

Artículo original

Plan de intervención psicológica para favorecer los factores psicosociales en el equipo de softball juvenil femenino

Psychological intervention plan to favor psychosocial factors in the female youth softball team

MSc. Ariadnis Jorge Sánchez. Psicóloga. Profesora Auxiliar.

Centro Provincial Medicina del Deporte. Granma. Cuba ajorges@infomed.sld.cu 

Dr. C. Sonia García Jeréz. Profesora Titular. Universidad de Granma. Cuba.

sgarciaj@udg.co.cu 

Recibido: 12 de marzo de 2020 Aceptado: 5 de junio de 2020

RESUMEN

El equipo deportivo en su dinámica representa las características de un grupo sociopsicológico, organizado en el deporte, cuyo meta fundamental es elevar su rendimiento cualitativo y cuantitativo durante el proceso de entrenamiento para después reflejarlo en la competencia. Es por eso que se impone el reto de diseñar planes de intervención mucho más completos en los deportes colectivos, dada la necesidad de elevar la eficiencia grupal para que el equipo pueda actuar como un todo y como grupo sociopsicológico debe ser objeto de intervención para mejorar estas características sociopsicológicas. Esta investigación se realizó en el equipo de Softball Juvenil Femenino de la U.D.D “Alfredo Utset Bertot” con el objetivo de aplicar un plan de intervención psicológica que favoreciera el desarrollo psicosocial del equipo y por ende en una mayor eficiencia grupal. Se utilizaron métodos de investigación del conocimiento teórico, empírico y técnicas sociométricas. Se destacan como resultados el de favorecer climas sociopsicológicos adecuados en el equipo, la adecuación de las metas tanto individuales como grupales, se obtuvo una notable mejoría en lo que respecta a la comunicación grupal y los indicadores de la cohesión grupal se elevaron en el segundo diagnóstico con resultados muy positivos. El equipo de Softball Juvenil Femenino obtuvo el 1er lugar en los Juegos Nacionales mejorando su actuación de un 2do lugar en los del año anterior, lo que constituye un aporte práctico para el desarrollo psicosocial en equipos deportivos específicamente en los deportes con pelota.

Palabras clave: equipo deportivo; factores psicosociales; desarrollo sociopsicológico; eficiencia grupal; Softball Juvenil Femenino; plan de intervención psicológica.

ABSTRACT

The sports team in his dynamics represents the characteristics of a group partner psychological, organized in sports, you introduce of whom fundamental you are to raise his qualitative and quantitative performance in the course of workout stops after to reflect it in the competition. The fact that the challenge to design complete plans of much more intervention in the collective sports, once the need to raise the group efficiency in order that the team may act as a whole and I eat group was given partner psychological imposes itself is that's why he must be I object of intervention these characteristics for the better partner psychological.

Alfredo Utset Bertot for the sake of applying a plan of psychological intervention that favor the development the team's psychosocial accomplished this investigation himself in Softball youthful female team of the U.D.D and for there in a bigger group efficiency. Partner métric utilized fact-finding methods of the theoretic knowledge, empiricist and techniques themselves. Partner psychological made suitable in the team, the adjusting of the goals highlight like results to favor climates themselves so much individual like group, a notable improvement in regards to the group communication was obtained and they lifted the group cohesion's indicators in the second diagnosis with very positive results. Softball youthful female team obtained the 1er place in the National Games improving his acting of a 2do place in give them the prior year, that constitutes a practical contribution for development psychosocial in sports teams specifically in the sports with ball.

Key words: sports team; factors psycho social; development partner psychological; group efficiency; softball youthful female; plan of psychological intervention.

INTRODUCCIÓN

La Psicología Deportiva, como ciencia joven, es una rama especial de la Psicología aplicada. Describe los fenómenos psicológicos de la actividad deportiva y aplica programas metodológicos y de intervención científicamente fundamentadas.

El problema del grupo deportivo, su eficacia grupal y por ende su rendimiento y especialmente el equipo deportivo, con sus características peculiares constituye la base de las investigaciones de los factores sociopsicológicos que en este intervienen.

La Psicología Deportiva se apoya en los aportes de la Psicología Social para la explicación necesaria de estos fenómenos teniendo en cuenta que el objetivo de estudio de esta rama consiste en el estudio de las irregularidades psicosociales del proceso de organización y

dinámica grupal, así como el estudio de los mecanismos de influencia en el individuo y sobre las demás personas.

El equipo deportivo es un tipo específico de pequeño grupo, organizado en el deporte, en el desarrollo de su dinámica representa las características en un grupo sociopsicológico cuyo objetivo fundamental es elevar su rendimiento cualitativo y cuantitativo durante el proceso de entrenamiento para después demostrarlo en la competencia.

Las características del desarrollo psicosocial de equipos deportivos como grupos son los siguientes (folleto psicopedagogía)



Es por eso que se impone el reto de diseñar programas de intervención mucho más completos en los deportes colectivos, dada la necesidad de elevar la eficiencia grupal para que el equipo pueda actuar como un todo y como grupo sociopsicológico debe ser objeto de intervención para mejorar estas características sociopsicológicas.

Entre los iniciadores históricos del trabajo e intervención en grupos se destacan (Lewin, Roger C, 1969) de la Psicología Humanista y Pichón, (1990).

Los trabajos de (Lewin, 1969) permitieron la comprensión más efectiva de los procesos y las fuerzas sociopsicológicas que tienen lugar en el grupo. Los individuos se reunían para examinar las relaciones interpersonales, y la dinámica grupal mediante la interacción.

(Roger,1969) fundamenta sus concepciones teóricas teniendo como antecedentes el Psicoanálisis, la Antropología y a la Psicología de la Gestalt utiliza la Pedagogía en el grupo para facilitar el aprendizaje, la maduración y el cambio en un ambiente de máxima expresión personal y la comunicación interpersonal.

Uno de las grandes referencias en el estudio de los grupos y su aplicación lo ocupa la concepción de "grupos operativos" (Pichón, 1953). Para Pichón, el grupo se define como una estructura de acción, para él siempre será operativo. El tipo de interacción grupal que plantea

se sustenta en centrar la interacción en la tarea potenciando así la acción grupal se sustenta en centralizar la actividad grupal a partir de la interacción conjunta de sus miembros. (Calviño, 1998) valora los diferentes modelos de organización y coordinación: la dinámica grupal, los grupos de encuentro, y el Psicodrama que utilizan los conocimientos de aquellos caminos por los que puede avanzar los grupos si es que quieren ser más eficientes y productivos.

La psicóloga rusa (Andreeva, 1984) señala que todos los procesos dinámicos del pequeño grupo ejercen su influencia en la eficiencia de la actividad grupal. Destaca que los procesos grupales como la comunicación, la cohesión y el clima sociopsicológico, las metas, el estilo de dirección accionan sobre el grupo en su desempeño. (Fuentes, 1984) enfatiza en este análisis al considerar que el clima sociopsicológico se forma como consecuencia de la presencia e interacción de factores, que son vistos también como peculiaridades de la cohesión grupal, que son las necesidades y gustos, características de la comunicación, preparación grupal para el desarrollo de la acción conjunta y estilos de dirección.

“Los grupos con eficiencia se caracterizan por tener un ambiente de apoyo, claridad en sus funciones, metas superiores y su adecuado liderazgo” (Davis, 1987). Es precisamente en el seno de tales grupos, según (Bello & Casales 2003) en los cuales se desarrollan los procesos sociopsicológicos que sirven de enlace entre la sociedad y el individuo, y es aquí donde se encuentra su más completa expresión como sujeto y objeto de la interacción social. Para estos autores la necesidad objetiva de cooperación y la necesidad subjetiva de interacción social conducen a la formación y funcionamiento de estos grupos.

En los estudios realizados por (Carron, 1984), (Rodríguez, 1983), (Gutiérrez, 1984), (Sabas, R & Del Pino, 1994) explican qué procedimientos metodológicos pueden emplearse para el logro de la eficiencia grupal.

Por su parte (Cañizares, 2004) refiere que el plan de intervención psicológica está encaminado a potenciar el desarrollo sociopsicológico del equipo deportivo y dirigido al tratamiento de parámetros grupales partiendo del supuesto teórico de que este tipo de intervención aplicada al deporte se orienta al análisis del atleta de sí mismo y de los demás miembros del equipo. La autora comparte este criterio pues se promueven reflexiones en torno al aporte de cada miembro a las metas, el clima sociopsicológico, la comunicación y la elevación de la cohesión entre ellos, teniendo en cuenta la intervención sistemática de estas variables y su influencia grupal.

En la práctica diaria es común encontrar equipos deportivos con muy buena preparación físico-técnico y táctica, pero que presentan evidentes conflictos en su dinámica grupal que, al llegar a

la competencia debido a la presión y a las exigencias psicológicas, características de esta etapa puede agudizarse y empobrecer su eficiencia como equipo repercutiendo negativamente en el rendimiento competitivo.

A partir del diagnóstico psicológico durante la preparación psicológica en la etapa general se identificó que en el equipo de Softball Juvenil Femenino existía una pobre definición y compromiso de las metas, un clima sociopsicológico inadecuado, debido a que existían subgrupos en el equipo y se manifestaban en su comportamiento tensiones, choque de intereses, las relaciones no se basaban en el respeto y comprensión mutuas incumpliendo normas y en alguna medida injustamente se menoscababan las necesidades más esenciales de la personalidad de cada atleta.

La comunicación era inadecuada a base de gritos, si se cometía algún que otro error en el juego. Todo esto conllevaba a conflictos interpersonales y a divisiones en el equipo que afectan lógicamente la cohesión grupal repercutiendo negativamente en su desempeño (eficiencia grupal), a pesar de que existía un adecuado desarrollo en el nivel técnico-táctico y se contaban con individualidades con un alto rendimiento.

Predominaba el individualismo, los líderes manifestaban la falta de apoyo de sus compañeros, falta de cooperación, las acciones individuales predominaban en el comportamiento grupal lo que traía consigo discusiones, inconformidad entre unos y otros.

En consecuencia, el problema científico de esta investigación deviene en cómo favorecer el desarrollo de los factores psicosociales del equipo de Softball Juvenil Femenino y por ende en su eficiencia grupal.

Es por eso que se plantea como objetivo a la problemática el de aplicar un plan de intervención psicológica que favorezca al desarrollo psicosocial del equipo y por ende en una mayor eficiencia grupal para dar solución a estos conflictos. En esencia se trata de favorecer los factores psicosociales que incidan armónicamente en la dinámica grupal.

Durante el desarrollo de la investigación se ejecutaron los siguientes objetivos específicos:

1. Comprobar que el plan de intervención psicológica favorece los factores psicosociales en los atletas de Softball Juvenil Femenino.
2. Determinar que el plan de intervención psicológica influye en la eficiencia grupal del equipo Softball Juvenil Femenino.

Plan de intervención psicológica: constituye una serie de acciones psicológicas deseadas para influir sobre las características psicosociales en equipos deportivos. Sus invariantes son la

utilización del grupo para accionar sobre el establecimiento de las metas, liderazgo y el mejoramiento de la comunicación, el clima y la cohesión para lograr la eficiencia grupal.

Desarrollo Psicosocial: son las manifestaciones psicosociales que como organismo social se expresa en la conducta de cada miembro bajo la influencia social y matizan la actividad conjunta.

Clima Sociopsicológico: Es el estado emocional del equipo unido a las normas morales y de valoración. Se manifiesta en la relación entre sus miembros con el objetivo común a través de la exigencia, la disciplina, la comprensión, la responsabilidad y la camaradería, en la relación entre sus miembros, en la simpatía y la cordialidad y en la relación hacia sí mismo, en su disposición hacia el equipo, la satisfacción con su posición y las relaciones interpersonales que despliega.

Cohesión Grupal: se representa como característica integral del sistema de relaciones internas del grupo, que demuestra el grado de correspondencia de los criterios, valoraciones, disposiciones y posiciones de los miembros con respecto a la actividad. Tiene que ver con la unidad valorativa de orientación del equipo y es cuando sus miembros pensaban, sentían y actuaban como una unidad. Tendencia del grupo a mantenerse juntos y reaccionar como una entidad única ante las exigencias de los objetivos trazados.

Liderazgo: se define como la influencia sobre las personas para que intente con buena voluntad y entusiasmo el logro de las metas de la organización. El líder es el miembro del grupo por el cual la mayoría siente admiración y respeto, manifiestan obediencia y toman como paradigma una conducta ante la vida social y personal. Aquel que toma responsabilidad en la solución de tareas y en la obtención de metas del grupo en situaciones complejas influyendo sobre los demás y siendo aceptado espontáneamente por los miembros.

Comunicación: fenómeno complejo en el que interactúan dos o más personas de forma activa, a partir de diversas motivaciones y con el fin de expresar, crear, negociar un conjunto de significados, vivencias, emociones, afectos sobre la base de determinadas reglas que se determinan en el curso de la actividad. Dirección de la crítica: criticar el error y no a la persona.

Metas: son definidos como determinados objetivos, están representadas por la necesidad de alcanzar unible de rendimiento. Se relacionan con obtener grado de destreza, perfeccionar ciertas ejecuciones, alcanzar un grado superior en cualquiera de las cualidades físicas, técnicas y tácticas.

Materiales/metodología.

La investigación se enmarca en un estudio pre-experimental con un diseño pretest y post-test y una metodología cuali-cuantitativa para un solo grupo.

Para el desarrollo de esta investigación se seleccionaron atletas del mismo deporte Softball, Categoría Juvenil. El tipo de selección es intencional.

Se utilizaron métodos del nivel teórico del conocimiento como son: analítico-sintético, inductivo-deductivo, histórico-lógico, análisis documental y sistémico estructural funcional. Así como métodos del nivel empírico: la observación, la medición, y el experimento.

Además, se trabajó con técnicas que facilitaron la obtención de la información: entrevistas, análisis de documentos y técnicas sociométricas (Método Sociométrico, Metodica para el Clima Sociopsicológico, Test Sociométrico, Metodica para el diagnóstico de la comunicación, Cohesión Grupal, Test de la Calidad de la comunicación). La investigación se realizó entre la Etapa General y Especial, con 2 sesiones semanales efectuándose con un tiempo de duración de 45 minutos.

Plan de Intervención Psicológica

Encuentro no. 1 Presentación.

Objetivo: lograr establecer rapport, confianza y seguridad, así como establecer las líneas de trabajo y los conocimientos teóricos de las características sociopsicológicas y su importancia para la eficiencia grupal. Adecuar las expectativas con los objetivos.

Método: Orientación Psicológica.

Encuentro no.2 El establecimiento de metas.

Objetivo: procedimiento que lleva al sujeto a alcanzar determinados objetivos brindando una dirección a sus acciones para estimular la motivación de los deportistas y con ello incrementar sus rendimientos deportivos. Reestructurar las metas para lograr el compromiso y mantenimiento de los indicadores que garanticen la implicación personal y grupal.

Encuentro no. 3 Resolución de conflictos interpersonales.

Objetivo: exploración de conflictos en las relaciones de grupo y la ideología colectiva a los sujetos en el perfeccionamiento o adquisición de nuevos roles restituir capacidades pérdidas.

Método: Sociograma (Método Psicodramático).

Encuentro no. 4 Técnicas para el Control Emocional.

Objetivo: desarrollar habilidades en los atletas para que aprendan a identificar y controlar las emociones que inciden de manera negativa en las relaciones interpersonales y en el clima sociopsicológico de forma general.

Método: Orientación Psicológica.

Encuentro no. 5 Proceso de Comunicación.

Objetivo: que los atletas traten de identificar dificultades en la comunicación verbal y extraverbal que afectan la relación entre sus miembros del grupo y el trabajo en equipo y brindarle habilidades en la comunicación que permitan mantener sobre la base del respeto y la disciplina, la cooperación y cumplimiento de los objetivos.

Método Actividad Educativa.

Encuentro no.6 La cohesión grupal y su incidencia en la eficiencia grupal.

Objetivo: Lograr que los atletas concienticen la importancia de la cohesión grupal para el logro de las metas en el equipo.

Método: Cine debate terapéutico.

Encuentro no.7 Los obstáculos para la competencia.

Objetivo: valorar la importancia de la cohesión grupal en función de la actividad competitiva.

Método: Modelaje, análisis de situaciones.

Encuentro no.8 Liderazgo positivo.

Objetivo: concienciar a los atletas de la influencia que ejercen sobre los demás en el logro de las metas de la organización. Enunciarle las características de un verdadero líder positivo.

Método: orientación psicológica (se realiza con los líderes o populares del grupo).

Encuentro no.9 Juego de roles.

Objetivo: valorar la importancia de la cohesión grupal para el éxito de la actividad conjunta.

Método: juego de roles. Discusión.

(Este plan está respaldado por el curso de post-grado de Psicopedagogía impartido a los entrenadores con el objetivo aplicar los elementos psicopedagógicos relacionados con la dirección del proceso de enseñanza- aprendizaje físico-deportivo, la influencia del entrenador en el funcionamiento del equipo).

Discusión/resultados

En el test de Metodica del Clima Sociopsicológico en lo que respecta a las relaciones interpersonales de un puntaje de -2 se logró 1 punto, por la satisfacción de la actividad de 0 se elevó a 2 y por el sentido de pertenencia, cohesión grupal y el promedio del clima sociopsicológico los resultados que anteriormente arrojaron resultados negativos después de aplicado el plan de intervención estos mejoraron notables al puntuar números positivos en todos los indicadores.

Luego de las sesiones relacionadas con el planteamiento de metas las atletas adquirieron un mayor compromiso e implicación personal y grupal en el cumplimiento de las mismas y al ver que para todas era importante subordinar las metas individuales a las del colectivo, por el bien común favoreció en que se desarrollara un buen estado de ánimo. Se provocaron estados positivos, satisfacción en el cumplimiento de las mismas que favoreció a un adecuado clima sociopsicológico.

Se generó una estrecha unidad de criterios, tendencia a la interacción emocional y funcional caracterizándose por la comprensión y apoyo mutuo sobre todo en situaciones en que se cometía algún error táctico por parte de alguna de las atletas. El sentido de la crítica cambió al ser bien utilizada siendo más constructiva y menos dirigida a la censura, por lo que cada miembro sintió menos presión por parte del resto del equipo y se respiró un ambiente de camaradería. Gráfico No. 1.

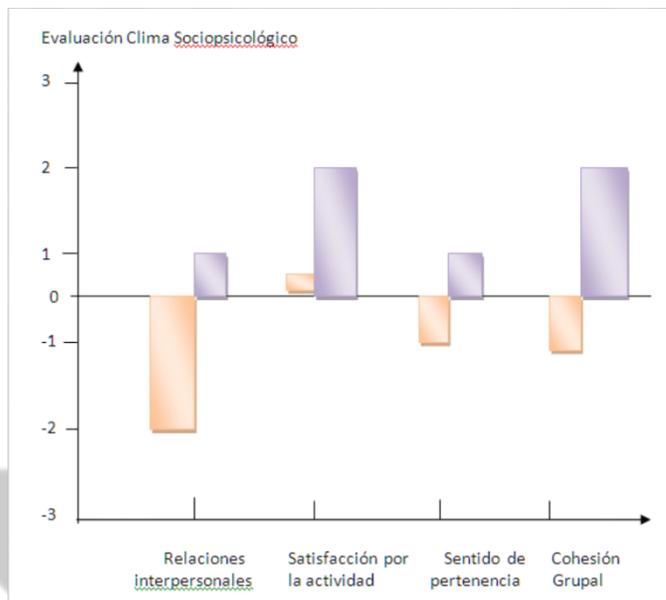


Gráfico No. 1 Comparación de los resultados de la Metodica del Clima Sociopsicológico.

La resolución de conflictos entre las atletas generó que mejoraran las relaciones entre todas y que los conflictos personales no tuvieran trascendencia, eliminando rencores, resentimientos y algunas asperezas resaltando los beneficios que le aportaba cada miembro al equipo por encima de las dificultades. Además, cada miembro realizó una adecuada crítica y autocrítica con el correspondiente compromiso a regular los defectos en la personalidad de cada una que podían incidir negativamente en la dinámica grupal. Se logró la función educativa del adecuado manejo de conflictos y se modelaron posibles situaciones conflictivas y las respuestas positivas para una loable y productiva solución.

En la evaluación del instrumento de cohesión grupal los indicadores de la unidad de la actividad de -1 aumentó en 1 y en la unidad para las cualidades valorativas y unidad de los afectos se elevaron a 2 puntos lo que confirma lo que señala (Andreeva,1984 citado en Cañizales, 2004) que todos los procesos dinámicos ejercen su influencia en la eficiencia de la actividad grupal.

Gráfico No. 2.

Evaluación del Instrumento de Cohesión Grupal

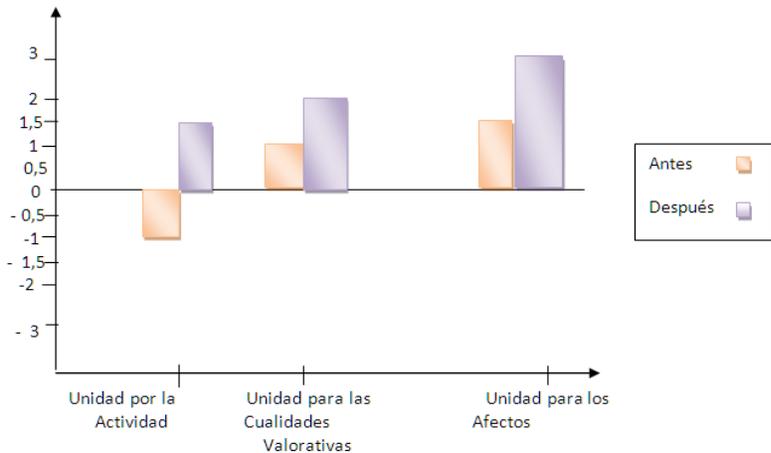


Gráfico No. 2 Comportamiento de la Cohesión Grupal.

La integración de la unidad valorativa, afectiva y conductual influyó significativamente a que el equipo actuara en las competencias como una sola entidad. Se vivió un flujo de la acción sin interrupción con gran acople de las acciones de conjunto ante situaciones complejas del juego. Se manifestaron conductas de cooperación, apoyo moral deseos de lograr unidas la victoria, incluso entre las atletas de la reserva y las regulares se transmitían apoyo afectivo y moral. Se activó el sentido de la disciplina, el deber y la responsabilidad que ejercía cada una para con el equipo, dando el mejor esfuerzo y mostrando una mayor eficiencia grupal en los juegos más reñidos. Se coincide con (Davis, 1987) en que los grupos con eficiencia se caracterizan por tener un ambiente de apoyo y claridad en sus funciones. Por lo que se infiere que un buen planteamiento de metas donde se establece la jerarquización de las mismas con el consenso y la participación de todas las atletas conlleva al sentido de pertenencia, implicación personal y satisfacción de los objetivos trazados lo que genera un mejoramiento del clima psicosocial favoreciendo la cohesión grupal, pues la participación y el compromiso conlleva a la unidad de criterios, afectos y la acción en pos del trabajo en equipo.

Esto se vio reflejado en que los juegos se fueron ganando con amplio margen de carreras, muchas atletas mejoraron el average en el bateo, el promedio de carreras limpias eran los

mejores del campeonato, y la segunda pitcher a pesar de que fue su debut en esta categoría también tuvo una actuación relevante respaldado además por la oportuna defensa de las jugadoras de cuadro.

En lo que respecta al diagnóstico de la comunicación grupal los niveles de comprensión aumentaron a un 25 % y el esfuerzo por mejorar 43 %. Durante la intervención en las discusiones se promovió la crítica constructiva ante las situaciones, análisis de los errores siendo lo más objetivos posible sin que existieran sentimientos negativos entre las atletas las críticas fueron mejor aceptadas por cada miembro pues se resaltó la función educativa que estas tenían para el mejoramiento y beneficio de todas.

Se ajustaron y se reorganizaron las metas individuales logrando la comprensión de la satisfacción de las necesidades de cada uno de los miembros y a la vez de la comprensión que percibían de las necesidades de las demás, llegándose a consensos para viabilizar las metas grupales. Gráfico No. 3.

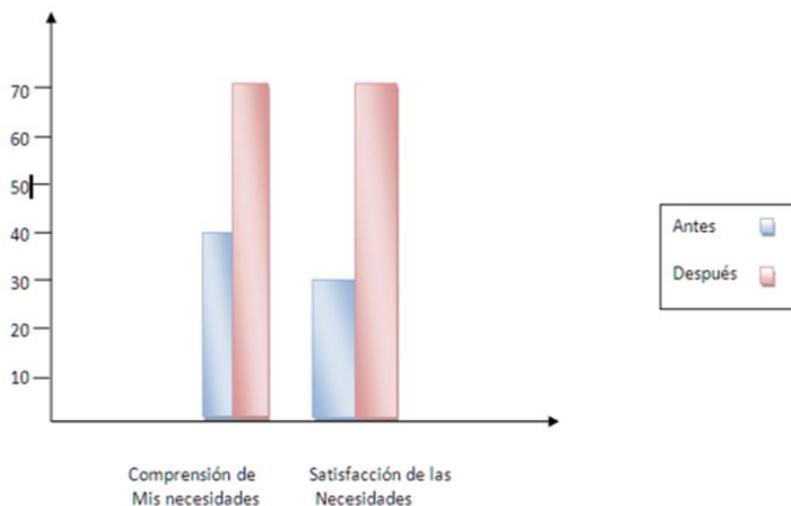


Gráfico No. 3 Resultados Diagnóstico de la Comunicación Grupal.

El lenguaje y los estilos de comunicación se fueron perfeccionando al llegar a acuerdos de entendimiento lo que propició una coherencia armónica de las acciones conjuntas y que las jugadas tácticas fueran aún más precisas.

Mejoraron las relaciones interpersonales al emplear una comunicación asertiva con dirección a la crítica de los errores y no de la persona, lo que tuvo una repercusión positiva en la autovaloración y autorregulación de todas las atletas.

En la comprensión de las necesidades de cada una por el resto del equipo se mejoró en un 30% y de cómo cada una de las atletas comprendía las necesidades de las demás tuvo un

significativo aumento de un 40% lo que evidencia un desarrollo de la empatía y de la escucha activa indicadores que favorecen a una adecuada comunicación grupal y a la postre en la mejora de las relaciones interpersonales.

En relación a los entrenadores los elementos que favorecen a la comunicación mejoró de regular a bien en un 15%. La función educativa de los mismos estuvo dirigida más a la crítica del error y no a la persona. Se trató de que no resaltaran los errores dentro del mensaje y si la conducta positiva a realizar y que las indicaciones u orientaciones fueran lo más precisas y entendibles para todo el equipo.

Fueron más flexibles con respecto a los criterios de las atletas sin dejar de ejercer su autoridad con el fin de buscar la comprensión mutua al ser capaces de ponerse en el lugar de las atletas y lograr así una receptividad por parte del otro en relación con la posición asumida. Gráfico No. 4.

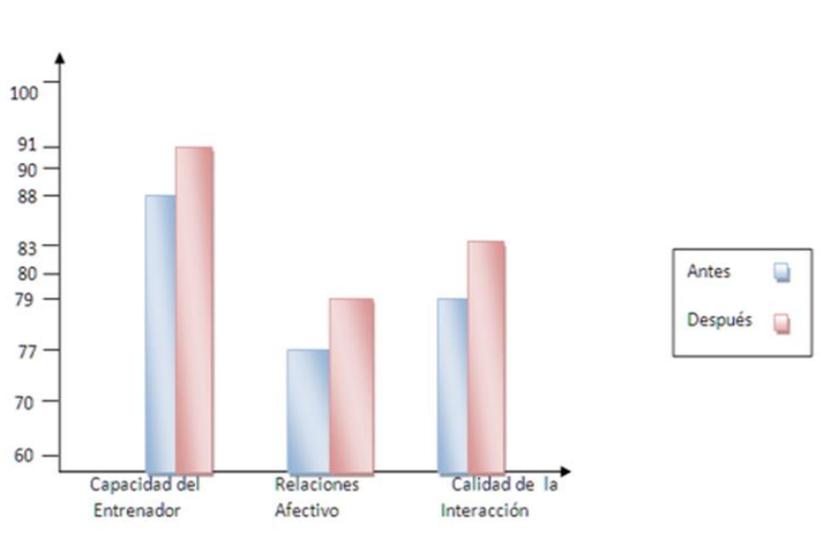


Gráfico No. 4. Resultados Test de Calidad de la Comunicación Grupal.

Con la intervención se logró favorecer climas sociopsicológicos adecuados en el equipo, al provocar el enfrentamiento y solución de conflictos, la adecuación de las metas tanto individuales como grupales y se obtuvo una notable mejoría en lo que respecta a la comunicación grupal. Los indicadores de la cohesión grupal se elevaron en el segundo diagnóstico con resultados muy positivos. El equipo de Softball Juvenil Femenino obtuvo el 1er lugar en los Juegos Nacionales mejorando su actuación de un 2do lugar en los del año anterior.

CONCLUSIONES

1. Se comprobó que el plan de intervención psicológica contribuye a optimizar los factores psicosociales del equipo de Softball Juvenil Femenino.

2. La aplicación del plan de intervención psicológica elevó la eficiencia grupal en el equipo de Softball Juvenil Femenino.

RECOMENDACIONES

- Aplicar el diagnóstico durante etapas competitivas para constatar las manifestaciones de los factores psicosociales ante el estrés competitivo.
- Tener en cuenta las exigencias específicas de los deportes colectivos en los que se va a intervenir.
- Lograr la implicación de todos los entrenadores al plan de intervención psicológica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andreeva, G. M. (1984). *Psicología Social*. Editorial Vneshtorgizdat. Moscú.
- Bello, Z., Casales & J.C. (2003). *Psicología General*. Editorial Félix Varela. La Habana.
- Bello, Z., Casales & J.C. (2003). *Psicología Social*. Editorial Félix Varela. La Habana.
- Carron, A. V. cohesión in sports teams, en Silva, J.M. y Weinberg, R.S. (eds). *Psychological Foundations of Sport. Champaign, Il. Human Kinetics*.
- Calviño, M. A. (1998). *Trabajar en y con grupos. Experiencias y reflexiones básicas*. Editorial Academia.
- Cañizares, M. (1999). *El Entrenamiento Sociopsicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo. Teoría y Metodología*. Universidad de la Habana e ISCF Manuel Fajardo.
- Cañizares, M. (2004). *Psicología y equipo deportivo*. Editorial Deportes. La Habana.
- Colectivo de autores (1995). *Sociología del Deporte*. Editorial Deportes. La Habana.
- Colectivo de autores rusos (2006). *Psicología*. Editorial Deportes. La Habana.
- Davis, K. (1987). *Comportamiento humano en el trabajo: Comportamiento Organizacional*. (2a ed.).
- Fuentes, M. (1984). *Selección de lecturas de dinámica de los procesos grupales*. Editorial Pueblo y Educación. La Habana
- García, Ucha, F. (1992). *Ansiedad e indicadores de rendimiento en deportistas*. IV Conferencia Internacional de Deporte y Educación Física para Todos. Libro de Resúmenes.
- García Ucha, F. (1998). *Programa de entrenamiento psicológico en deportes de equipo*. INMED, *Psicología del Deporte*.
- Gutiérrez, P. (1984). *El grupo y su estudio en la Psicología Social*. Editorial Ciencias Sociales. La Habana.

- García Ucha, F. (2004). Herramientas Psicológicas para Entrenadores y Deportistas. Editorial Deportes. La Habana.
- Roger, C (1969). Community the group: *Psychology today*, diciembre.
- Riviere, P. E. (1990). O proceso grupal. Martin Fontes. Editora. L.T.D.A. Sao Pablo.
- Sánchez, M.E. (2005). Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. Editorial Deportes. La Habana.
- Sabas, G. & Del Pino. (1994). Estudio de la cohesión en diferentes etapas de la preparación deportiva. I Conferencia Internacional de Deportes de alto rendimiento. Abril. Trabajo Investigativo. La Habana.
- Sánchez, M.E. (2004). Psicología General y del Desarrollo. Editorial Deportes. La Habana.