



Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Trabajo de Fin de Grado

Curso académico 2016/2017

Convocatoria de Junio



Modalidad: Revisión bibliográfica y propuesta de intervención.

Título: Beneficios de la cohesión de grupo y su relación con variables psicológicas determinantes del rendimiento deportivo.

Autor: Alexandre Ibáñez Grau.

Tutora: María Antonia Parra Rizo.

Elche a 12 de junio de 2017.

ÍNDICE

1. Contextualización.....	4
2. Procedimiento de revisión (metodología).....	6
3. Revisión bibliográfica (desarrollo).....	8
4. Discusión.....	15
5. Propuesta de intervención.....	17
6. Referencias.....	18

Tabla 1. Número de artículos seleccionados según base de datos utilizada.....	7
Tabla 2. Criterios de exclusión en la selección de artículos.....	8
Tabla 3. Características de los estudios de revisión.....	9

Figura 1. Diagrama de flujo de la estrategia de búsqueda empleada.....	7
--	---

Gráfico 1. Distribución de los artículos según el tipo de deporte practicado.....	14
Gráfico 2. Distribución de los artículos en función de las características psicológicas y el rendimiento deportivo.....	15

1. CONTEXTUALIZACIÓN.

Uno de los principales objetivos de la psicología del deporte es evaluar, analizar y optimizar las condiciones relacionadas con la cognición, las emociones y el comportamiento dentro del ámbito deportivo mediante un trabajo multidisciplinar, con el fin de obtener el máximo rendimiento a nivel táctico, técnico y físico, sin que éste sea desvirtuado por factores psicológicos. El estudio sobre la influencia de las variables emocionales y su relación con el rendimiento deportivo era algo impensable hace unos años, las investigaciones se basaban únicamente en la mejora de los aspectos técnicos y físicos, y no fue hasta más tarde cuando se empezó a observar y estudiar cómo los factores psicológicos juegan un papel fundamental en el rendimiento deportivo, para ello es esencial que conozcamos su definición.

El rendimiento deportivo es definido por Martín (2001) como «el resultado de una actividad deportiva que, especialmente dentro del deporte de competición, cristaliza en una magnitud otorgada a dicha actividad motriz según reglas previamente establecidas». En dicha situación el deportista debe ofrecer una maximización de sus capacidades donde la colaboración de sus compañeros puede ser un factor clave para realizar la tarea con éxito. De este modo, la dinámica interna de los equipos en deportes colectivos podría influir de alguna manera en la obtención de un mayor rendimiento por parte de un equipo (Carron, Colman, Wheeler y Stevens, 2002; Heuzé, Raimbault y Fontayne, 2006; Myers, Feltz y Short, 2004; Ramzaninezhad, Keshtan, Shahamat y Kordshooli, 2009).

Durante esta revisión bibliográfica indagaremos en los aspectos psicológicos, en especial atención a la cohesión grupal. Al respecto diversos autores como Carron, Bray y Eys (2002), sugieren que es un elemento importante que influye tanto en la eficacia como en el rendimiento de un grupo deportivo, el cual tiene que alcanzar unas metas que necesitan de la colaboración conjunta para alcanzar el éxito. El término cohesión de grupo es definida por Carron, Brawley y Widmeyer (1998, p.213) como “un proceso dinámico reflejado en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido en la búsqueda de sus metas y objetivos”.

Dichos autores realizaron un modelo basado en 2 dimensiones, uno basado en la integración hacia el grupo, y el otro basado en la atracción por permanecer a ese grupo. Se pueden subdividir en dos, hacia los aspectos relacionados con la tarea y los aspectos relacionados con las relaciones o vínculos sociales formados por el grupo. Así, se identifican cuatro manifestaciones de la cohesión de equipo: Integración Grupal Tarea (GI-T), Integración Grupal Social (GI-S), Atracción Individual hacia el Grupo Tarea (ATG-T), y Atracción Individual hacia el Grupo Social (ATG-S). A partir de estas cuatro dimensiones, se obtienen resultados que nos sirven para poder analizar lo que está ocurriendo dentro de un grupo deportivo. La Integración grupal hace referencia a cómo el jugador se siente con respecto a su aceptación por el resto del grupo, y la Atracción Grupal explora si las motivaciones del propio deportista están acorde a las del grupo, por lo que determinará el querer pertenecer al mismo.

Además, este modelo conceptual de Carron et al. (1998) proponen cuatro antecedentes principales que afectan al desarrollo de la cohesión en el ámbito del deporte y el ejercicio físico: factores ambientales, factores personales, factores de liderazgo y factores de equipo. La situación externa al ámbito deportivo en la que vive el deportista, el cómo interprete las distintas situaciones, la influencia que proporcione el entrenador y la situación del equipo, desencadenarán distintos niveles de cohesión dentro del grupo, que deben de tenerse en cuenta para poder efectuar una óptima conclusión de las investigaciones.

En la mayoría de las ocasiones se ha dejado constancia que la cohesión grupal tiene influencia en el rendimiento, si bien es cierto que un elevado índice de cohesión no asegura que haya rendimiento deportivo, sí que habilita la expresión del rendimiento del equipo. A nivel teórico, la relación entre cohesión y rendimiento es circular, de modo que el éxito en la ejecución provoca un aumento de la cohesión, la cual, a su vez da lugar a un incremento del rendimiento (Carron et al. 2002). Según la bibliografía al respecto, se observa que hay una relación más positiva entre la cohesión grupal y el rendimiento cuando ésta es medida a través de conductas o logros más que por el resultado final.

En relación a los efectos que la cohesión tiene en un mayor rendimiento deportivo, autores como Fernández (2016) indican que la relación entre rendimiento y cohesión es positiva y significativa, sin embargo no encuentra diferencias entre el rendimiento y la cohesión hacia lo social, asimismo autores como (Bohórquez, Gómez-Millán, Delgado y Fernández (2017) sugieren que no existe ninguna relación directa entre ambas, en cambio, autores como Carron, Colman, Wheeler y Stevens (2002) comentan que la relación es circular, de modo que el éxito en la ejecución provoca un aumento de la cohesión, la cual, a su vez da lugar a un incremento del rendimiento. Por el contrario, Stogdil (1972) afirma que continua sin estar claro que la cohesión tenga una influencia directa, positiva y unívoca sobre el rendimiento deportivo, postulándose unas veces que puede más bien ser una relación indirecta y mediada. En la misma línea, autores como Beal, Cohen, Burke y McLendon (2003) y Carron et al. (2002) indican que hay una relación positiva pero poco significativa. En cambio, Cantó y Hernández (2005) y Brawley, Carron y Widmeyer (1993) indican que los hallazgos contradictorios son resultado de diferentes estrategias de evaluación e incluso que el mejor predictor del rendimiento deportivo es la cohesión social (Leo, García, Sánchez y de la Vega, 2010). A pesar de todo lo expuesto, existe escasez de conocimiento debido a la poca cantidad de estudios y diversidad de metodologías, por lo que existe cierta controversia sobre cómo se relacionan dichas variables, por eso con el objetivo de sintetizar y analizar los estudios hasta la fecha realizamos esta revisión.

Por lo tanto, el entrenador debe de conocer como la cohesión grupal ejerce de agente modulador de los procesos sociales dentro del grupo deportivo, con el fin de optimizar los recursos técnicos y físicos. Para ello es fundamental elaborar estrategias eficaces contrastadas científicamente para conseguir el éxito deportivo.

Teniendo en cuenta lo anteriormente comentado, el objetivo es realizar una revisión de la literatura actual y plantear una propuesta de intervención, cuyo objetivo sea identificar los efectos de la cohesión de grupo en el rendimiento deportivo, para obtener evidencias que permitan posteriores intervenciones, con el fin de obtener una comprensión más profunda sobre los procesos grupales que pueden determinar un óptimo rendimiento deportivo.

2. PROCEDIMIENTO DE REVISIÓN (METODOLOGÍA)

La finalidad de este estudio consiste en realizar una revisión sobre la literatura científica en relación a la variable psicológica designada "cohesión de grupo". En cuanto a los artículos utilizados en este trabajo, se incluyeron los estudios publicados en revistas científicas desde el año 2008 hasta 2015. Cabe indicar que para recopilar los artículos analizados en el trabajo, se efectuó una búsqueda en distintas bases de datos para, subsiguientemente, mediante criterios de inclusión y exclusión obtener la información considerada más relevante. A continuación se muestran de manera más detallada la selección realizada.

Se llevó a cabo una revisión siguiendo las directrices de la guía PRISMA (Preferred Reporting Items for Systemic Reviews and Meta-analyses) (Urrútia y Bonfill, 2013). Con respecto al origen de los artículos, hay que mencionar las 6 bases de datos científicas empleadas, las cuales fueron; PsycInfo, Dialnet, ScienceDirect, Psycodoc, Google Académico y la base de acceso libre de datos PubMed.

De tal manera, los criterios de inclusión utilizados durante la búsqueda para poder cribar los artículos a revisar fueron las siguientes (Tabla 1):

Tabla 1. Criterios de inclusión en la selección de artículos.

Criterios de inclusión
La muestra debe pertenecer a deportes colectivos o en su caso que se practique de manera conjunta.
El tipo de escrito a incluir debía pertenecer a un artículo científico.
Los artículos debían estar publicados a partir del año 2008 inclusive.
El descriptor utilizado debía utilizarse en castellano "cohesión de grupo" y "rendimiento".

Por otro lado, los criterios de exclusión que marcaban la eliminación de artículos se detallan a continuación (Tabla 2):

Tabla 2. Criterios de exclusión en la selección de artículos.

Criterios de exclusión
Ser anteriores al año 2008
Pertenecer a deportes individuales
Población infantil y 3 era edad
Test utilizados no validados
Artículos no científicos
Muestras inferiores a 10 sujetos

En cuanto al número de artículos revisados en el trabajo, en una primera búsqueda, en la cual no se aplicó ningún criterio de exclusión, se adquirieron un total de 36 artículos, repartidos de la siguiente manera según la base de datos buscada: 8 en PsycInfo, 8 en Dialnet, 2 en ScienceDirect, en 3 en Psycodoc, 8 en Google Académico y finalmente 7 en PubMed.

Anteriormente, se procedió al cribado utilizando los criterios de inclusión seleccionados, 21 artículos fueron los que consiguieron adaptarse a los criterios de la criba, se detallan a continuación las bases de datos que finalmente representan los artículos tras la criba (Tabla 3):

Tabla 3. Número de artículos seleccionados según base de datos utilizada.

Bases de Datos	Número de Artículos
Psycinfo	3
Dialnet	3
ScienceDirect	2
Psycodoc	4
Google Académico	8
Pubmed	4

Con respecto al manejo de la información seleccionada, se ha empleado el programa Microsoft Excel 2007, a partir del cual se creó una base de datos en la cual se incorporaron los siguientes datos: el nombre de los autores, el año de publicación, las características de los participantes, el método empleado para medir o de intervención, el tipo de deporte practicado y las conclusiones más determinantes para nuestra revisión así como el género de la muestra.

Cabe mencionar que dentro de los artículos seleccionados encontramos 3 artículos que pertenecen a estudios de corte longitudinal (experimental) con su correspondiente intervención y 18 artículos pertenecen a estudios de corte transversal (observacional) basándose fundamentalmente en la recogida de datos mediante test (Figura 1).

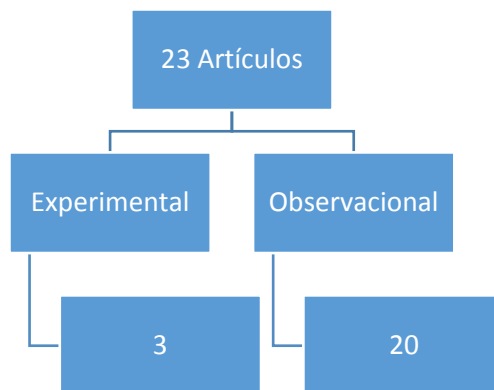


Figura 1. Diagrama de flujo de la estrategia de búsqueda empleada.

3. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA (DESARROLLO).

El resultado principal consiste en una revisión de 21 artículos relacionados con la cohesión y el rendimiento. Se agrupa en una única tabla ordenada por fecha de publicación para poder identificar la información de manera sintetizada (Tabla 4). En la misma, encontramos de manera más detallada la información que nos proporciona cada artículo. En cuanto a los autores encontramos como los más destacados en esta materia a Marcos et al. (2010, 2011, 2012, 2015) con un total de 6 estudios dentro de nuestra revisión, también son destacables las aportaciones de Padrón et al. (2016), apareciendo en 2 estudios y las de Gómez-Millan et al. (2017) apareciendo en 2 estudios, los demás autores aportan 1 estudio, beneficiando la diversidad de métodos dentro del trabajo propuesto.

En la parte de objetivos, encontramos cuáles eran las variables que se querían relacionar y en caso de haber relación, en qué sentido. Los participantes eran en su mayoría jugadores de deportes colectivos, sobretodo destacaba el alto número de estudios en Fútbol, los deportistas oscilaban en su gran mayoría entre los 11 y los 35 años. El método de cuantificación de las distintas variables fue el uso de diversos test contrastados científicamente, en mayor abundancia destacaba el Group Environment Questionari (GEQ), también fue muy utilizado el Instrumento Multidimensional de Cohesión en Deporte.

Los resultados nos indican las relaciones entre las variables estudiadas, en que caso fueron significativas, en cuáles no, básicamente nos ofrece de una forma resumida los efectos producidos durante el estudio.

Tal y como se puede observar, autores como Padrón et al. (2016) y Fernández et al. (2016) encuentran en sus estudios una relación positiva entre rendimiento y cohesión de grupo, en relación a la metodología empleada fue muy distinta entre ambos estudios, en cambio, Bohórquez et al. (2017) y Navarro-Patón et al. (2016), nos indican que dichas relaciones no se dan en ninguno de los casos, posiblemente sea por la corta duración de ambos estudios, en la misma línea encontramos diversos autores que no encontraron diferencias significativas entre sexos en los niveles de cohesión Fernández

et al. (2016).

En diversos estudios encontramos una relación positiva entre el liderazgo con el clima motivacional y la cohesión de grupo como es el de Marcos, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, Alonso, y García-Calvo, (2013). En la misma línea distintos estudios profundizan más en la relación entre clima motivacional y cohesión de grupo, indicando que la mayor relación positiva se produce entre climas enfocados a la tarea con la cohesión de grupo. Sin embargo se relaciona de manera negativa con el clima enfocados al ego (Balaguer et al. 2015; Calvo et al. 2008). En cuanto la eficacia, encontramos artículos que indican que la cohesión de grupo se relaciona positivamente con la eficacia colectiva (Leo et al. 2011) pero esta relación es aún mayor si es hacia la tarea (González et al. 2013).

A continuación mostramos las características principales de los estudios observados.



Tabla 4. Características de los estudios observados.

Referencias	Año	Objetivo	Participantes	Método	Deporte	Conclusión (Resultados)
Gómez-Millan et al.	2017	- Analizar la relación entre ⁵ RA y ⁶ RH con ¹ CE. -Relación entre ⁵ RA y ⁶ RH.	-22 jugadores de rugby semi-profesionales de División de Honor B. -Entre 19 y 34 años (M=24,18; DT=4,32).	-Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario adhoc (rendimiento deportivo). -2 subgrupos, ⁷ AR y ⁸ MR.	-Colectivo. -(Rugby).	-No diferencias significativas entre ¹ CE y ⁶ RH entre los de ⁷ AR y ⁸ MR. -No diferencias significativas entre ¹ CE y ⁵ RA entre los ⁷ AR y ⁸ MR. -No relación entre ⁵ RA y ⁶ RH.
Padrón et al.	2016	Efectos de un espacio de reflexión en el desarrollo de la ¹ CE.	-12 Karatecas. (Entre 13 y 15 años) Eide de Villa Clara (Cuba).	-2 veces por semana (30 min). -Espacios de reflexión (vídeos, técnicas psicológicas). -Atención individual con el deportista.	-Individual. -(Karate Do).	↑Sentido de permanencia al equipo. ↑compromiso por el resultado. ↑Resultados competitivos.
Fernández	2016	-Relación ¹ CE y ⁹ RD. -Diferencias en las variables entre sexos.	-280 deportistas (137 mujeres y 143 hombres). -Entre los 11 y los 45 años (M= 23.26, DT= 6.30). -23.6% estaba compitiendo a nivel local, un 56.1% a nivel gallego, y un 20.4% a nivel nacional.	-Cuestionario ⁷ GEQ (versión española adaptada). -Cuestionario de rendimiento (añadieron dos preguntas la test ⁷ GEQ).	-Colectivo. -Fútbol. -Fútbol Sala. -Baloncesto. -Softball. -Voleibol playa. -Rugby.	-Relación positiva y significativa entre ⁹ RD y ¹ CE en todas las variables excepto en ¹⁰ IG-S con ⁴ RC. -Importancia variables 1º ¹¹ IG-T 2º ¹² ATG-T 3º ¹³ ATG-S -No diferencias significativas entre hombres y mujeres en ninguna variable.
Navarro-Patón et al.	2016	-Relación entre ⁹ RD en la clasificación y ¹ CE.	-41 jugadores (todos varones). -Edad: entre 17 y 37 años (M = 26.09; DT = 5.10). -Pertenece a 3 equipos gallegos de máxima categoría.	-Cuestionario ¹⁴ IMCODE.	-Colectivo. -Fútbol Sala.	-No hay relación significativa entre las variables de ¹ CE y ⁹ RD en la clasificación.
Arias et al.	2015	-Diferencias en la ¹ CE en función del género (general y por modalidad deportiva).	-205 deportistas -87 mujeres (42,4 %) con edades entre 16 y 48 años (M = 21,9, DE = 5,4); y 118 varones (57,6 %), entre 13 y 29 años (M = 19,2, DE = 3,5).	-Cuestionario ¹⁵ CPRD.	-Colectivo. -Fútbol. -Voleibol. -Baloncesto. -Fútbol sala.	-Diferencias significativas entre hombres y * ↑mujeres en ¹ CE en general. -Diferencias significativas entre hombres y * ↑mujeres de ¹ CE en Fútbol. -Diferencias significativas entre todas las modalidades deportivas en ¹ CE.

		-Diferencias en la ¹ CE en función de la modalidad deportiva.				
Leo et al.	2015	-Relacionar el ¹⁶ CR y el ¹⁷ CE con ³ EC.	-225 jugadoras de fútbol profesional con edades entre los 15 y los 36 años ($M = 22.20$; $DE = 4.61$). -Pertenece a 13 Equipos de 1ª División Femenina.	-Escala de 6 ítems por Beauchamp y Bray(conflicto de rol). -Escala de 6 ítems por Jehn (1995) y empleada por Tekleab et al. (2009)(Conflicto de equipo).	-Colectivo. -Fútbol.	-El ¹⁶ CR se relaciona positiva y significativamente con ¹⁷ CE tarea y relaciones. -El ¹⁷ CE se relaciona negativa y significativamente con la ³ EC.
Balaguer et al.	2015	-Relacionar la ¹ CE con el clima tarea y clima ego. -Relación de la motivación auto-determinada con ¹ CE.	-809 jóvenes jugadores de fútbol 798 chicos y 11 chicas). -edades entre los 9 y los 13 años ($M = 11.49$, $DT = 1.16$).	- Cuestionario (¹⁸ PMCSQ-2) adaptado jóvenes. -Cuestionario ¹⁹ BRSQ-6 adaptado jóvenes. -Cuestionario ²⁰ YSEQ.	-Colectivo. -Fútbol.	-Relación significativa y positiva entre clima tarea y ¹ CE. -Relación negativa y significativa con clima ego. -Relación positiva y significativa de motivación intrínseca con ¹ CE,significativa negativa con extrínseca.
González et al.	2013	-Analizar relaciones de percepción de ¹ CE con ³ EC y el ⁴ RCen jugadoras.	-66 jugadoras de fútbol. -Entre 15 y 33 ($M = 19,61$; $DT = 3,99$).	-Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario ³⁴ QECF. -Clasificación en liga.	-Colectivo. -Fútbol.	-Relaciones positivas y * entre ¹ CE, ³ EC y ⁴ RC. - ¹¹ IG-T mayor predictor de ³ EC. - ¹ EC mayor predictor de ⁴ RC.
Fiorese et al.	2013	-Analizar las relaciones entre las dimensiones del perfeccionismo y la ¹ CE.	-58 deportistas varones de Paraná (Brasil). -Edad media de 25.8 ± 6.3 . -Participaron en una liga profesional brasileña durante el año 2010.	-Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario ²¹ MPS.	-Colectivo. -Fútbol sala.	-Mayor perfeccionismo adaptativo mayor ¹¹ IG-T* y ¹² ATG-T*.

Marcos et al.	2013	-Influencia del tipo de liderazgo con el clima motivacional y la ¹ CE y la aceptación de rol.	-377 jugadores de fútbol de género masculino. -Edades comprendidas entre los 18 y los 39 años ($M = 24.51$; $DE = 3.73$). -Jugaban en el grupo XIV de la Liga Nacional Española de Tercera División.	-Cuestionario ²² LSS. -Cuestionario ¹⁸ PMCSQ-2. -Cuestionario ⁷ GEQ.	-Colectivo. -Fútbol.	-El liderazgo tarea correlaciona positivamente con el clima tarea* y la ¹ CE*. -El liderazgo autocrático correlaciona negativamente con el clima tarea* y la CE*.
Leo et al.	2013	-Analizar el clima motivacional, la ³ EC y la ¹ CE en relación al rendimiento.	-203 jugadores de fútbol de género masculino, con edades entre los 18 y los 37 años ($M = 24,71$; $DT = 3,68$). -Perteneían a equipos semi-profesionales en el grupo XIV de la Liga Nacional de Tercera División.	-Cuestionario ¹⁸ PMCSQ-2. -Cuestionario ⁷ GEQ. -Rendimiento; se usó de un factor en tabla clasificatoria.	-Colectivo. -Fútbol.	-El clima motivacional a la tarea se relaciona de forma positiva con todos los factores de la ^{*1} CE. -El clima motivacional que implica al ego presenta una correlación negativa con todos los factores de la ^{*1} CE excepto en ¹² ATG-T.
González-Ponce et al.	2013	-Conocer las diferencias de género en relación al clima motivacional, la ¹ CE y la ³ EC.	-144 participantes, de los cuales 75 eran varones con edades entre los 15 y 36 años ($M = 24.29$; $DT = 4.37$). - 69 jugadoras de fútbol entre los 15 y los 33 años ($M = 20.01$; $DT = 4,9$).	-Cuestionario ¹⁸ PMCSQ-2. -Cuestionario ²³ PEERMCSQ. -Cuestionario ⁷ GEQ.	-Colectivo. -Fútbol.	-Hombres mayor clima ego*, mujeres mayor ^{*1} CE. -El clima motivacional y la cohesión que implica a la tarea se relaciona positivamente con la ^{*1} CE y la ^{*3} EC en H y M.
Borrego et al.	2012	-Desarrollar una intervención basado en el ³³ TB, para potenciar la ¹ CE y la satisfacción. -Analizar la relación con ambas variables	-Participaron 20 jugadores (varones) de categoría juvenil (rango de edad entre 15 y 16 años).	-Aplicación de un programa de ³³ TB. -Medición pre y post. -Observación. -Entrevistas. -Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario ³⁴ CSA.	-Colectivo. -Futbol.	-Aumentó la Cohesión social y la satisfacción respecto al pre test.
Bohórquez et al.	2012	-Determinar la influencia de la ³² IG pudiera	-Participaron 57 estudiantes de primer curso de CAFD. -Edades comprendidas entre 18	-Cuestionario ⁷ GEQ. -Inclusión de normas grupales.	-Colectivo. - Multideporte.	-Diferencias significativas y positivas de los grupos experimentales ³² IG ,en ¹³ ATG-S y ¹⁰ IG-S con respecto a los controles.

		tener sobre ¹ CE.	y 47 años (M = 19.46, DT = 4.12). -Divididos en 4 equipos durante las 15 sesiones. -2 Equipos con ³² IG libre y 2 impuesta.			
Losada-López et al.	2012	-Determinar si existe relación entre la ¹ CE y el liderazgo de los compañeros.	-136 deportistas, pertenecientes a Boyacá, Colombia. -Hombres y mujeres entre los 13 y 24 años de edad.	-Cuestionario ¹⁴ IMCODE. -Cuestionario ²⁴ EELD.	-Colectivo. -Baloncesto. -Fútbol. -Fútbol sala. -Voleibol.	-Relación entre las dimensiones calidad de trabajo-aspectos relativos a la ejecución (cohesión) y valores deportivos (liderazgo).
Olmedilla et al.	2011	-Relaciones entre ² CD y ¹ CE -Conocer si variables como la categoría, la posición táctica y la situación de titular o suplente influyen en la ² CD y ¹ CE.	-945 jugadores españoles de fútbol de competición. -324 (34.3%) eran infantiles; 322 (34.1%) de categoría cadete y 299 (31.6%) eran juveniles. -Edades comprendidas entre 12 y 18 años, con una media de edad de 14.7	-Cuestionario ²⁶ TCQ. -Cuestionario ²⁵ CCD.	-Colectivo. -Fútbol.	-No existen diferencias * entre la categoría y la posición en cuanto a ² CD y ¹ CE. -Existen diferencias significativas en cuanto a titular/suplente en algunas variables de ² CD y ¹ CE. -Relación positiva y significativa de ² CD y ¹ CE a pesar de que se comportan de manera distinta.
Leo et al.	2011	-Relación entre ¹ CE, ³ EC y rendimiento.	-235 jugadores de fútbol de género masculino. -Edades comprendidas entre los 15 y los 19 años (M= 17.02; DT = .75).	-Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario propio de Eficacia. -Clasificación tabla.	-Colectivo. -Fútbol.	-Relación positiva * entre ¹ CE, ³ EC y Autoeficacia. -Relación positiva * entre ⁴ RC y cohesión social, ³ EC y Eficacia entrenador.
Leo et al.	2011	-Analizar el clima motivacional del entrenador y el nivel de ¹ CE sobre el grado de Compromiso.	-Compuesta por 867 jugadores masculino (n = 809) y femenino (n = 58). -Edades entre los 11 y los 16 años (M = 13,25; DT = 1,78).	-Cuestionario ¹⁸ PMCSQ-2. -Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario ³⁴ SCQ.	-Colectivo. -Futbol.	-Clima tarea y los niveles de cohesión, social y tarea, van a estar relacionados y van a predecir de forma positiva los factores del compromiso que fomentan la adherencia.

Leo et al.	2010	-Analizar las relaciones entre la ¹ CE y la autoeficacia, la ³ EC, ²⁷ EPC, ²⁸ EPE, ²⁹ EE y ⁴ RC.	-61 sujetos, con edades comprendidas entre los 14 y 16 años ($M = 15.39$; $SD = .68$). -Pertenecientes a 6 equipos de baloncesto la Liga Cadete Masculina.	-Cuestionario ⁷ GEQ. -Cuestionario ¹⁴ IMCODE. -Cuestionario propio de Eficacia. -Clasificación tabla. -Pregunta de ²⁹ EE.	-Colectivos. -Baloncesto.	-Relación positiva* en todas las variables entre ¹ CE y la autoeficacia, la ³ EC, ²⁷ EPC, ²⁸ EPE, ²⁹ EE y ⁴ RC.
García et al.	2008	- Relacionar la teoría de las metas de logro y la auto determinación con la ¹ CE.	-492 jugadores de fútbol, con edades comprendidas entre los 13 y los 19 años. -Competían en categorías infantil, cadete y juvenil.	-Cuestionario ³⁰ POSQ. -Cuestionario ¹⁸ PMCSQ-2. -Cuestionario ³¹ SMS. -Cuestionario ⁷ GEQ.	-Colectivo. -Fútbol.	- Relación positiva de ¹ CE con mayores niveles de autodeterminación y con la orientación y el clima que implica a la tarea. -Las orientaciones y los climas predicen el nivel de autodeterminación, y éste a su vez predice mayores niveles de ¹ CE.
Leo et al.	2008	-Analizar la relación entre la autoeficacia, la eficacia percibida por el entrenador y por los compañeros respecto a la ¹ CE. -Determinar la predicción que tienen los diferentes tipos de eficacia sobre la cohesión tarea. -Ver cómo la autoeficacia y la percepción del entrenador y de	-66 jugadores de fútbol y 4 entrenadores -Media de edad de 23,2 años ($DT = 3.4$), y pertenecían a cuatro equipos semiprofesionales.	-Cuestionario ¹⁴ IMCODE. -Cuestionario propio de Eficacia.	-Colectivo. -Fútbol.	-La eficacia percibida por el entrenador tiene mayor relación con la cohesión tarea -La eficacia percibida por los jugadores se asocia con la cohesión social.

los compañeros
sobre la eficacia
de cada jugador
en la cohesión
social.

¹CE;cohesión de equipo ²CD: cooperación deportiva ³EC: eficacia colectiva ⁴RC;rendimiento colectivos ⁵RA; rendimiento autopercebido⁶RH; rendimiento heteropercebido⁷GEQ; groupenvironmentquestionari⁷AR; alto rendimiento ⁸MR; medio rendimiento ⁹RD; rendimiento deportivo *Significativa ¹⁰IG-S; integración grupal social ¹¹IG-T; Integración grupal tarea ¹²ATG-T; atracción grupal hacia la tarea ¹³ATG-S; atracción grupal hacia lo social ¹⁴IMCODE; instrumento multidimensional de cohesión en deporte ¹⁵CPRD; cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo ¹⁶CR; conflicto de rol ¹⁷CE; conflicto de equipo ¹⁸PMCSQ-2;Clima motivacional percibido en el deporte ¹⁹BRSQ; Cuestionario de regulación conductual ²⁰YSEQ; Cuestionario de entorno deportivo para jóvenes ²¹MPS;Escala multidimensional de perfeccionismo ²²LSS; Escala de liderazgo en el deporte ²³PEERMCSYQ; Cuestionario motivacional percibido en los iguales ²⁴EELD, Escala de evaluación de liderazgo deportivo ²⁵CCD; Cuestionario de cooperación deportiva ²⁶TCQ; Teamclimatequestionnaire²⁷EPC, Eficacia percibida por los compañeros ²⁸EPE; Eficacia percibida por el entrenador ²⁹EE; Expectativas de éxito ³⁰POSQ; cuestionario de percepción de orientación en el deporte ³¹SMS; Escala de motivación en el deporte ³²IG; Identidad grupal ³³TB; TeamBuilding³⁴CSA; Cuestionario de satisfacción del deportista.



La presente revisión recoge estudios de carácter experimental y observacional que reflejan la relación entre la cohesión de grupo y el rendimiento deportivo. A pesar de que la búsqueda de la literatura realizada pone de manifiesto que la variable cohesión de grupo mejora variables psicológicas como la eficacia colectiva, la cooperación y el rendimiento percibido como los estudios de Marcos et al. (2011) y Ponce et al. (2013) no siempre se dan en la misma relación, incluso a veces no se da relación, por lo que es interesante conocer las variables que pueden estar influyendo en dichos resultados.

Como bien es sabido cada deporte tiene unas características singulares que le diferencian del resto, cada deporte se rige por unas normas que son aceptadas por sus participantes, las cuales influirán en la manera de percibir las variables psicológicas, también se producen en un contexto social, en el cual se permiten ciertas conductas como aceptadas a pesar de que el reglamento no lo permita. En relación a ello, en la siguiente gráfica, observamos que la gran mayoría de los estudios realizados se refieren al fútbol, ya que es el deporte que más se practica en Europa, del cual hay más investigación realizada como el de Olmedilla et al. (2011) (Gráfica 1).

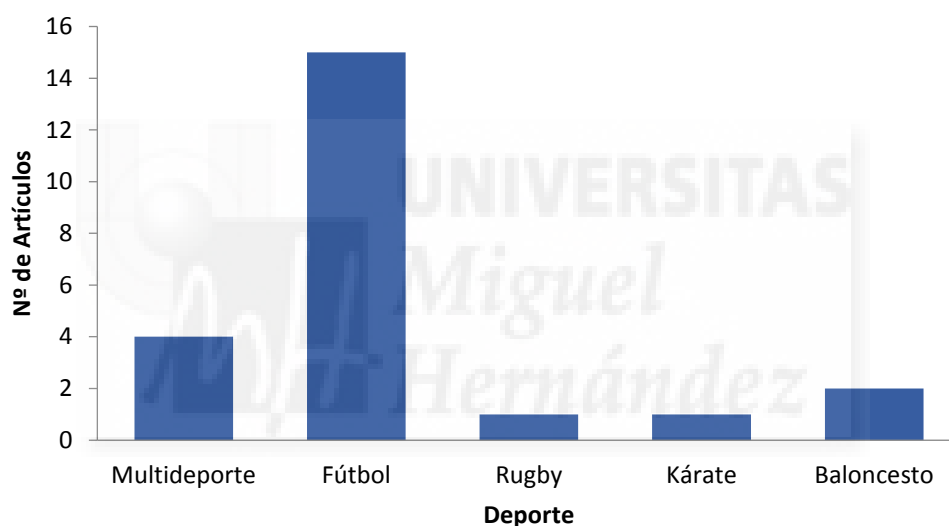


Gráfico 1. Distribución de los artículos según el tipo de deporte practicado.

En el siguiente gráfico 2, podemos observar los resultados obtenidos según las características y objetivos del estudio, se dividen en 4 grupos principalmente. Según el gráfico 2, encontramos 3 artículos en los cuales no se encontraron relaciones significativas entre la cohesión de grupo y el rendimiento deportivo como el de Bohórquez et al.(2017), en la siguiente columna encontramos el número de estudios que encontraron relación significativa entre la cohesión de equipo y el rendimiento deportivo, los cuales en total fueron un número de 8 artículos como el de González et al. (2013).

En el siguiente grupo de características de los estudios encontramos 2 artículos que coinciden en los diferentes resultados en cuanto a la cohesión de grupo y el género como el de González-Ponce et al. (2013), por último tenemos una columna que nos informa que la mayoría de los artículos nos dan una relación positiva entre la cohesión de grupo y las variables psicológicas determinantes en el rendimiento deportivo como el de García et al. (2008).

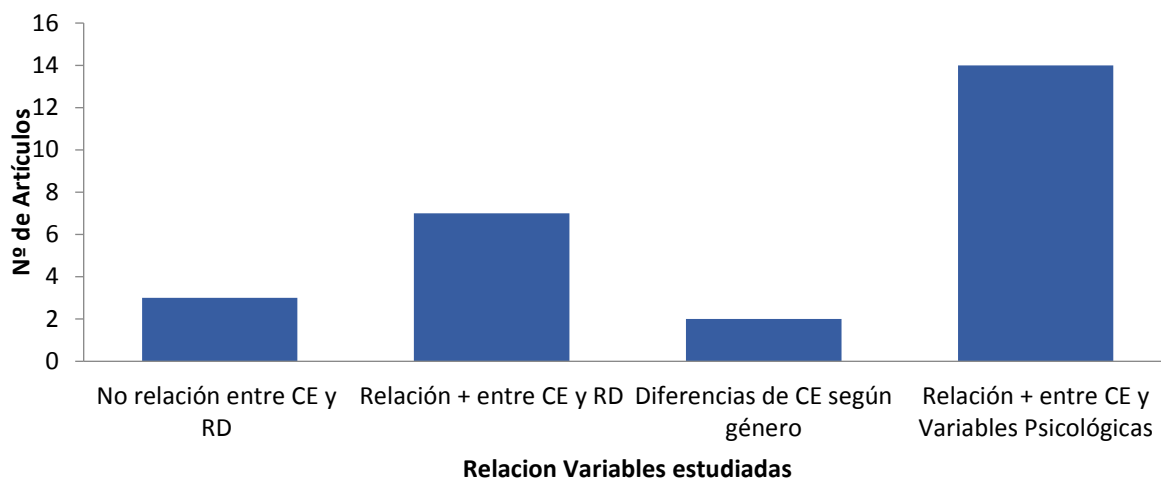


Gráfico 2. Distribución de los artículos en función de las características psicológicas y el rendimiento deportivo.

4. DISCUSIÓN.

El objetivo de este trabajo consistió en un análisis de las publicaciones científicas sobre la variable cohesión de grupo y su relación con el rendimiento deportivo realizada desde finales de 2008 hasta principios de 2017. Para ello se realizó la búsqueda en 6 bases de datos distintas 2 de ámbito nacional y 4 de ámbito internacional.

Una vez realizada la base de datos y extraídos los resultados de la revisión bibliográfica hay que destacar información relevante de cara a posibles propuestas de investigación que traten sobre la cohesión de grupo y rendimiento deportivo. En primer lugar, señalar que todos los artículos eran de habla castellana, a pesar de haber utilizado bases de datos internacionales, seguramente debido a los criterios de búsqueda empleados, se aprecia una importante participación a nivel nacional, como segundo mayor productor encontramos países del sur de América. En segundo lugar y en concordancia a la productividad por años, se puede distinguir que a partir del año 2013 se produce un incremento del interés por la relación entre cohesión de grupo basado en el modelo de Carron et al. (1982), y el rendimiento deportivo.

Se puede observar además que la gran mayoría de los artículos estudiados son de corte transversal como el de Arias et al. (2016) debido a que el hecho de conseguir una muestra con la que realizar este tipo de investigación de manera longitudinal es complejo de llevar a cabo, debido a las características de éstos estudios, ya que resulta muy costoso sostener una muestra a lo largo del tiempo.

En la actualidad sigue existiendo cierta controversia en cuánto a los resultados obtenidos, observamos a través de los estudios analizados, que en la gran parte de ellos, parece haber una relación entre algunas de las variables de la cohesión de grupo y el rendimiento como el de Balaguer et al. (2015). Sin embargo, en ocasiones no llegan a ser significativas, en muchos casos se concluye que es una variable indirecta del rendimiento deportivo. Por ello la importancia que dan los autores a

estudiar variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo a la vez que la cohesión de grupo y comprender mejor cómo se relacionan. Variables tales como los climas motivacionales, el liderazgo, la eficacia colectiva, relacionan de manera positiva y significativa con la cohesión de grupo y a su vez con el rendimiento deportivo como el de González- Ponce et al. (2013).

Una de las consignas en la que coinciden la mayoría de estudios, ya que fue la que mayores puntuaciones reportó, fue la dimensión cohesión hacia la tarea como el de Bohórquez et al. (2012). A partir de la cual se refleja el grado en que los miembros del grupo trabajan juntos para alcanzar objetivos comunes, teniendo en cuenta los roles asignados, con el fin de obtener un rendimiento que el grupo considere como exitoso (Carron et al. 1982). La importancia de centrarnos en los procesos relacionados en la tarea toma una trascendencia relevante con el objetivo de mejorar nuestra intervención en un grupo de deportistas.

Los autores, Mullen y Copper (1994) y Paskevich et al. (1999) afirman que la relación entre cohesión y rendimiento está presente cuando la cohesión hace referencia a aspectos relacionados con la tarea y no tanto cuando intervienen aspectos sociales. Los objetivos prioritarios de los deportistas tienen más que ver con su éxito dentro de su labor profesional que de sus relaciones sociales, ya que releva una gran importancia en cuanto a su carrera profesional, pudiendo dejar sus relaciones personales fuera del contexto deportivo.

De la misma manera, para garantizar el desarrollo de la cohesión dentro de los equipos deportivos es importante tener en cuenta los factores ambientales, personales, de equipo y de liderazgo propuestos por Carron (1982) en su modelo de cohesión. Dado que pueden llegar a influir el rendimiento del equipo en caso de no ser manejados de manera óptima, ya que estas variables dirigen de manera significativa la cohesión a través de actividades o tareas que se relacionan con el rendimiento de los objetivos del equipo.

Cabe señalar que se obtuvieron en diversos estudios una relación negativa entre los equipos que tenían jugadores que estaban integrados y dispuestos hacia las actividades sociales fuera del entrenamiento y un menor rendimiento como el de Olmedilla et al. (2011). Lo que nos indica que si el grupo está demasiado cohesionado hacia lo social, el rendimiento se ve perjudicado, posiblemente por causa de una falta de responsabilidad, ya que unas buenas relaciones pueden llegar a distraer a los deportistas de los aspectos relacionados con la tarea.

Es importante recalcar que existe una notoria tendencia por parte de los entrenadores deportivos, a trabajar de manera insistente la cohesión, basándose en la premisa de aumentar el rendimiento deportivo. Es de vital importancia concienciar la necesidad de afrontar el trabajo psicológico de los equipos basándose en las necesidades concretas de cada grupo deportivo singular, y su contexto, desechando variables inequívocamente relacionadas con el rendimiento, tales como una excesiva cohesión hacia lo social.

Por lo que el papel de los entrenadores y psicólogos deportivos es tener la capacidad de discernir entre las variables que están afectando o influyendo en el rendimiento deportivo, con el cometido de desarrollar los aspectos múltiples de la cohesión tanto a nivel social como de tarea, pero dando una mayor implicación a éstos últimos, por su mayor trascendencia que ha dejado de manifiesto la literatura científica al respecto, y de esta manera dotar de mayor número de herramientas a los profesionales que trabajan con deportistas.

Una de las mayores limitaciones encontradas es la falta de bibliografía que se puede obtener sobre la cohesión de grupo, al menos en la literatura castellana, debido a eso ha sido de gran dificultad poder generalizar los datos ya que variaban los estudios, las edades, objetivos, fechas de publicación. Otra limitación encontrada es la diversidad de deportes por lo que generalizar se vuelve aún más complicado, las variables usadas para medir el rendimiento podrían estar interferidas muchos factores que se escapan a nuestro control, al igual que el uso de cuestionarios que a pesar de su validez y fiabilidad podemos encontrar factores que son incontrolables, tales como estado de ánimo o cansancio de los deportistas.

Cabe destacar que dentro del deporte profesional no hemos encontrado ningún estudio, probablemente debido a las limitaciones de tiempo y trascendencia de dicho tipo de deporte, pero pensamos que sería muy útil de cara a maximizar el rendimiento. Por último, señalar que es interesante seguir investigando sobre la influencia de la cohesión de grupo sobretodo en el rendimiento deportivo, puesto que su conocimiento, posibilita el uso de estrategias para la optimización de los recursos sociales y afectivos del equipo para mejorar el rendimiento y el bienestar social.

Por ello, parece imprescindible que en futuras investigaciones se pongan en práctica estudios que aborden con mayor profundidad y exactitud la relación entre las variables a través de estudios experimentales y longitudinales que permitan visualizar y analizar en el tiempo los resultados. Una futura línea de investigación posible podría ser si el constructo “novedad” podría tener en influencia en la cohesión de equipo ya que sería interesante conocer si pueden tener alguna relación para poder mejorar la intervención práctica dentro del ámbito deportivo.

En cuanto a las implicaciones prácticas, las investigaciones nos acercan a ciertas estrategias que pueden implicar una mayor cohesión tanto tarea como social. Fomentar actividades y ser mediador entre los componentes de un equipo, son estrategias fundamentales que ayudan a aumentar la cohesión del grupo pero que requieren también cierta habilidad por parte de los entrenadores.

Teniendo en cuenta la literatura revisada llegamos a la conclusión que para aumentar la probabilidad de tener mayor rendimiento es fundamental generar un clima que favorezca las relaciones dentro del grupo, tanto a nivel profesional dentro del ambiente deportivo como fuera de él, en la vida personal de los deportistas. Pero no sólo eso, sino que un ambiente hostil dentro del grupo donde no haya implicación ni cohesión, es un grupo destinado a disminuir su rendimiento ya que hay relación positiva entre grupos poco cohesionados y bajo rendimiento.

Finalmente, hay variables que afectan al nivel de cohesión, como los climas motivacionales, los tipos de motivación, el tipo de liderazgo, la eficacia percibida, que actúan modulando los niveles de cohesión que a su vez afectan al rendimiento deportivo. Por lo cual, conocer todo este tipo de investigaciones nos dará unas pautas, las cuales pueden ser aplicadas por el entrenador, y facilitarán su labor como entrenadores, promoviendo climas idóneos para el desarrollo deportivo de sus deportistas.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.

Después de indagar sobre los aspectos relacionados con la cohesión de grupo, es de suma importancia dirigir nuestros esfuerzos para trasladar los conocimientos teóricos a la práctica, a través de una serie de propuestas que puedan ayudar a clarificar los conceptos, y obtener una base a partir de la cual poder trabajar estos aspectos dentro de un grupo deportivo.

A continuación mostramos como podemos aplicar dichas estrategias en el deporte de rendimiento, en concreto en club de Fútbol:

-Durante los entrenamientos podemos dedicar en el calentamiento o en la vuelta a la calma, ejercicios donde la tarea sólo se pueda obtener con la participación de todos, que sea algo indispensable para conseguir el éxito.

-Una vez a la semana se pueden proponer espacios de reflexión, donde los jugadores puedan comentar cómo se sienten dentro del grupo a nivel de juego y qué cosas le preocupan o dónde se siente más a gusto.

-Entrevistas personales con los jugadores para ganar su confianza y conocer cuál es su nivel de compromiso dentro del grupo.

-Reuniones sociales, cada 3 meses aproximadamente, así conseguimos una unión más hacia lo social para que no sólo sean compañeros de trabajo sino amigos.

-Concentraciones antes de los partidos favoreciendo un clima social que sea favorable para el grupo.

-Uso de test para conocer y medir el nivel de cohesión durante la temporada.

-Charlas con las personas más cercanas al futbolista, familia, amigos, para hacerles conscientes de la situación de los deportistas y que les puedan ayudar.

-Ser cuidadosos con los mensajes que mandamos a los jugadores durante los entrenamientos o partidos.

-Programa de entrenamiento sobre la gestión emocional y mi rendimiento, con la finalidad de conocer mejor la regulación de emocional y los efectos en el equipo grupal e individual.

A través de estas propuestas y con una correcta formación podemos conseguir una alta cohesión de grupo que va a favorecer un buen clima dentro del grupo, y a su vez una mayor probabilidad de conseguir el éxito deportivo.

6. REFERENCIAS.

Arias, I. A., Cardozo, T., Aguirre-Loaiza, H. H. & Arenas, J. (2016). Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto: diferencias entre modalidad y género. *Psicogente*, 19(35), 25-36.

Avalos, T., Maximiliano, S., Dávila, B., Jesús, C. & López-Walle, J. M. (2015). Climas motivacionales, liderazgo y cohesión grupal en contexto deportivo universitario. *Educación Física y Ciencia*, 17(1), 2-12.

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.

Beal, D. J., Cohen, R. R., Burke, M. J., & McLendon, C. L. (2003). Cohesion and performance in groups: a meta-analytic clarification of construct relations. *Journal of Applied Psychology*, 88(6).

Bohórquez, M. R., Lorenzo, M., Bueno, M. R. & Garrido, M. A. (2012). Influencia de la identidad grupal en la cohesión: estudio piloto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 151-154.

Borrego, C. M. C., Silva, C. M. & Guerrero, J. P. (2012). Programa de Intervención psicológica para la optimización del concepto de equipo (teambuilding) en jóvenes futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 49-58.

Brawley, L. R., Carron, A. V., & Widmeyer, W. N. (1993). The influence of the group and its cohesiveness on perceptions of group goal-related variables. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(3), 245-260.

Calvo, T. G., Marcos, F. M. L., Miguel, P. A. S., Jiménez, R. & Gimeno, E. C. (2008). Importancia de los aspectos motivacionales sobre el grado de cohesión en equipos de fútbol. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 3(1), 61-74.

Canto Ortiz, J., & Hernández Mendo, A. (2003). La cohesión en los grupos deportivos. A. Hernández Mendo, *Psicología del Deporte*, 1, 104-123.

- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in Sport Groups: Interpretations and Considerations. *Journal of Sport Psychology*, 4(2), 123-138.
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. *Advances in sport and exercise psychology measurement*, 213-226.
- Carron, A. V., Bray, S. R. & Eys, M. A. (2002). Team cohesion and team success in sport. *Journal of sports sciences*, 20(2), 119-126.
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J. & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24(2), 168-188.
- Dietrich M., D. (2001). *Manual de metodología del Entrenamiento Deportivo*. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Estabrooks, P. A., & Carron, A. V. (1999). Group cohesion in older adult exercisers: prediction and intervention effects. *Journal of behavioral medicine*, 22(6), 575-588.
- Evans, C. R., & Dion, K. L. (1991). Group cohesion and performance a meta-analysis. *Small group research*, 22(2), 175-186.
- Fernández, D. (2016). *Relación entre cohesión y rendimiento en hombres y mujeres deportistas*. Trabajo de Fin de Grado presentado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Santiago de Compostela, Compostela.
- Fernández, I. C., Solá, I. B. & Duda, J. L. (2003). Interrelaciones entre el clima motivacional y la cohesión en futbolistas cadetes. *EduPsykhé: Revista de Psicología y Psicopedagogía*, 2(2), 243-258.
- Fiorese, L., Andrade do Nascimento Junior, J. R. & Lopes, J. L. (2013). Perfeccionismo y nivel de cohesión de grupo de deportistas adultos de fútbol sala. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 0331-336.
- Gómez-Millán, M. R. B., Vega, P. D. & Gavira, J. F. (2017). Rendimientos deportivos auto y heteropercebidos y cohesión grupal: Un estudio exploratorio. *Retos*, 31, 103-106.
- González-Ponce, I., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D. & García-Calvo, T. (2013). Análisis de los procesos grupales en función del género en un contexto deportivo semiprofesional. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 45-52.
- Heuzé, 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(1), 59-68.
- Losada-López, E., Carolina-Rocha, D. & Castillo, L. (2012). Relación entre cohesión y liderazgo en equipos deportivos del departamento de Boyacá-Colombia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 33-44.
- Marcos, F. M. L., Calvo, T. G., González, I. P., Miguel, P. A. S. & García-Mas, A. (2009). Aplicación de un programa de intervención para la mejora de la cohesión y la eficacia en jugadores de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1), 73-84.
- Marcos, F. M. L., Calvo, T. G., Miguel, P. A. S. & de la Vega Marcos, R. (2011). Relación entre la cohesión

- de equipo, la eficacia percibida y el rendimiento en equipos de fútbol. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 6(1), 47-62.
- Marcos, F. M. L., Calvo, T. G., Miguel, P. A. S. & González, I. P. (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.
- Marcos, F. M. L., Miguel, P. A. S., Oliva, D. S., Alonso, D. A. & Calvo, T. G. (2011). Análisis de la incidencia del clima motivacional y la cohesión de equipo sobre el grado de compromiso de jóvenes futbolistas. *Cultura, Ciencia y Deporte*, (16), 5-14.
- Marcos, F. M. L., Sánchez-Miguel, P. A., Sánchez-Oliva, D., Alonso, D. A. & García-Calvo, T. (2011). Incidence of the cooperation, cohesion and collective efficacy on performance in football teams. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(26), 341-354.
- Marcos, F. M. L., Sánchez-Miguel, P. A., Sánchez-Oliva, D., Alonso, D. A. & García-Calvo, T. (2013). El liderazgo y el clima motivacional del entrenador como antecedentes de la cohesión y el rol percibido en futbolistas semiprofesionales. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 361-370.
- Marcos, F. M., Sánchez, P. A., Sánchez- Oliva, D., Amado Alonso, D. & GarcíaCalvo, T. (2014). Análisis de los procesos grupales y el rendimiento en fútbol semiprofesional. *Revista Iberoamericana de Psicología del Deporte* 14(53), 153-168.
- Marcos, L., Miguel, F., García Calvo, T., Parejo, I., Sánchez-Miguel, P. A. & 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), 0089-102.
- Marcos, L., Miguel, F., González-Ponce, I. & Sánchez-Miguel, P. A. (2015). El conflicto de rol y el conflicto de equipo como debilitadores de la eficacia colectiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 171-176.
- Martin, D. (2001). *Rendimiento Deportivo*. Paidotribo
- Mullen, B., & Copper, C. (1994). The relation between group cohesiveness and performance: An integration. *Psychological Bulletin*, 115(2), 210-227
- 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(2), 126.
- Navarro-Patón, R., Mecías, M., Basanta, S. &Lojo, C. (2016). Análisis de la cohesión grupal de los equipos de fútbol sala de máxima categoría en Galicia (España). *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 247-251.
- Olmedilla, A., Ortega, E., Almeida, P., Lameiras, J., Villalonga, T., Sousa, C., ... & Mas, A. G. (2011). Cohesion and Cooperation in sports teams. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 27(1), 232-238.
- Padrón, Á. G., Rojo, A. C. & Valdés, R. M. (2016). Desarrollo de la cohesión grupal en deportistas de Karate-do mediante espacios de reflexión. *Arrancada*, 16(29), 96-105.
- Paskevich, D. M., Brawley, L. R., Dorsch, K. D. &Widmeyer, W. N. (1999). Relationship between collective efficacy and team cohesion: Conceptual and measurement issues. *Group Dynamics:*

Theory, Research, and Practice, 3(3), 210.

Ponce, I. G., Oliva, D. S., Alonso, D. A., González, J. J. P., Chamorro, J. M. L. & Marcos, F. M. L. (2013). Analysis of Cohesion, Collective Efficacy and Performance in Women's Football Teams. *Apunts. Educació física I Esports*, (114), 65-71.

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.

Stogdill, R. M. (1974). *Handbook of leadership: A survey of theory and research*. Free Press.

Torregrosa, M., Ortega, E., Lameiras, J., Sousa, C., García, A., Villalonga, T.,... & Cruz, J. (2011). Cohesión y cooperación en equipos deportivos. *Anales de psicología*, 27(1), 232-238.

Urrútia, G. y Bonfill, X. (2013). La declaración PRISMA: Un paso adelante en la mejora de las publicaciones de la revista española de salud pública. *Revista Española de Salud Pública*, 87(2), 99-102.

