestas y vuelven dificultosa la predicción precisa del comportamiento individual en diversos ámbitos. La segunda perspectiva, fue desarrollada por Bandura (1997), quien diseñó un método más elaborado y afectivo en la valoración personal. Dicho método no sólo fue dirigido sino también aplicado a una tarea y un contexto específico. Además, se contemplaron 3 dimensiones:

1. **Fuerza:** se define la fuerza como el grado de certeza de los sujetos en la valoración de la tarea.
2. **Magnitud:** se define la magnitud como la cantidad de tareas que dan en distintos ámbitos.
3. **Generalidad:** se define la generalidad como el número de tareas que se dan en distintos ámbitos en las que el sujeto se siente eficaz.

De acuerdo con estas tres escalas específicas para la valoración de la autoeficacia, tanto los entrenadores como los psicólogos del deporte podrán contar con evidencias empíricas sobre las creencias que poseen los deportistas frente a la realización de una tarea específica (Bandura, 1997).

Castro y Edo (1994) detallaron que un alto nivel de autoeficacia percibida se constituye como un elemento que resulta de protección tanto para la salud física y mental como para el funcionamiento general del individuo. De esta manera, según Cole, Michel y Teti (1994) ayuda a disminuir las reacciones emocionales que producen en el individuo los sucesos demandantes y produce una mejoría en el cuidado físico (Yeager et al., 2006).

Además de las relaciones entre la autoeficacia y la determinación personal para la acción (entendida como la certeza de contar con la eficacia para actuar) propuesta por Bandura en el año 1997; Bäßler y Schwarzer (1996) hallaron también la existencia de una relación significativa entre la autoeficacia y la elección de actividades, mientras que otros autores (Vallenard & Bissonnette, 1992), la relacionaron con otros aspectos como la motivación, el esfuerzo, la persistencia dedicada a ciertas tareas, entre otros. En este sentido, Eccles y Wigfield (2002) explicaron que cuando un sujeto se percibe a sí mismo como sumamente capaz para la realización de terminada tarea, se muestra más interesado y comprometido, no sólo invierte más tiempo y esfuerzo, sino que además anticipa resultados y planifica metas. Esto es lo que la facilita el aumento del esfuerzo necesario para llevar a cabo la acción, la persistencia aun cuando se presenten adversidades o dificultades y un aumento del rendimiento como producto de un proceso de preparación exitoso.

Resulta importante destacar que el término autoeficacia no refiere a los recursos de los que se dispone sino a la valoración que cada persona posee acerca de lo que puede lograr con dichos recursos. En otras palabras, la percepción de la eficacia hace referencia no a las capacidades futuras, sino a aquellas con las que se cuenta en el momento presente para llevar a cabo una tarea de manera exitosa. En general, el concepto tiende a confundirse con la probabilidad de que, en el futuro, el sujeto posea o mejore sus capacidades. Sin embargo, resulta imperioso destacar que se trata de las creencias actuales para realizar, en un futuro, acciones de manera satisfactoria. En otras palabras, se sostiene que no son las capacidades para ejecutar los actos las que se encuentran expuestas al futuro, sino los actos mismos. De la misma manera, tampoco debe confundirse la percepción de capacidad con la comparación que el sujeto realiza

sobre sus propias capacidades y las capacidades de otros (Tschannen, Woolfolk & Hoy, 1998).

Según Guillén Rojas (2007), el término eficacia percibida hace alusión a las creencias que poseen los sujetos sobre sus propias capacidades para lograr ciertos resultados. En este sentido, no puede afirmarse que dicho sistema de creencias sobre la eficacia sea global, sino que se encuentra vinculado a determinadas tareas y determinadas capacidades que resultan más específicas que generales. Además, frecuentemente, suele confundirse el concepto con otros constructos tales como autoconcepto, locus de control expectativas de resultados o afrontamiento. Es por ello que los autores, destacan la importancia diferenciar estos constructos adecuadamente. En esencia, la autoeficacia ha referencia a una creencia del sujeto en sus capacidades de organización y ejecución de acciones necesarias para el dominio de terminadas situaciones específicos, mientras que, todos los demás constructos refieren más bien a la autoimagen del sujeto en forma global en una amplia gama de contextos (Márquez, 2006).

2.2. Cohesión de Equipo

García (2009) sostiene que, en los últimos años, la psicología ha tomado principal acción en el ámbito deportivo, lo cual ha cobrado importancia a raíz de los aportes al contexto deportivo que esta ciencia ha facilitado. De esta manera, ya sea en deportes individuales como en deportes de equipo, se ha apuntado a la preparación psicológica con la finalidad de producir mejoras en ciertas destrezas psicológicas tales como la motivación, la emoción, la ansiedad, la agresión, la atención, las actitudes, la concentración, los hábitos alimenticios, entre otras, que resultan necesarias para la práctica deportiva. Por otro lado, si nos referimos particularmente a deportes en equipo, existen ciertas destrezas (comunicación, cohesión, liderazgo, cooperación) que son

determinantes, ya que éstas permitirán la realización de intervenciones psicológicas con el propósito de beneficiar al equipo, de lograr su consolidación y de alcanzar los objetivos propuestos por éste.

Se define al equipo deportivo como un grupo de sujetos que trabajan en la realización de determinada tarea, que comparten una serie de responsabilidades con relación a los resultados del grupo, que se ven y que son vistos por otros como entidades sociales. Tal es así que es posible observar dentro del grupo una dinámica, a partir de la cual cada uno de los integrantes tiene la responsabilidad por la dirección y el involucramiento de su trabajo o rol con la finalidad de alcanzar el objetivo y de obtener el beneficio colectivo por sobre el beneficio individual (García Mas et al., 2006). De acuerdo con Carron (1991), es preciso establecer en los equipos deportivos una serie de normas o pautas de conducta que permitan evitar dificultades; dichas normas deben cumplirse necesariamente para desarrollar de la manera más óptima posible la cohesión del equipo, producir un aumento en su grado de obediencia de normas y evitar que las responsabilidades por el incumplimiento se atribuyan a un solo miembro del equipo como, por ejemplo, el cuerpo técnico.

En este punto, cabe destacar la importancia de la cohesión del equipo para su adecuado funcionamiento. Dicho constructo surge a partir de las afirmaciones de Festinger, Schacter y Back (1950), la cuales definen la cohesión como el reflejo de la suma de todas las fuerzas influyen en la unión del grupo y en su permanencia.

Carron (1982) propuso una definición en la cual se entiende la cohesión deportiva como *“un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y a permanecer unido en la búsqueda de sus metas y objetivos”* (p. 248). Particularmente, esta definición, comprende dos dimensiones: una de ellas refleja el grado en que los integrantes del equipo trabajan conjuntamente para lograr objetivos colectivos (cohesión

de la tarea); la otra refiere a la unión entre los integrantes del equipo, caracterizada por lazos de atracción interpersonal (cohesión social) (Carron, Widmeyer & Brawley, 1985; Carron, 1998). En este punto, cabe destacar que mientras la cohesión de tarea se encuentra basada en grado de implicancia del grupo con el logro de la meta, la cohesión social permite no sólo el desarrollo sino también la mantención de las relaciones sociales dentro del grupo (Carless & De Paola, 2000). Tanto la participación social como la participación orientada hacia la tarea conforman la cohesión de equipo. La participación en la tarea suele observarse con mayor facilidad en diversos momentos tales como la formación del grupo y los acuerdos de tareas y objetivos; los cuales una vez establecidos, darán lugar al desarrollo de la interacción social entre los miembros de equipo, quienes podrán dedicar tiempo a familiarizarse entre ellos (Carron & Brawley, 2000).

De acuerdo con Carron (1982) la cohesión de equipo es un constructo que ha cobrado especial interés en la Psicología del Deporte, lo que ha llevado a la creación de diferentes modelos que tienen como objetivo explicar la dinámica de la cohesión deportiva. El autor desarrolla un modelo (de gran reconocimiento y utilización en el campo) a partir de cuatro factores principales que actúan como antecedentes y que tienen influencia en la forma en que se desarrolla la cohesión. Dichos factores son: (1) Ambientales (fuerzas normativas que conservan la unión de los integrantes del grupo; por ejemplo: reglas de reclutamiento, pautas de convivencia, regulaciones contractuales), (2) Personales (características de cada uno de los individuos; por ejemplo: su condición física, técnica y/o psicológica, su experiencia o su historia deportiva), (3) De liderazgo (hace referencia no sólo al estilo sino también a los comportamientos del entrenador en interacción con los miembros del equipo) y (4) De equipo (hace referencia a aspectos tales como la tarea del equipo, las relaciones entre

los miembros, las normas de productividad, la estabilidad de los integrantes, entre otros).

Losada López, Rocha y Castillo (2012) proponen que la cohesión de equipo guarda relación con otros constructos de la psicología del deporte, tales como el rendimiento y el liderazgo.

En cuanto al rendimiento; Grieve, Whelan y Meyes (2000) sostienen que existe una relación causal entre ambas variables; de esta manera, el rendimiento tiene influencia positiva en el mantenimiento o en la consolidación de la cohesión del equipo. De esta manera, el rendimiento deportivo tiene mayor impacto sobre la cohesión deportiva, mientras que, si bien la cohesión se relaciona con el rendimiento propiamente dicho, ésta guarda mayor relación con factores tales como la conformidad, la satisfacción y la estabilidad. En la dirección contraria, la cohesión del equipo tiene influencia positiva en el rendimiento (González, 2007).

Ciertos estudios, como el de Martens y Peterson (1971), detallan una relación entre el rendimiento deportivo y la cohesión deportiva, manifestando que aquellos equipos con altos de grados no sólo de comunicación sino también de solidaridad y que poseen objetivos comunes, tienen una mayor probabilidad de lograr el éxito del grupo y una mejora en su rendimiento. Por otra parte, los equipos que favorecen procesos de comunicación abierta y que cuentan con una elevada cohesión social suelen ser aquellos grupos que se han formado en aspectos cooperativos y de aprendizaje (Briones & Tabernero, 2005).

Asimismo, se observó que a mayor cohesión del equipo mayores resultan los niveles de aprendizaje, de comunicación, de productividad, de satisfacción con los compañeros, de satisfacción con el deporte, de adherencia al deporte y sentimientos de seguridad (Carron & Dennis, 2001).

Con relación al liderazgo, González Figueiras (2007) reconoce la importancia del entrenador y los capitanes como miembros clave para un adecuado funcionamiento del equipo. En este sentido, el autor explica que, si bien es necesario el accionar de todos los miembros del equipo, tanto el entrenador como los capitanes, cobran especial protagonismo debido a su poder de influencia. Cabe destacar la diferencia entre un líder formal y un líder informal. El primero de ellos, no sólo posee, sino que también ejerce algún tipo de poder sobre las integrantes del grupo. Dicho poder es generalmente impuesto por las directivas del club. Por su parte, el líder informal es aquel elegido por sus compañeros de equipo, quienes le atribuyen informalmente el rol de líder debido a alguna de sus características (estas pueden ser: compañerismo, vocería, colaboración, etcétera). En este sentido, el líder informal suele tener mayor influencia sobre los miembros del equipo debido a la cercanía que mantiene con éstos (Arce et al., 2008).

Por otra parte, Dosil (2004) plantea la importancia de considerar estos diversos tipos de liderazgo en el deporte (liderazgo del entrenador, del directivo, del jugador) y entender que para que cualquiera de ellos pueda ser efectivo es necesario lograr el equilibrio de cuatro factores: características del líder, estilos de liderazgo, aspectos de la situación y características del seguidor. De esta manera, el líder podrá convertirse en líder efectivo adquiriendo o perfeccionando ciertas habilidades como la toma de decisiones efectivas, el análisis de las situaciones y/o la mejora de sus estilos de comunicación tanto verbal como no verbal.

La comprensión y aceptación por parte de los deportistas de su rol dentro del equipo resulta fundamental para la obtención del éxito deportivo. Sin embargo, también existen otros factores que influyen en dicha obtención: aceptación del rol de los compañeros, capacidad racional de resolución de conflictos que surjan en el equipo, cumplimiento de las normas pautadas, brindar ayuda y/o apoyo a los compañeros cuando es requerido,

establecimiento de líneas de comunicación entre los miembros del equipo (incluido el entrenador) y preocupación por la superación no sólo deportiva sino también personal (Dosil, 2004).

Balaguer et al. (2015) destacan que la cohesión del equipo en el ámbito deportivo es altamente valorada, no sólo por los deportistas sino también por los entrenadores, las instituciones del deporte, los clubes y aquellos que se interesan por el adecuado funcionamiento del equipo. De esta manera, el constructo se encuentra valorado positivamente ya que, a lo largo del tiempo, se lo ha relacionado con factores que resultan beneficiosos para el equipo y para sus integrantes, logrando mejoras en el rendimiento, en el compromiso y en la satisfacción. Es por esto que varios investigadores (Carron et al., 2002; Leo et al., 2011; Widmeyer & Williams, 1991) se ha interesado en conocer cuáles son sus antecedentes, cuáles son sus características principales y de qué manera se puede promover la cohesión de equipo.

A fin de explicar la dinámica interna de los grupos sociales, se puede dar cuenta actualmente de dos grandes teorías: la de la cohesión y la de la cooperación. En este sentido, la cohesión refiere al grado de afiliación social, ya sea por el equipo o por la tarea que se debe realizar; mientras que, la cooperación representa la exploración de objetivos (tanto de equipo como personales) y la combinación de ambos para generar ciertas conductas en el deporte. La relación entre ambos marcos teóricos resulta de importancia para el estudio en equipos de competición, no sólo la afiliación social con referencia al alcance de objetivos (forma global) sino también a partir del análisis de las posibles correlaciones entre ambos (Leo Marcos et al., 2011).

González Figueiras (2007) manifiesta que cuando un equipo no se encuentra cohesionado es posible hallar dos escenarios particulares. En el primero de ellos, se observa un equipo disgregado en el cual cada integrante actúa en forma individual. El

interés no es grupal sino particular, lo que impide el funcionamiento eficaz del equipo. Un equipo disgregado puede equipararse a la ausencia de equipo. En el segundo escenario, se observa un equipo unido a excepción de algunos de sus integrantes que se encuentran alejados. Frente a este panorama, será el líder quien hará sus esfuerzos por intentar unir a los miembros distanciados, pero, si no lo logra, es posible que esta minoría siga atrayendo a otros integrantes hasta terminar en un grupo disgregado.

A su vez, el autor detalla una serie de características que suelen acompañar a la cohesión y una serie de obstáculos o dificultades que pueden impedir que el equipo funcione en forma cohesionada.

Características que acompañan a la cohesión	Obstáculos o dificultades para la cohesión
Grado de aceptación de los objetivos del grupo. Dichos objetivos no son individuales sino compartidos por el grupo. Otorgan unidad al equipo.	Individualismo o cultura de superar al rival, en lugar de aumentar la calidad individual.
Comunicación. Aumenta la interacción entre los integrantes del equipo (futbolistas, entrenador, director, líder, etcétera).	Desacuerdo en los objetivos del equipo o insuficiente aceptación de los mismos.
Conformidad con las normas. Existen pautas de conducta que sirve para organizar el trabajo y la convivencia interna, las cuales son aceptadas de buen grado por los miembros del equipo.	Confusión y ambigüedad, ya sea para definir roles dentro del equipo o para aceptarlos.

Perseverancia ante la dificultad. En el trabajo colectivo o cuando los futbolistas se sienten unidos al equipo, existe mayor perseverancia en la búsqueda de soluciones frente a dificultades o conflictos. En cambio, el grado de perseverancia tiende a ser más bajo cuando los futbolistas trabajan individualmente.	Falta de normas claras que regulen la actividad del equipo. Problemas en la convivencia interna del equipo. Baja aceptación por parte de los integrantes del equipo.
Aumento del rendimiento al momento de enfrentar dificultades, no sólo del juego sino también extradeportivas. Cuando se trabaja de forma colectiva, la eficacia en el juego aumenta y disminuyen los conflictos fuera del terreno de juego.	Dificultades de comunicación entre los miembros del equipo y/o con el entrenador, el director o el líder.
Percepción del equipo sobre sí mismo y sobre otros grupos. El equipo tiende a valorarse y a aceptarse de manera positiva. A su vez, aumenta la tendencia a minimizar aspectos de otros equipos, tales como la importancia, el rendimiento y el funcionamiento.	Conflicto de intereses entre los miembros del equipo.
Satisfacción personal. La cohesión del equipo contribuye a producir un aumento en la satisfacción personal y en el disfrute	Exceso de renovación o movilidad de los integrantes del equipo.

de los miembros del equipo. Estos sentimientos de satisfacción refuerzan y fortalecen a cada uno de ellos. También, contribuye a alcanzar el éxito deportivo.	
Motivación. Cuando existe cohesión interna en el equipo, es posible observar aumentos en la motivación y el esfuerzo. El vínculo que se establece con otros resulta más motivador que el vínculo establecido con uno mismo.	Enfrentamientos entre los miembros del equipo por cuestiones de liderazgo o disputas entre los líderes.
Estabilidad. La cohesión interna se produce con mayor facilidad cuando los miembros del equipo permanecen más tiempo juntos. Además, cuanto mayor sea la cohesión interna de un equipo habrá menores probabilidades de abandono por parte de sus integrantes.	Incompatibilidad de personalidades dentro del equipo o excesiva competencia interna entre sus integrantes.

Tabla 1. Cuadro explicativo de características que acompañan a la cohesión y factores obstaculizadores de González Figueiras (2007).

Finalmente, existen diversos factores que tienen influencia en la cohesión de un equipo. Entre ellos, es posible detallar:

1. La propia composición del equipo: al realizar la selección de miembros que integrarán el equipo, es importante seleccionar personas entregadas y preparadas para el trabajo en grupo dado que, si el equipo se encuentra conformado por personas

individualistas con las que resulta dificultoso convivir, lograr un equipo unido resultará una tarea sumamente ardua. En este sentido, es conveniente seleccionar profesionales que generen buen ambiente, que sean positivos, colaboradores y generosos, incluso a riesgo de ser menos calificado, por sobre profesionales calificados, pero con un carácter complejo. Esto se debe a que el ambiente de trabajo puede verse oscurecido por la sola presencian de un jugador conflictivo. Se trata de un aspecto que debe ser cuidado detalladamente al momento de la formación del equipo. Sin embargo, si alguna persona conflictiva llegara a formar parte de éste, es el líder quien deberá ser contundente y evitar el problema de raíz (González Figueiras, 2007).

2. El tamaño del equipo: en líneas generales, para los equipos pequeños resulta más sencillo lograr la cohesión, mientras que, a los equipos grandes suele dificultársele más esta tarea. Este es un aspecto que al momento de conformar un equipo debe ser tenido en cuenta, a fin de que el tamaño del mismo sea lo más acertado que se pueda (González Figueiras, 2007).

3. El carisma del líder: lograr la cohesión de los miembros del equipo resultará mucho más sencillo para el líder si éste cuenta con una personalidad atrayente que le permita alcanzar la adhesión de sus compañeros (González Figueiras, 2007).

4. El proyecto asignado: el trabajo debe ser no sólo interesante sino también exigente y motivador, ya que esto facilitará que las personas se adhieran al mismo. En cambio, si el proyecto resulta poco atractivo e interesante, es muy probable que las personas no logren identificarse con el equipo e intente salir del mismo cuando la oportunidad se presente (González Figueiras, 2007).

5. El ambiente de trabajo: el ambiente de trabajo debe contar con ciertas características para que la cohesión del equipo aumente. Dichas características son (a) ser agradable, (b) fomentar el respeto entre los miembros, (c) promover la participación,

(d) reconocer los méritos, (e) facilitar la comunicación abierta y (f) facilitar a los miembros la realización personal (González Figueiras, 2007).

6. El éxito inicial: uno de los factores que suele generar un aumento en la cohesión deportiva es el logro de un éxito inicial. Dicho éxito, aun siendo pequeño, logrará que los miembros confíen en la idea que se trata de un equipo competente que tiene la capacidad de alcanzar los objetivos propuestos (González Figueiras, 2007).

2.3. Antecedentes Sobre el Tema

Leo Marcos et al. (2008) llevaron a cabo una investigación con el objetivo de analizar la relación entre variables como la autoeficacia, la eficacia percibida por el entrenador y por los compañeros respecto a la cohesión de equipo. El estudio contó con una muestra de 66 sujetos de cuatro equipos de fútbol semi-profesionales. A partir de los resultados, se observó que la eficacia percibida por el entrenador guarda mayor relación con la cohesión a la tarea, mientras que, la eficacia percibida por los jugadores se relaciona con la cohesión social. Los autores concluyen que tanto la eficacia percibida por los compañeros como por el entrenador guardan relación positiva con la cohesión, siendo uno de los aspectos más relevantes: el reconocimiento de la importancia de cada jugador y del papel que realiza, por parte no sólo del entrenador sino también del grupo.

En un estudio realizado en Palma de Mallorca (España), se buscó analizar las relaciones entre la cohesión, la autoeficacia, la eficacia colectiva, la percepción de la eficacia por parte de compañeros y entrenadores, las expectativas de éxito y el desempeño colectivo en equipos de baloncesto de liga. La muestra estuvo conformada por 61 participantes pertenecientes a 6 equipos, a los cuales se les administraron diversos instrumentos para medir la cohesión, la eficacia percibida y las expectativas de éxito. A su vez, también se tomaron en cuenta las clasificaciones finales para evaluar el

desempeño. Los resultados señalaron que las variables eficacia percibida y las cuatro dimensiones de cohesión (tanto en el aspecto social como en la tarea) se encuentran relacionadas positivamente. Finalmente, aquellos jugadores que perciben un mayor nivel de cohesión resultan ser los mismos que perciben mayores expectativas de éxito y mejor desempeño (Leo Marcos et al., 2009).

En la misma línea, Leo Marcos et al. (2009) corroboraron el aumento de la cohesión y la eficacia a través de la implementación de un programa de intervención diseñado por medio de tareas cooperativas. Se utilizó una muestra de 61 participantes pertenecientes a seis equipos de baloncesto federados, los cuales fueron divididos en un grupo experimental (n=31) y un grupo control (n=30) y se les administraron una serie de instrumentos para medir ambas variables. Entre los resultados más destacados, se observaron diferencias significativas en la cohesión social y la eficacia percibida por el entrenador del grupo experimental, luego de la aplicación del proceso de intervención. A su vez, factores tales como la cohesión tarea, la autoeficacia y la eficacia percibida por los compañeros mostraron mejoras, pero éstas no llegaron a ser significativas.

En el año 2011, Leo Marcos et al., analizaron las relaciones entre la autoeficacia, la cohesión, la eficacia percibida por los compañeros y por el entrenador y el rendimiento. Se trató de un estudio conformado por 235 jugadores de fútbol masculino entre los 15 y los 19 años; a los cuales se les administraron una serie de instrumentos para medir la cohesión y la eficacia percibida. Con respecto al rendimiento, éste se midió utilizando la clasificación. Los resultados del estudio arrojaron una relación positiva entre la cohesión, la eficacia colectiva y la autoeficacia. De esta manera, se concluyó que tanto los jugadores que perciben mayores niveles de eficacia colectiva, como aquellos percibidos como los más eficaces por el entrenador, pertenecen a los equipos que, al final de la temporada, obtienen un mayor rendimiento.

En un estudio realizado en Murcia (España), se buscó estudiar las relaciones entre los niveles de cohesión y de cooperación en una muestra de 945 jugadores de fútbol de competición, con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. Los resultados de la investigación indicaron que los factores de la cohesión deportiva funcionan casi como un factor único, mientras que en la cooperación existe una relación entre cooperación incondicionada y cohesión. También se observaron diferencias significativas entre jugadores suplente y titulares con relación a la cohesión global y a la cooperación condicionada. Sin embargo, no existen cambios con la posición de juego o los años de práctica. Se concluyó que la cooperación determina en parte la cohesión, mientras que la aceptación de roles se muestra como un factor de relevancia para ambas variables (Olmedilla et al., 2011).

González Ponce et al. (2013) desarrollaron una investigación que tuvo como principal objetivo el análisis de las relaciones entre la percepción de las jugadoras sobre la cohesión, la eficacia colectiva y el rendimiento de equipos de fútbol femenino. Se tomó una muestra de 66 jugadoras de segunda división de la Liga Nacional de España, con edades comprendidas entre los 15 y los 33 años, a las cuales se les administraron diversos formularios que permitían medir la cohesión y la eficacia colectiva. Entre los principales resultados se observó que existe una relación positiva entre la cohesión de la tarea, la eficacia colectiva y el rendimiento. A su vez, la integración tarea se constituyó como el mayor predictor de la eficacia colectiva, mientras que ésta última, se destaca como el mayor predictor del rendimiento deportivo. Los autores destacaron como principal conclusión que la unión en la resolución de las tareas resulta de suma importancia y, la confianza de las jugadoras en las capacidades del grupo permite obtener un mayor rendimiento.

Por su parte, Marino (2013) estudió las relaciones entre la cohesión de grupo y el rendimiento deportivo en un equipo de hockey femenino sobre césped de un pueblo de 3000 habitantes. Se utilizaron dos cuestionarios, uno para cada variable de análisis y una entrevista sociodemográfica que permitió ampliar los datos. Como resultado, se observó una relación estadísticamente significativa entre ambos constructos, basada principalmente en la tarea.

En el año 2016, Carratalá Navarro y Cervelló Gimeno desarrollaron un estudio con la finalidad de observar el efecto que el empoderamiento de equipo tiene en el ámbito del deporte colectivo, analizando su relación con variables tales como el comportamiento del entrenador y la eficacia colectiva; su influencia sobre la eficacia colectiva y su relación con el rendimiento deportivo, el cual se obtuvo a partir de las clasificaciones. La muestra estuvo conformada por 214 participantes, jugadores federados de entre 14 y 38 años, pertenecientes a 19 equipos de diversos deportes. A cada uno de ellos se les administró una batería de cuestionarios que permitían evaluar el empoderamiento de equipo, el comportamiento del entrenador y la eficacia colectiva.

Contreras Suarez, Cortes Cifuentes y Vargas García (2017) llevaron a cabo una investigación con la finalidad de identificar la percepción de la cohesión grupal en la categoría Pre-Juvenil del Club Deportivo Real Capital de Bogotá (Colombia). Se utilizó el Instrumento Multidimensional de Cohesión en Deporte (IMCODE). Se concluyó que los participantes tienen una percepción media de la cohesión del grupo, se observó que factores tales como la falta de respeto entre compañeros y la poca disciplina en el compromiso de las estrategias establecidas afectan la cohesión grupal y, por consiguiente, el rendimiento deportivo del equipo. A su vez, se destacan una serie de factores que favorecen la cohesión grupal: unión, trabajo en equipo, compromiso, disciplina y respeto.

En una investigación llevada a cabo en Alicante (España), Ibañez Grau (2017) realizó una revisión de la literatura existente y planteó una propuesta de intervención que permita identificar los efectos de la cohesión grupal en el rendimiento deportivo. De esta manera, con el objetivo de obtener una comprensión profundizada acerca de los procesos grupales que influyen en la determinación de un rendimiento deportivo óptimo, se realizó una búsqueda en diversas bases de datos que permitan obtener a partir de criterios de inclusión y exclusión, la información considerada más relevante. Se destacaron como conclusiones que resulta fundamental desarrollar un clima que favorezca las relaciones grupales a nivel profesional, tanto en el ambiente deportivo como en la vida personal de los individuos. Esto se debe a que de esta manera es posible aumentar la probabilidad de obtener un mayor rendimiento. También, se destacó que en un grupo donde se genere un ambiente hostil, donde no haya implicación ni cohesión, el rendimiento tenderá a disminuir, debido a que existe una relación positiva entre grupos pocos cohesionados y bajo rendimiento. Por último, se observó que ciertos factores tales como el clima motivacional, los tipos de motivación, la eficacia percibida o el tipo de liderazgo, actúan como moduladores del nivel de cohesión, lo cual termina por afectar al rendimiento deportivo.

Por su parte, Mompeán Guillén (2017) llevó a cabo una revisión bibliográfica con los siguientes propósitos: indagar literatura científica que analice factores como los niveles de ansiedad, autoconfianza y atención y los relacione con el rendimiento futbolístico; desarrollar una búsqueda de trabajos científicos que analicen los niveles de cohesión y las relaciones con el rendimiento futbolístico y desarrollar un plan de intervención como herramienta para la mejora de los niveles de ansiedad, autoconfianza, atención y cohesión de equipo. Teniendo en cuenta la información hallada, el autor destacó dentro de las principales conclusiones que resulta de importancia que los entrenadores

promuevan el desarrollo de un clima motivacional orientado a la tarea, que permita aumentar la cohesión de equipo y que proporcione una mayor eficacia colectiva, impactando directamente en el rendimiento y generando como resultado final, un aumento de éste.

En el año 2018, García Naveira Vaamonde buscó analizar la relación entre la autoeficacia y el rendimiento deportivo. Se tomó una muestra compuesta por 172 jugadores de fútbol de rendimiento con una edad comprendida entre los 14 y los 20 años, a los cuales se les aplicó un cuestionario con un formato de respuesta tipo Likert el cual mide la autoeficacia en ataque y defensa. El rendimiento deportivo se midió de forma objetiva y subjetiva, a partir de un registro observacional de acciones de juego en defensa y ataque y las valoraciones de los jugadores sobre su rendimiento en defensa y ataque. Los resultados arrojaron una relación positiva entre la autoeficacia en defensa y el rendimiento en defensa (tanto objetivo como subjetivo) y entre autoeficacia en ataque y el rendimiento en ataque (tanto objetivo como subjetivo). A su vez, se determinó que existen jugadores de corte defensivo con alta autoeficacia y rendimiento en defensa (porteros y defensas), jugadores de corte ofensivo con alta autoeficacia y rendimiento en ataque (centrocampistas y delanteros) y jugadores de corte defensivo-ofensivo con alta autoeficacia y rendimiento en ataque y defensa (delanteros, centrocampistas, defensas y porteros). Se concluyó que los niveles más altos de rendimiento se ven favorecidos por una alta autoeficacia y que la tendencia del jugador, atacante o defensiva, es multifactorial, es decir, que involucra una serie de factores físicos, técnicos, tácticos y psicológicos. A su vez, dicha tendencia es producto del desarrollo histórico deportivo del jugador, de la influencia del entrenador, la filosofía de juego y la demarcación.

Tomando en consideración que, en el contexto deportivo, la cohesión de equipo y las características psicológicas asociados con el rendimiento constituyen factores de suma

importancia; Villegas Clarke (2019) buscó relacionar estas dos variables en una muestra de 153 futbolistas profesionales que integraban la primera división de fútbol de Perú. Se utilizó el Cuestionario Multidimensional de Cohesión en el Deporte (IMCODE) y el Cuestionario de Características Psicológicas asociadas al rendimiento, en su versión adaptada para futbolistas (CPRD-F). Los resultados obtenidos señalaron que cuanto mayor es la presencia de características psicológicas asociadas al rendimiento, mayor resulta la cohesión de los jugadores en el equipo. Es importante tener en cuenta las relaciones existentes entre ambas variables, ya que éstas se relacionan con el rendimiento deportivo, facilitando intervenciones con mayor precisión y con la finalidad de potenciar dicho rendimiento tanto en forma individual como colectiva.

Rodenas Cuenca (2019) se propuso como objetivo llevar adelante un estudio que permita analizar la relación entre la cohesión grupal y el clima motivacional en el fútbol femenino. Para ello, tomó una muestra de 223 jugadoras que participaban en competencias intra-universitarias y que se encontraban en el rango de edad entre 17 y 23 años. Los instrumentos administrados fueron el Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (PMCSQ-2) y Group Environment Questionnaire (GEQ). Los resultados de la investigación arrojaron que el clima de implicación en la tarea se asocia con factores tales como la atracción individual y social. Por otra parte, el clima de implicación a la tarea y al ego, se relacionan al clima motivacional. Finalmente, el autor concluyó que la cohesión puede predecirse de mejor manera a partir del clima motivacional de implicación en la tarea y, no así por el clima de implicación en el ego. Por lo tanto, resulta fundamental desarrollar el clima motivacional de implicación en la tarea en equipos deportivos.

Finalmente, Whitembury y Espinosa (2020) llevaron a cabo una investigación en la cual buscaron indagar la relación entre auto-eficacia, expectativas de resultado y

desempeño deportivo. La muestra estuvo compuesta por jugadores del campeonato de rugby de Lima y se realizaron tres aplicaciones distintas. Sistemáticamente, en los tres momentos de evaluación, se observaron relaciones directas y moderadas entre la autoeficacia y las expectativas de resultado. Además, quienes reportaban puntajes más altos de autoeficacia pertenecían a los equipos con mejor desempeño, mientras que, los participantes de equipos con peor desempeño reportaban expectativas de resultado más pesimistas. Se concluyó que el compromiso colectivo es el componente de la autoeficacia con mayor vinculación a las expectativas de resultado. En otras palabras, es posible mencionar que los elementos de autoeficacia individual en deportes colectivos, si bien son importantes, quedan relegados por las valoraciones de las competencias del grupo.

Capítulo III

3. Metodología de la Investigación

3.1. Tipo de Estudio y Diseño

Se llevó a cabo un plan de investigación cuantitativo. Utilizando un tipo de estudio descriptivo denominado *ex post-facto*, que permite una búsqueda sistemática y empírica en la cual el investigador no tiene control sobre las variables independientes, pues los acontecimientos ya se manifestaron o son intrínsecamente manipulables. En otras palabras, se trata de investigaciones donde el fenómeno o situación objeto de análisis no se modifica, debido a que primero se produce el hecho y luego se analizan las posibles causas y consecuencias (Cancela Gordillo et al., 2010).

A partir de la clasificación de los estudios *ex post facto* esta investigación es un estudio de tipo correlacional.

Los estudios correlacionales comprenden aquellos estudios interesados en evaluar las relaciones existentes entre las dimensiones de diferentes escalas, utilizando los coeficientes de correlación. Estos coeficientes son indicadores matemáticos que brindan información sobre el grado, intensidad y dirección de la vinculación entre variables. El coeficiente de Pearson o producto-momento es el más conocido. Es un coeficiente bivariado diseñado para relacionar dos variables y fluctúa entre los valores -1 a +1. Así, cuando dos variables covarían en la misma dirección existirá una vinculación denominada positiva y quedará reflejada en el coeficiente con valores entre 0 y 1, cuanto más cerca de 1 más intensa será la asociación entre las variables. De manera inversa, cuando el coeficiente es cercano a 0 señala la ausencia de vinculación entre las variables; y, si el coeficiente es de signo negativo indicaría la existencia de una vinculación intensa entre las variables de dirección opuesta (Cancela Gordillo et al., 2010).

Existen otros índices para el establecimiento de correlaciones bivariadas y dependerá, la utilización de uno u otro, de la naturaleza de las variables.

3.2. Muestra y Muestreo

Se tomó una muestra no probabilística. Cuando no es posible el diseño probabilístico (de la población se extrae cada unidad que la integra con una probabilidad conocida, y distinta a cero), o a priori se sabe que no podrá realizarse, se recurre a las muestras no probabilísticas (Corbetta, 2007). Según muestreo subjetivo por decisión razonada, las unidades de la muestra se eligen en función de algunas de sus características. El proceso de elección se realiza aplicando criterios racionales, sin recurrir a la selección causal (Corbetta, 2007).

La muestra estuvo conformada por 83 jugadores masculinos de equipos de fútbol 11 del Quilmes Atlético Club, Provincia de Buenos Aires. El muestreo se obtuvo durante los meses comprendidos desde: marzo a abril del año 2021.

3.2.1. Criterios de Inclusión y Exclusión.

Se incluirán en la muestra los protocolos de todos aquellos jugadores masculinos de fútbol 11 que pertenezcan al Quilmes Atlético Club, que brinden su consentimiento de participación y que respondan a cada una de las consignas en forma adecuada.

Se excluirán de la muestra los protocolos de todos aquellos jugadores masculinos de fútbol 11 que no pertenezcan al Quilmes Atlético Club, que no brinden su consentimiento de participación y/o que no respondan a todas las consignas en forma adecuada.

3.3. Instrumentos

Cuestionario de Ambiente de Equipo (GEQ) (Carron, Widmeyer, & Brawley, 1985) en su versión actualizada y adaptada al castellano por Leo et al. (2015), compuesto por

12 ítems agrupados en cuatro factores: Atracción grupal hacia la tarea (ítems 8, 10, 12), Atracción grupal hacia lo social (ítems 7, 9, 11), Integración individual en la tarea (ítems 2, 4, 6) e Integración individual en lo social (ítems 1, 3, 5) con un formato de respuesta de tipo Likert de 9 puntos (1= Muy en desacuerdo; 9= Muy de acuerdo) y la puntuación se obtiene mediante la suma de los ítems. El instrumento indica una validez factorial ($>.60$) y consistencia interna adecuada ($>.70$).

Cuestionario de Autoeficacia en Defensa y Ataque, diseñado para el estudio de García Naveira Vaamonde (2018), siguiendo las principales consideraciones de Bandura (2001) para evaluar la autoeficacia. El formato de respuesta fue de tipo likert, en la que los sujetos debían puntuar desde 1 (Nada eficaz) a 10 (Totalmente eficaz) cada uno de los ítems. El instrumento consta de dos ítems, uno para medir autoeficacia en defensa y otro para medir autoeficacia en ataque. El valor de fiabilidad del instrumento según Alfa de Cronbach fue de 0.71.

Cuestionario de variables sociodemográficas ad-hoc compuesto por: Edad, Estado civil, Grupo de convivencia, Hace cuánto tiempo juega, Hace cuánto tiempo juega en este equipo, Categoría en la que juega, Si realiza otro deporte además de fútbol.

3.4. Procedimiento

Los participantes respondieron voluntariamente, de forma anónima, formulario auto-administrado, el cual fue presentado al finalizar un partido y respondido sin límites de tiempo. Ninguno de los participantes recibió compensación económica por la realización de la tarea y, si bien recibieron información sobre los objetivos generales de la investigación, no se detallaron los objetivos específicos ni las hipótesis de la misma. Además, se contó con el consentimiento informado de cada uno de los participantes del estudio.

Los datos recopilados fueron procesados a través del software IBM-SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versión 20.

Capítulo IV

4. Resultados

4.1. Caracterización de la Muestra

En líneas generales, es posible mencionar que el total de los jugadores de la muestra son solteros. Con relación a las demás variables sociodemográficas, se observó que el mayor porcentaje tiene 17 años (32,53%), vive con su familia (60,24%), juega hace más de 10 años al fútbol (80,72%), juega en el equipo hace 5 años o menos (77,11%), juega en la categoría 6ta (34,94%) y no realiza otro deporte (96%).

Gráfico 1. Descripción de la Variable Tiempo en el Equipo.

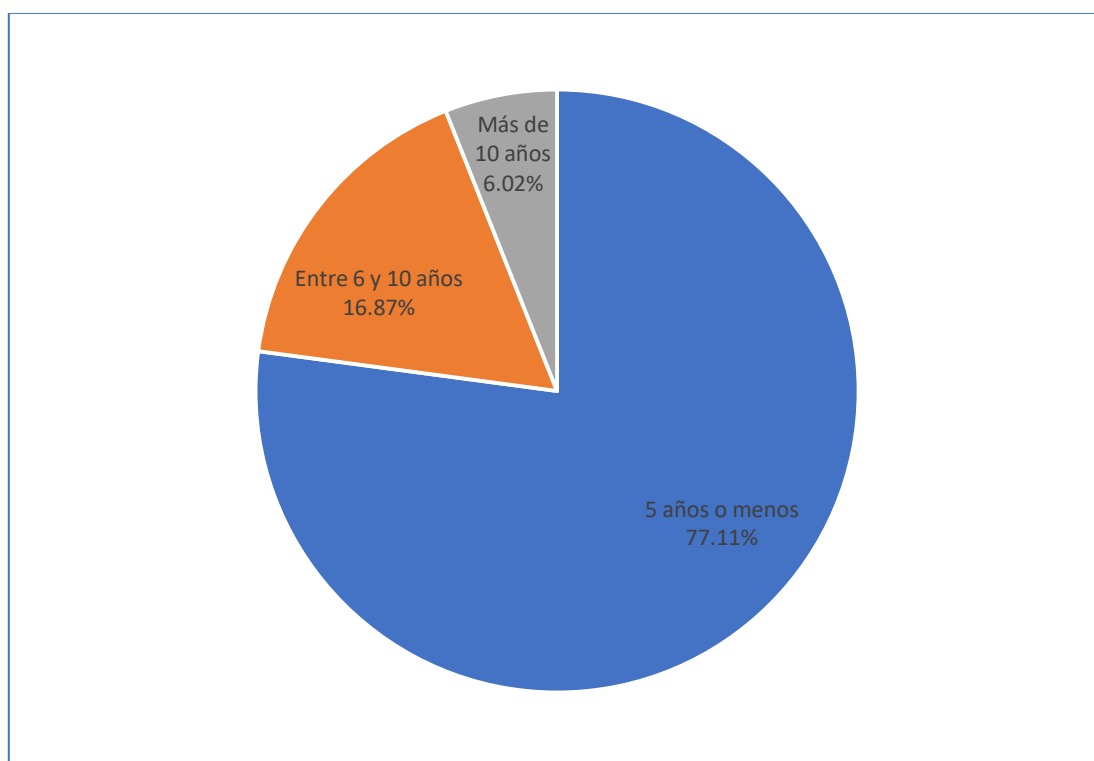
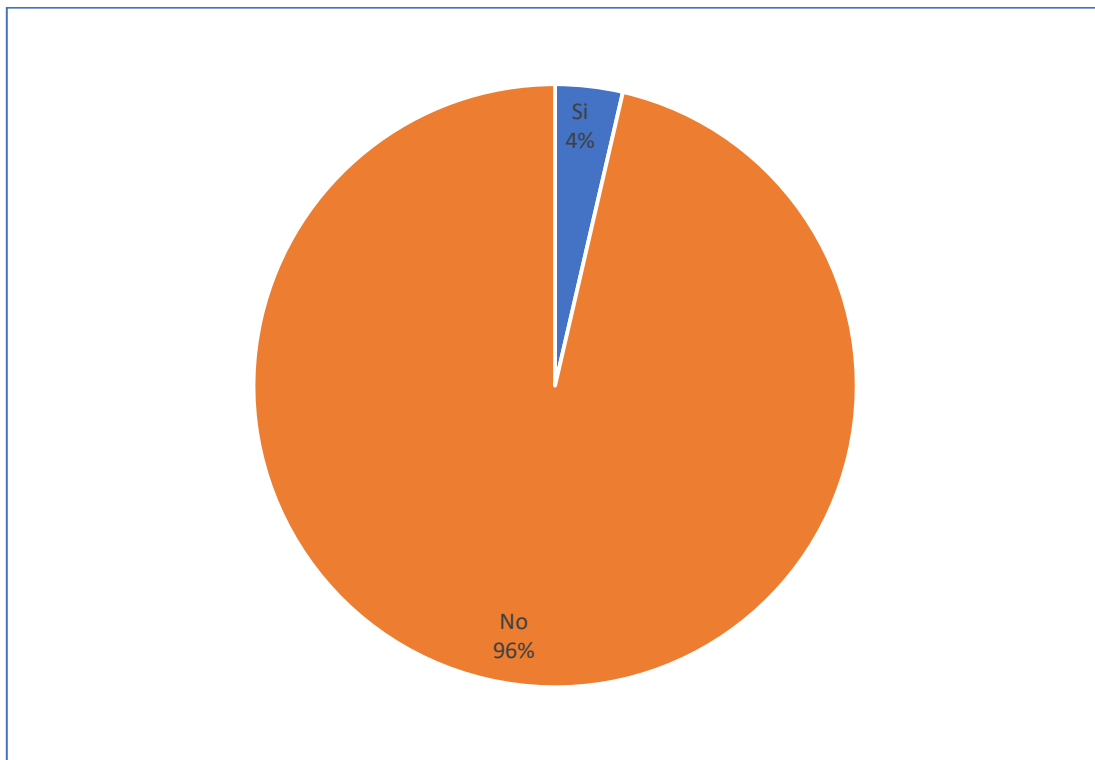


Gráfico 2. Descripción de la Variable Realiza Otro Deporte.



4.2. Descripción de las Variables.

4.2.1. Descripción de la Variable Autoeficacia.

Tabla I. Descripción de la Variable Autoeficacia.

Autoeficacia	N	Mín.	Máy.	M.	Desv.
Autoeficacia	83	2	10	7,25	1,68
Defensa					
Autoeficacia	83	3	10	7,78	1,65
Ataque					

Para la dimensión Autoeficacia Defensa se observa una media de 7,25 y un desvío típico de 1,68, el puntaje mínimo fue 2 y el máximo 10. Para la dimensión Autoeficacia Ataque se observa una media de 7,78 y un desvío típico de 1,65, el puntaje mínimo fue 3 y el máximo 10.

4.2.2. Descripción de la Variable Cohesión de Equipo.

Tabla II. Descripción de la Variable Cohesión de Equipo.

Cohesión de Equipo	N	Mín.	Máx.	M.	Desv.
Atracción Grupal hacia la Tarea	83	13	27	22,16	3,33
Atracción Grupal hacia lo social	83	7	27	21,49	3,73
Integración Individual en la Tarea	83	3	27	20,37	5,07
Integración Individual en lo Social	83	5	27	18,51	4,90

Para la dimensión Atracción Grupal hacia la Tarea se observa una media de 22,16 y un desvío típico de 3,33, el puntaje mínimo fue 13 y el máximo 27. Para la dimensión Atracción Grupal hacia lo Social se observa una media de 21,49 y un desvío típico de 3,73, el puntaje mínimo fue 7 y el máximo 27. Para la dimensión Integración Individual en la Tarea se observa una media de 20,37 y un desvío típico de 5,07, el puntaje mínimo fue 3 y el máximo 27. Finalmente, para la dimensión Integración Individual en lo Social se observa una media de 18,51 y un desvío típico de 4,90, el puntaje mínimo fue 5 y el máximo 27.

4.3. Prueba de Normalidad

Se realizó la prueba de normalidad para las variables mencionadas con anterioridad. De acuerdo con el tamaño de la muestra (N=83), se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Los resultados son los siguientes:

Tabla III. Prueba de Normalidad.

Variable	Significación
Autoeficacia Defensa	,000
Autoeficacia Ataque	,000
Atracción Grupal hacia la Tarea	,000
Atracción Grupal hacia lo Social	,000
Integración Individual en la Tarea	,000
Integración Individual en lo Social	,200

Todas las variables se distribuyeron de manera no normal, a excepción de Integración Individual en lo Social que se distribuyó de manera normal.

4.4. Análisis de Correlación entre Variables

Tabla IV. Análisis de Correlación entre Variables.

	Autoeficacia Defensa	Significación
Atracción Grupal hacia la Tarea	,296	,007

Prueba utilizada: Rho de Spearman.

Se observa una relación estadísticamente significativa entre la Autoeficacia Defensa y Atracción Grupal hacia la Tarea. Dicha relación es directa, lo que indica que ambas variables aumentan o disminuyen a la vez.

4.5. Análisis de las Diferencias Grupales

Tabla V. Diferencias Grupales Según la Variable Sociodemográfica Tiempo en el Equipo.

Variable	Tiempo en el equipo	Rango promedio	Significación
Autoeficacia Ataque	Menos de 5 años	43,21	,025
	Entre 6 y 10 años	46,21	
	Más de 10 años	14,70	
Atracción Grupal hacia la Tarea	Menos de 5 años	44,12	,054
	Entre 6 y 10 años	28,61	
	Más de 10 años	52,40	
Atracción Grupal hacia lo Social	Menos de 5 años	40,79	,050
	Entre 6 y 10 años	38,54	
	Más de 10 años	67,20	
Cohesión total	Menos de 5 años	43,40	,053
	Entre 6 y 10 años	29,96	
	Más de 10 años	57,80	

Prueba utilizada: H de Kruskal-Wallis

Los resultados arrojan diferencias estadísticamente significativas en la variable sociodemográfica Tiempo en el Equipo para la Autoeficacia Ataque, siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que juegan en el equipo hace entre 6 y 10 años; y en la variable Atracción grupal hacia lo Social, siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que juegan en el equipo hace más de 10 años.

Cabe destacar que se observa una tendencia a arrojar diferencias estadísticamente significativas en las variables Atracción Grupal hacia la Tarea y Cohesión total, siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que juegan en el equipo hace más de 10 años.

Tabla VI. Diferencias Grupales Según la Variable Sociodemográfica Realiza Otro Deporte.

Variable	Realiza otro deporte	Rango promedio	Significación
Atracción Grupal	Si	10,67	,021
hacia la Tarea	No	43,18	
Prueba utilizada: U de Mann Whitney.			

Los resultados arrojan diferencias estadísticamente significativas en la variable sociodemográfica Realiza otro deporte para la Atracción Grupal hacia la tarea, siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que sólo juegan al fútbol.

Cabe destacar que las demás variables incluidas en el cuestionario sociodemográfico no se presentan en los análisis estadísticos, dado que no han arrojado resultados estadísticamente significativos. Dichas variables son: Edad, Estado civil, Grupo de convivencia, Hace cuánto tiempo juega y Categoría en la que juega.

Capítulo V

5. Discusión

Los resultados de la investigación mostraron que existe correlación entre la dimensión Autoeficacia Defensa del Cuestionario de Autoeficacia en Defensa y Ataque y la dimensión Atracción Grupal hacia la Tarea del Cuestionario de Ambiente de Equipo (GEQ). Dicha relación fue directa, lo que indica que ambas variables aumentan o disminuyen a la vez. Por lo cual, la hipótesis general de que existe relación significativa positiva entre la Cohesión de Equipo y la Autoeficacia percibida por los jugadores masculinos de equipos de fútbol 11 del Quilmes Atlético Club, se confirma.

Sin embargo, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas con la Integración Individual en la Tarea ni entre la Autoeficacia Ataque y las dimensiones anteriormente mencionadas. Por lo tanto, la hipótesis específica de que un nivel alto de Autoeficacia Percibida en Defensa y Ataque se relaciona con altos niveles en las dimensiones de Atracción Grupal hacia la Tarea e Integración Individual en la Tarea de la variable Cohesión de Equipo, se refuta. De todas formas, cabe destacar que un nivel alto de Autoeficacia percibida en Defensa sí guarda relación con un nivel alto en la Atracción Grupal hacia la Tarea de la Cohesión de Equipo.

Por otro lado, se observó que el tiempo de pertenencia en el equipo guarda relación con altos niveles en las dimensiones de Cohesión de Equipo y, también se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la variable sociodemográfica tiempo que juega en el equipo y las dimensiones: Autoeficacia Ataque (siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que juegan hace entre 6 y 10 años) y Atracción grupal hacia lo Social (siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que juegan hace más de 10 años). Además, se observó una tendencia a arrojar diferencias estadísticamente significativas

en las variables Atracción Grupal hacia la Tarea y Cohesión total (siendo mayores los niveles en aquellos sujetos que juegan hace más de 10 años).

Asimismo, también se hallaron relaciones estadísticamente significativas entre la dimensión Atracción Grupal hacia la Tarea y la variable sociodemográfica: realiza otro deporte. Los niveles resultaron mayores para aquellos sujetos que sólo juegan al fútbol.

Se observó que la mayoría de los jugadores se perciben como autoeficaces tanto en la defensa como en el ataque. De acuerdo con García Naveira (2010), Leo et al. (2010), Losada y Leiva (2016) en el fútbol estas son consideradas las dos situaciones deportivas en las cuales el jugador debe responder. En este sentido, la situación de ataque se da cuando el propio equipo tiene la pelota y, la situación de defensa se produce cuando la pelota la tiene el equipo adversario. A su vez se destaca que la autoeficacia percibida, tanto en defensa como en ataque, se encuentra positivamente relacionada con el rendimiento de los jugadores (García Naveira, 2018).

Por otra parte, los resultados obtenidos mostraron que el mayor porcentaje de la muestra presenta un grado elevado de atracción grupal tanto hacia la tarea como hacia lo social; lo que hace referencia a la percepción que cada miembro del equipo tiene acerca de la manera en que el grupo satisface sus necesidades y metas, pero también, a la forma en que empatizan y disfrutan dentro del mismo (Carron & Eys, 2012). Finalmente, se observó que los valores tienden a descender en lo respectivo a la integración individual en la tarea y en lo social; lo que hace referencia a la medida en que el equipo actúa en su conjunto (Carron, 1982).

5.1. Fortalezas y Limitaciones

Como principal fortaleza de la presente investigación, se destaca el tamaño de la muestra. Mientras que, como limitaciones, se destaca las características de la muestra. Cabe señalar que, en ocasiones, las personas se muestran reticentes a responder los

cuestionarios debido a su longitud y, en caso de responderlos, es posible que no lo hagan con la seriedad requerida para una correcta obtención de los datos.

Al tratarse de una muestra no probabilística, no es posible extrapolar los resultados. La presente investigación no es un experimento, sino que se basa en un diseño de tipo transversal, correlacional, por lo cual no es posible tener un absoluto control de variables, conocer exactamente la dinámica de su relación, establecer relaciones causales ni determinar el tiempo durante el cual se sostiene dicha relación.

Por otra parte, sólo se ha contado con los autoinformes de los jugadores, pudiendo haber resultado relevante utilizar el informe de terceros como los directores técnicos o entrenadores. No obstante, la información aportada por los integrantes de la muestra es la que ellos viven y experimentan, independientemente de que sea más o menos objetiva. Además, se destaca que la muestra estuvo conformada únicamente por jugadores de sexo masculino.

Dichas limitaciones pueden ser contempladas al momento de llevar adelante perspectivas de trabajo futuras sobre la temática.

5.2. Líneas Futuras de Investigación

Se deja a consideración de futuros investigadores continuar el análisis de la relación entre la Autoeficacia Percibida y la Cohesión deportiva, en jugadores de deportes colectivos, tales como el fútbol u otros.

Queda abierto un camino en el cual surgirán investigaciones en las que se indague con mayor profundidad los aportes e influencias que otras variables consideradas en el campo de la psicología del deporte pueden ejercer tanto sobre la Autoeficacia como la Cohesión de Equipo.

Bibliografía

Alzate, R., Lázaro, I., Ramírez, A., & Valencia, J. (1997). Análisis del impacto del estilo de comunicación del entrenador en el desarrollo de la cohesión grupal, la eficacia colectiva y la satisfacción. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, 7-25.

Andrade Bastos, A., Salguero, A., González Boto, R., Tuero, C., & Márquez, S. (2005). Habilidad física percibida en nadadores de competición Brasileños. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5(1-2), 245-255.

Arce, C., Torrado, J., Andrade, E., Garrido, J., & De Francisco, C. (2008). Elaboración de una escala para la medida de la capacidad de liderazgo de los deportistas de equipo. *Psicothema*, 20, 913-917.

Bäbler, J., & Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de autoeficacia general (Measuring Generalized self-beliefs. *Revista Ansiedad y Estrés*, 1, 1-8.

Balaguer, I., Castillo, I., Ródenas, L., Fabra, P., & Duda, J. L. (2015). Los entrenadores como promotores de la cohesión del equipo. *Cuadernos de psicología del deporte*, 15(1), 233-242.

Balaguer, I., Escartí, A., & Villamarín, F. (1995). Autoeficacia en el deporte y en la actividad física: estado actual de la investigación. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48(1), 139-159.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy. Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.

Beauchamp, M. R., & Whinton, L. C. (2005). Self-Efficacy and OtherEfficacy in Dyadic Performance: Riding as One in Equestrian Eventing. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27(2), 245-252.

Bloom, G. A., Stevens, D. E., & Wickwire, T. L. (2008). Expert Coaches: Perceptions of Team Building. *Journal of Applied Psychology*, 15, 129-143.

Briones, E., & Tabernero, C. (2005). Formación cooperativa en grupos heterogéneos. *Psicothema*, 3, 396-403.

Brown, I., & Inouye, D. K. (1978). Learned helplessness through modeling: The role of perceived similarity in competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 900-908.

Cancela Gordillo, R., Cea Mayo, N., Gabildo Lara, G., & Valilla Gigante, S. (2010). *Metodología de la Investigación Educativa: Investigación Ex Post Facto*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.

Carless, S. A., & De Paola, C. (2000). The measurement of cohesion in work teams. *Small Group Research*, 31, 71-88.

Carratalá Navarro, R., & Cervelló Gimeno, E. M. (2016). *Empoderamiento de equipo, eficacia colectiva y rendimiento en el deporte*. Trabajo final de Máster. Alicante: Universidad Miguel Hernández de Elche.

Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport groups: Interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology*, 4(2), 123–138.

Carron, A. V. (1991). El equipo deportivo como un grupo eficaz. En J. N. Williams, *Psicología Aplicada al Deporte* (págs. 131-155). Madrid: Biblioteca Nueva.

Carron, A. V., & Brawley, L. R. (2000). Cohesion. Conceptual and measurement issues. *Small Group Research*, 31, 89-106.

Carron, A. V., & Dennis, P. W. (2001). The sport team as an effective group. *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 120-134.

Carron, A. V., & Eys, M. A. (2012). *Group dynamics in sport (4th ed.)*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. En J. L. Duda, *Advances in sport and exercise psychology measurement* (págs. 213-226). Morgantown: WV: Fitness Information Technology.

Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 168-188.

Carron, A., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 7(3), 244-266.

Castro, J., & Edo, S. (1994). ¿Cómo influye el control percibido en el impacto que tienen las emociones sobre la salud? *Anales de Psicología*, 10, 127-133.

Chase, M. A., Lirgg, C. D., & Feltz, D. L. (1997). Do coaches' efficacy expectations for their teams predict team performance? *The Sport Psychologist*, 11, 8-23.

Chase, M. A., Lirgg, C. D., & Feltz, D. L. (1997). Do coaches' efficacy expectations for their teams predict team performance? *The Sport Psychologist*, 11, 8-23.

Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: a clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 73- 100.

Contreras Suarez, J. S., Cortes Cifuentes, D. F., & Vargas García, S. M. (2017). *Percepción de la cohesión grupal en la categoría pre-juvenil del Club Deportivo Real Capital*. Tesis de Grado. Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Corbetta, P. (2007). *Metodologías y Técnicas de Investigación Social*. Madrid: McGraw-Hill/Interamerica.

Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: Mc Graw Hill.

Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53, 109-132.

Estevan, I., Álvarez, O., & Castillo, I. (2016). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51-64.

Feltz, D. L. (1982). Path analysis of the causal elements in Bandura's theory of self-efficacy and an anxiety based model of avoidance behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(4), 764-781.

Feltz, D. L. (1988). Gender differences in the causal elements of self-efficacy on a high avoidance motor task. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(2), 151-166.

Feltz, D. L. (1992). Understanding Motivation in Sport: A Self-Efficacy Perspective. En G. C. Roberts, *Motivation in Sport and Exercise Champaign* (págs. 93-105). Illinois: Human Kinetics.

Feltz, D. L., & Lirgg, C. D. (1998). Perceived team and player efficacy in hockey. *Journal of Applied Psychology*, 83, 557-564.

Feltz, D. L., & Mugno, D. A. (1983). A replication of the path analysis of the causal elements in Bandura's theory of self-efficacy and the influence of autonomic perception. *Journal of Sport Psychology*, 5, 263-277.

Feltz, D. L., & Riessinger, C. A. (1990). Effects of in vivo emotive imagery and performance feedback on self-efficacy and muscular endurance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(2), 132-143.

Feltz, D. L., Landers, D. M., & Raeder, V. (1979). Enhancing self-efficacy in high-avoidance motor tasks: a comparison of modeling techniques. *Journal of Sport Psychology*, 1, 112-122.

Festinger, L., Schachter, S., & Back, K. (1950). *Social pressure in informal groups*. New York: Harper y Ross.

Fitzsimmons, P. A., Landers, D. M., Thomas, J. R., & Van Der Mars, H. (en prensa). Does self-efficacy predict performance in experienced weightlifters. *Research Quarterly for Exercise and Sport*.

García Mas, A., Olmedilla, A., Morilla, M., Rivas, C., García, O., & Ortega, E. (2006). Un nuevo modelo de cooperación deportiva y su evaluación mediante un cuestionario. *Psicothema*, 18, 425-432.

García Naveira Vaamonde, A. (2018). Autoeficacia y rendimiento en jugadores de fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(18), 66-78.

García Naveira, A. (2010). *Diferencias individuales en Estilos de Personalidad y Rendimiento en Deportistas*. Tesis Doctoral: Facultad de Psicología.

González Figueiras, O. (2007). Cohesión de equipo. *Lecturas Educación Física y Deportes. Revista Digital*, 12(114).

González Ponce, I., Sánchez Oliva, D., Amado Alonso, D., Pulido González, J. J., López Chamorro, J. M., & Leo Marcos, F. M. (2013). Análisis de la cohesión, la eficacia colectiva y el rendimiento en equipos femeninos de fútbol. *Apunts Educación Física y Deportes*(114), 65-71.

Gould, D., & Weiss, M. (1981). The effects of model similarity and model talk on self-efficacy and muscular endurance. *Journal of Sport Psychology*, 3(1), 17-29.

Grieve, F. G., Whelan, J. P., & Meyes, A. W. (2000). An experimental examination of the cohesion-performance relationship in an interactive team sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 219-235.

Guillén Rojas, N. (2007). Implicaciones de la Autoeficacia en el Rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 3(9), 21-32.

Heuze, J. P., Raimbault, N., & Fontayne, P. (2006). Relationships between cohesion, collective efficacy, and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects. *Journal of Sports Sciences*, 24, 59-68.

Heuze, J. P., Raimbault, N., & Fontayne, P. (2006). Relationships between cohesion, collective efficacy, and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects. *Journal of Sports Sciences*, 24, 59-68.

Heuze, J. P., Sarrazin, P., Masiero, M., & Thomas, J. P. (2006). The relationships of perceived motivational climate to cohesion and collective efficacy in elite female teams. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18, 201-218.

Heuze, J. P., Sarrazin, P., Masiero, M., Raimbault, R., & Thomas, J. P. (2006). The relationships of perceived motivational climate to cohesion and collective efficacy in elite female teams. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18, 201-218.

Hoyt, C., Murphy, S., Halverson, S., & Watson, C. (2003). Group leadership: Efficacy and effectiveness. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 7, 259-274.

Hu, L., McAuley, E., & Elavsky, S. (2005). Does the Physical SelfEfficacy Scale Assess Self-Efficacy or Self-Esteem? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27, 152–170.

Ibañez Grau, A. (2017). *Beneficios de la cohesión de grupo y su relación con variables psicológicas determinantes del rendimiento deportivo*. Tesis de Grado. Alicante: Universitas Miguel Hernandez.

Jiménez, C. (1990). *La autoeficacia percibida en la actividad física y el deporte*. Tesis de Licenciatura no publicada. Valencia: Facultad de Psicología. Universidad de Valencia.

Kavanagh, D., & Hausfeld, S. (1986). Physical performance and self-efficacy under happy and sad moods. *Journal of Sport Psychology*, 8, 112-123.

Kozub, S. A., & McDonnell, J. F. (2000). Exploring the relationship between cohesion and collective efficacy in rugby teams. *Journal of Sport Behavior*, 23, 120-129.

Kozub, S. A., & McDonnell, J. F. (2000). Exploring the relationship between cohesion and collective efficacy in rugby teams. *Journal of Sport Behavior*, 23, 120-129.

Lázaro, I., & Villamarín, F. (1997). Capacidad predictiva de la auto-eficacia individual y colectiva sobre el rendimiento en jugadoras de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 27- 38.

Lázaro, I., & Villamarín, F. (1997). Capacidad predictiva de la auto-eficacia individual y colectiva sobre el rendimiento en jugadoras de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 27-38.

Lent, R. W., & López, F. G. (2002). Cognitive ties that bind: a tripartite view of efficacy beliefs in growthpromoting relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21, 256-286.

Lent, R. W., & López, F. G. (2002). Cognitive ties that bind: a tripartite view of efficacy beliefs in growthpromoting relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21, 256- 286.

Leo Marcos, F. M., García Calvo, T., Sánchez Miguel, P. A., & De la Vega, M. R. (2011). Relación entre la cohesión de equipo, la eficacia percibida y el rendimiento en equipos masculinos de jóvenes futbolistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 6(1), 47-62.

Leo, F. M., García Calvo, T., Parejo, I., Sánchez, P. A., & García Más, 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.

Leo, F. M., García Calvo, T., Parejo, L., Sánchez Miguel, P., & Sánchez Oliva, D. (2010). Interacción de la cohesión en la eficacia percibida, las expectativas de éxito y el rendimiento en equipos de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 1-14.

Leo, F. M., García Calvo, T., Sánchez, P. A., & Parejo, I. (2008). Importancia de la percepción de eficacia para la mejora de la cohesión en el fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 47-60.

Leo, F. M., González Ponce, I., Sánchez Oliva, D., Pulido, J. J., & García Calvo, T. (2015). Adaptation and validation in spanish of the Group Environment Questionnaire (GEQ) with professional football players. *Psicothema*, 27(3), 261-268.

Leo, F. M., Sánchez Miguel, P. A., Sánchez Oliva, D., Amado, D., & García Calvo, T. (2011). Interacción de los niveles de cohesión en el grado de compromiso de jóvenes futbolistas. *Movimiento humano*, 1, 13-26.

Leo, F. M., Sánchez, P. A., Sánchez, D., & García Calvo, T. (2010). Interactive effects of team cohesion on perceived efficacy in semi-professional sport. *Journal of Sport Science & Medicine*, 9, 320-325.

Lirgg, C. D., & Feltz, D. L. (1991). Teacher versus peer models revisited: Effects on motor performance. *Research Quaterly for Excercise and Sport*, 62, 217-224.

Losada López, E., Rocha, D. C., & Castillo, L. (2012). Relación entre cohesión y liderazgo en equipos deportivos del Departamento de Boyacá-Colombia. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*, 12(1).

Losada, J., & Leiva, D. (2016). Estudio sobre la calidad de un instrumento de observación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 43-50.

Marino, P. A. (2013). *Percepciones de la relación cohesión grupal/rendimiento deportivo en hockey: estudio cualicuantitativo en un equipo de hockey femenino sobre césped*. Tesis de Grado. Rosario: Universidad Abierta Interamericana.

Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: Fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *Internacional Journal of Clinical and health psychology*, 6, 359- 378.

Martens, R., & Peterson, J. A. (1971). Group cohesiveness as a determinant of success and member satisfaction in team performance. *International review of sport sociology*, 6(1), 49-61.

McAuley, E. (1985). Modeling and self-efficacy: A test of Bandura's model. *Journal of Sport Psychology*, 7, 283-295.

McCullagh, P. (1987). Model similarity effects on motor performance. *Journal of sport Psychology*, 9, 249-269.

Mompeán Guillén, D. (2017). *Focos de ansiedad, atención, autoconfianza y cohesión en equipos de fútbol y su relación con el rendimiento*. Alicante: Universitas Miguel Hernandez.

Myers, N. D., Feltz, D. L., & Short, S. E. (2004). Collective efficacy and team performance: A longitudinal study of collegiate football teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 8, 126-138.

Myers, N. D., Feltz, D. L., & Short, S. E. (2004). Collective efficacy and team performance: A longitudinal study of collegiate football teams. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 8, 126-138.

Myers, N. D., Payment, C. A., & Feltz, D. L. (2004). Reciprocal relationships between collective efficacy and team performance in women's ice hockey. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 8, 182-195.

Newin, J., Bloom, G. A., & Loughhead, T. M. (2008). Youth Ice Hockey Coaches: Perceptions of a TeamBuilding Intervention Program. *The Sport Psychologist*, 22, 54-72.

Olmedilla, A., Ortega, E., Almeida, P., Lameiras, J., Villalonga, T., Sousa, C., . . . García Mas, A. (2011). Cohesión y cooperación en equipos deportivos. *Anales de Psicología*, 27(1), 232-238.

Paskevich, D. (1995). *Conceptual and measurement factors of collective efficacy in its relationship to cohesion and performance outcome*. Tesis Doctoral. Waterloo: Universidad de Waterloo.

Paskevich, D. M., Brawley, L. R., Dorsch, K. D., & Widmeyer, W. N. (1999). Relationship between collective efficacy and cohesion: Conceptual and measurement issues. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 3, 210-222.

Paskevich, D. M., Brawley, L. R., Dorsch, K. D., & Widmeyer, W. N. (1999). Relationship between collective efficacy and cohesion: Conceptual and measurement issues. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 3, 210- 222.

Ramzaninezhad, R., Keshtan, M. H., Shahamat, M. D., & Kordshooli, S. S. (2009). The relationship between Collective efficacy, group Cohesion and team Performance in professional volleyball teams. *Brazilian Journal of Biomotricity*, 3(1), 31-39.

Ramzaninezhad, R., Keshtan, M. H., Shahamat, M. D., & Kordshooli, S. S. (2009). The relationship between Collective efficacy, group Cohesion and team Performance in professional volleyball teams. *Brazilian Journal of Biomotricity*, 3(1), 31-39.

Relationship between self-efficacy and cognitive strategies in enhancing endurance performance. (1985). *International Journal of Sport Psychology*, 17, 280-292.

Rodenas Cuenca , L. T. (2019). Análisis de la relación entre cohesión y clima motivacional en el fútbol femenino mexicano. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 14(2), 97-101.

Ryckman, R. M., Robbins, M. A., Thornton, B., & Cantrell, P. (1982). Development and Validation of a Physical Self-Efficacy Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 891–900.

Senecal, J., Loughhead, T. M., & Bloom, G. A. (2008). A Season-Long TeamBuilding Intervention: Examining the Effect of Team Goals Setting on Cohesion. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 186-199.

Spink, K. S. (1990). Group cohesion and collective efficacy of volleyball teams. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12, 301-311.

Tschannen, M. M., Woolfolk, A., & Hoy, W. K. (1998). Teacher efficacy: Its meaning and measure. *Review of Educational Research*, 68, 202-248.

Vallerand, R. J., & Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. *Journal of Personality*, 60, 599-620.

Villega Clarke, R. (2019). *Cohesión de equipo y características psicológicas deportivas en futbolistas de la primera división peruana*. Tesis de Grado. Lima: Universidad Peruana de Ciencia Aplicadas.

Voight, M., & Callaghan, J. (2001). A team building intervention program: Application and evaluation with two university soccer teams. *Journal of Sport Behavior*, 24(4), 420-431.

Weinberg, R. S., Sinardi, M., & Jackson, A. (1982). Effect of bar height and modeling on anxiety, self-confidence and gymnastic performance. *International Gymnast*, 2, 11-13.

Whittembury, B., & Espinosa, A. (2020). Auto-eficacia, expectativas de resultado y desempeño deportivo en jugadores de rugby de Lima-Perú. *Revista Psicologia e Educação On-Line*, 3(1), 55-62.

Widmeyer, W. N., & Williams, J. M. (1991). Predicting cohesion in a coacting sport. *Small Group Research*, 22, 548-570.

Wilkes, R. L., & Summers, J. J. (1984). Cognition, mediating variables, and strength performance. *Journal of Sport Psychology*, 6, 351-359.

Yan Lan , L., & Gill, D. L. (1984). The relationships among self-efficacy, stress responses and cognitive feedback manipulation. *Journal of Sport Psychology*, 61, 227-238.

Yeager, K., Schomer, D. L., Osborne, P., Letz, R., & DiIorio, C. (2006). Behavioral, social, and affective factors associated with self-efficacy for self-management among people with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 9, 158– 163.

Yukelson, D. (1997). Principles of effective team building interventions in sport: A direct services approach at Penn State University. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 73-96.

Anexos

Cuestionario Sociodemográfico

Como alumno de la Universidad Abierta Interamericana solicito su apoyo para la realización de mi tesis de grado para obtener el título de Lic. en Psicología. La información brindada por usted es anónima y sus datos no serán difundidos. Los resultados de la investigación serán utilizados para fines académicos y científicos.

Este cuestionario está destinado únicamente a jugadores de equipos de fútbol 11 del Quilmes Atlético Club.

Desde ya, muchas gracias.

Brindo mi consentimiento informado para participar del estudio:

☐ Si

☐ No

Edad:

.....

Estado civil:

.....

Grupo de convivencia

.....

¿Hace cuánto tiempo juega?

☐ 5 años o menos

- ☐ Entre 6 y 10 años
- ☐ Más de 10 años

¿Hace cuánto tiempo juega en este equipo?

- ☐ 5 años o menos
- ☐ Entre 6 y 10 años
- ☐ Más de 10 años

Categoría en la que juega:

.....

¿Realiza otro deporte además de fútbol?

- ☐ Si
- ☐ No

Cuestionario de Ambiente de Equipo

Indica hasta qué punto las frases se corresponden a lo que piensas, usando la escala desde **(1) Totalmente en Desacuerdo** hasta **(9) Totalmente de Acuerdo**.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Totalmente en Desacuerdo								Totalmente de Acuerdo

	Valoración								
1. Me gusta participar en actividades extra deportivas con los demás jugadores del equipo (cenas, excursiones...)	1	2	3	4	5	6	7	8	9

2. Estoy contento con mi aportación al juego del equipo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Tengo buenos amigos en este equipo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. En este equipo puedo rendir al máximo de mis posibilidades	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Las compañeras del equipo son uno de los grupos sociales más importantes a los que pertenezco	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Me gusta el estilo de juego que tiene este equipo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. A los miembros del equipo les gusta salir de fi esta juntos	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Los miembros del equipo unen sus esfuerzos para conseguir los objetivos durante los entrenamientos y los partidos	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. A los jugadores de este equipo les gustaría juntarse algunas veces cuando finalice la temporada	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Todos los jugadores asumen la responsabilidad ante un mal resultado del equipo	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. A los miembros de nuestro equipo les gustaría juntarse en otras situaciones que no fueran los entrenamientos y los partidos	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Si existe algún problema durante los entrenamientos todos los jugadores se unen para poder superarlo	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Cuestionario de Autoeficacia en Defensa y Ataque

A continuación, te pedimos que valores tu rendimiento personal en el partido que acabas de jugar. Para ello, has de responder a una serie de cuestiones que tienes que valorar en una escala de 1 a 10, donde “1 significa malo” y “10 muy bueno”

1. En general, mi rendimiento en defensa ha sido:

1 Malo	2	3	4	5	6	7	8	9	10 Muy bueno
-------------------------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	---

2. En general, mi rendimiento en ataque ha sido:

1 Malo	2	3	4	5	6	7	8	9	10 Muy bueno
-------------------------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	---