

# **APLICACION DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA LA MEJORA DE LA COHESIÓN Y LA EFICACIA EN JUGADORES DE BALONCESTO**

Francisco Miguel Leo Marcos\*, Tomás García Calvo\*, Isabel Parejo González\*,  
Pedro Antonio Sánchez Miguel y Alexandre García-Mas\*\*  
*Universidad de Extremadura\*, Universitat de Les Illes Balears\*\**

## **RESUMEN**

El principal objetivo de este estudio es corroborar el aumento de la cohesión y la eficacia percibida a través de un programa de intervención basado en tareas cooperativas. La muestra está formada por 61 participantes, divididos en dos grupos, uno experimental (n=31) y otro control (n=30), pertenecientes a seis equipos de baloncesto federados. Se utilizaron diversos instrumentos para medir la cohesión y la eficacia percibida. Los resultados más destacados son las diferencias significativas encontradas en el grupo experimental tras el proceso de intervención en la cohesión social y la eficacia percibida por el entrenador. Así, se puede destacar que factores como la cohesión tarea, la autoeficacia y la eficacia percibida por los compañeros muestran mejoras importante, pero no llegando a ser significativas.

## **PALABRAS CLAVE**

Programa de intervención, cohesión, eficacia percibida, baloncesto

APPLICATION ON AN INTERVENTION PROGRAM TO IMPROVE COHESIVENESS AND EFFICACY IN BASKETBALL PLAYERS.

## **ABSTRACT**

The main aim of this work is to confirm the increase of the cohesiveness and perceived efficacy through an intervention program based on cooperatives task. The sample is formed by 61 participants, divided into two groups, experimental (n=31) and control group (n=30), belonged to six affiliated basketball teams. We used several instruments to measure cohesion and perceived efficacy. The most important outcomes are the significant differences found in the experimental group through the intervention program in social cohesion and coaches' perception of efficacy. Thus, we can highlight that factors like task cohesion, self-efficacy and peer perceptions of efficacy showed important improvings, but they were not significant.

---

Dirección para correspondencia: [franmilema@unex.es](mailto:franmilema@unex.es)

*Fecha de recepción: 15/06/09 Fecha aceptación: 25/07/09*

**KEYWORDS**

Intervention program, cohesiveness, perceived efficacy, basketball.

**INTRODUCCIÓN.**

La cohesión y la eficacia pueden ser consideradas características psicológicas fundamentales para el desarrollo del juego en los deportes colectivos, de ahí su relevancia respecto a diferentes consecuencias para la práctica deportiva. Así, algunas investigaciones han confirmado esta idea, revelando que la cohesión y la eficacia son dos variables importantes relacionadas positivamente con el rendimiento, la satisfacción y la persistencia de los jugadores (Carron, Colman, Wheeler y Stevens, 2002; Heuzé, Raimbault y Fontayne, 2006; Myers, Feltz y Short, 2004; Watson, Chemers y Preiser, 2001).

Por ello, una línea importante de investigación en el ámbito de la psicología del deportes es analizar el trabajo eficaz en equipo, la eficacia individual y colectiva, la cohesión grupal y la decisión de los jugadores de cooperar o no en la consecución de los objetivos grupales, ya que pueden ser la diferencia entre el éxito y el fracaso (Carron y cols., 2002; García-Mas, Olmedilla, Morilla, Rivas, García y Ortega, 2006; García-Mas y Vicens, 1995). Así, existen numerosos estudios que han tratado de investigar sobre la importancia de la cohesión y la eficacia en el deporte, predominando los estudios con un diseño correlacional (García, Rodríguez, Andrade y Arce, 2006; Heuzé, Raimbault y cols., 2006a; Heuzé, Sarrazin, Masiero, Raimbault y Thomas, 2006; Kozub y McDonell, 2000; Lent, Schmidt y Schmidt, 2006; Leo, García Calvo, Sánchez y Parejo, 2008; Paskevich, Brawley, Dorsch y Widmeyer, 1999; Spink, 1990; Zaccaro, Blair, Peterson y Zazanis, 1995), sin embargo, son escasas las investigaciones basadas en la cohesión y la eficacia deportiva desde una perspectiva experimental.

En líneas generales, los distintos programas de intervención se han centrado en mejorar aspectos sociales, pero poco han sido los trabajos de intervención que se hayan centrado en la mejora de la cohesión grupal para optimizar el rendimiento deportivo.

Algunos de los trabajos de intervención más importantes, como son los de Voight y Callaghan, (2001) y Yukelson, (1997), han confirmado la idea que este tipo de programas son útiles no sólo para la mejora en el rendimiento individual de los jugadores del equipo, sino que además aumentaba el rendimiento grupal, es decir, el funcionamiento eficaz del equipo y mejoraba la unidad del equipo, tanto en el ámbito social como a la hora de llevar a cabo las tareas. En estos dos trabajos de intervención se han centrado en la mejora de aspectos sociales del grupo, como la falta de cohesión, responsabilidad y comunicación, disminución de conflictos y competitividad, a través de diferentes reuniones, donde se establecían rutinas, modos de actuación o estrategias de afrontamiento planteadas por el investigador y el entrenador a los jugadores para conseguir un rendimiento óptimo en el equipo.

Otro grupo de investigaciones han utilizado programas de intervención enfocados a la mejora de la cohesión de equipo, centrándose en estrategias de team-building, donde los miembros del grupo aprenden cómo trabajar juntos para conseguir una meta común, y comparten la información con respecto a la calidad del equipo con el propósito de establecer pautas eficaces para el funcionamiento y rendimiento colectivo (Carron, Spink, y

Prapavessis, 1997; Crace y Hardy, 1997; Senécal, Lougheah, y Bloom, 2008; Stevens, 2002; Yukelson, 1997). Según diversos autores, un programa de intervención con team-building, debe poseer los siguientes componentes (Brawley, y Paskevich, 1997; Carron, Hausenblas y Eys, 2005; Prapavesis, Carron y Spink, 1997): (a) visión compartida (consistente en metas comunes y roles complementarios); (b) trabajo en equipo de colaboración y sinérgico; (c) responsabilidad individual-equipo; (d) identidad del equipo; (e) cohesión positiva de equipo y; (f) comunicación abierta y honesta.

Una investigación destacada es la de Senécal y cols., (2008), que intentaron aumentar la percepción de cohesión en jóvenes jugadoras de baloncesto mediante una intervención de trabajo en equipo a lo largo de una temporada a partir de establecimientos de objetivos de equipo. En sus resultados destacan que al final de la temporada los jugadores en situación experimental mostraban percepciones de cohesión significativamente mayores que el grupo control. Así, corroboraron que el establecimiento de objetivos en el equipo podía ser una manera de aumentar la cohesión de un equipo.

También, otros autores como Spink y Carron (1993a, b), trataron de dotar a los entrenadores una serie de elementos del trabajo en equipo para aumentar la cohesión y la satisfacción de la actividad física. Spink y Carron (1993a) plantearon en clases de educación física una metodología de trabajo en equipo consiguiendo mejoras en el grupo experimental de mayor atracción hacia el grupo tarea y mayor adherencia a la práctica deportiva que el grupo control. Igualmente, Spink y Carron (1993b) en una investigación similar en clases de aeróbic, plantearon a los entrenadores una serie de estrategias para el trabajo en equipo con el objetivo de aumentar la cohesión y la satisfacción. En sus resultados, destacan que el experimental y el grupo control se podrían distinguir en base de su cohesividad, con mayores porcentajes por parte del grupo experimental. Además al término del periodo de intervención, el grupo experimental manifestó un mayor grado de satisfacción en la práctica.

En esta línea, Newin, Bloom y Loughead (2008), basándose en las pautas de actuación dada a los entrenadores establecidas por Spink y Carron (1993a), y Bloom, Stevens y Wickwire (2008), midieron la efectividad del programa de intervención a través de las percepciones de los entrenadores sobre el team-building. Los resultados que se destacaban eran la efectividad del programa de intervención llevado a cabo, y la gran importancia de la figura del entrenador para el desarrollo de la cohesión de equipo.

Debido al importante papel de los entrenadores en la dinámica del grupo, resulta fundamental que los programas de intervención sean conducidos por el entrenador ya que pueden llegar a ser más eficaces que los propios investigadores, involucrando a los jugadores, aumentando el impacto positivo en el funcionamiento y unidad (Bloom y cols., 2008; Newin y cols., 2008). Además, algunos estudios han apoyado y han demostrado que los entrenadores son un elemento influyente en la eficacia del equipo (Alzate, Lázaro, Ramírez y Valencia, 1997; Feltz y Lirgg, 1998, 2001; Vargas-Tonsing, Warners y Feltz, 2003) y la cohesión (Alzate y cols., 1997; Carron y Hausenblas, 1998; Turman, 2003).

Así, a pesar de los estudios existentes en relación al trabajo en equipo basados en propuesta metodológicas a los entrenadores, el establecimiento de objetivos grupales y el trabajo sobre aspectos sociales del grupo, pocas investigaciones han tratado de mejorar la cohesión y la eficacia a partir de tareas de aprendizaje cooperativo y el desarrollo de pautas

de actuación con los entrenadores. Por ello, este estudio plantea como hipótesis principal que el programa de intervención, basado en la realización de tareas cooperativas y el desarrollo de pautas de actuación con los entrenadores, mejorará la cohesión y la eficacia percibida en el grupo experimental en mayor medida que en el grupo control tras el periodo de intervención.

## METODO

### Participantes

La muestra está formada por 61 jugadores, pertenecientes a seis equipos de baloncesto federados en la Liga Cadete Masculina de Extremadura, con edades comprendidas entre los 14 y 16 años ( $M = 15.39$ ;  $SD = .68$ ). Todos los jugadores tenían una experiencia de al menos cuatro años jugando al baloncesto ( $M = 5.2$ ,  $SD = .42$ ) y la totalidad de los entrenadores de los equipos analizados tienen formación federativa y una experiencia durante al menos seis años entrenando en categorías inferiores. Los participantes se han seleccionado de forma condicionada y bajo un muestreo conglomerado incidental, dividiéndose la muestra en dos grupos, uno experimental ( $n=31$ ) y otro control ( $n=30$ ).

### Instrumentos

*Cohesión.* Para valorar la cohesión se ha utilizado una adaptación en castellano del Group Environment Questionary (GEQ: Carron, Widmeyer y Bradley, 1985). Este instrumento consta de 18 ítems que están agrupados en dos factores principales, cohesión tarea (ej.: Los miembros del equipo unen sus esfuerzos para conseguir los objetivos durante los entrenamientos y los partidos) y cohesión social (ej.: A los miembros del equipo les gusta salir juntos). El formato de respuesta empleado es de tipo Likert con un rango de respuesta de 1 a 5, donde 1 correspondía a totalmente en desacuerdo y 5 a totalmente de acuerdo.

*Eficacia.* Para medir la autoeficacia, la eficacia individual y grupal percibida por los compañeros y por el entrenador, hemos utilizado un cuestionario de elaboración propia, basado en las directrices que marca Bandura (2006). La medición se realizaba en diferentes fases del juego, diferenciando la eficacia percibida por los compañeros, donde la valoración la efectuaba cada jugador sobre cada uno de sus compañeros y la eficacia percibida del entrenador, donde la valoración la realizaba el entrenador sobre cada jugador. Las respuestas a los ítems se realizan sobre una escala de 5 puntos de formato Likert, en todos los casos, donde 1 correspondía a malo, y 5 a excelente. Las diferentes dimensiones valoradas están formadas por los aspectos técnicos y tácticos en fase de ataque y defensa (ej.: ¿Cómo le valoras en fase de ataque a nivel técnico?, ¿Cómo le valoras en fase de defensa a nivel táctico?, etc.), los aspectos físicos y psicológicos y un último ítem de valoración general del jugador en el juego (ej.: ¿Cómo le valoras en general como jugador?). Todos los ítems se agrupan en un único factor principal que engloba la eficacia percibida en todas las fases del juego.

### Diseño y Procedimiento

La investigación está realizada bajo una metodología cuasiexperimental, con un diseño de medidas repetidas pretest-intervención-postest con dos grupos independientes, un

grupo control y otro experimental. A cada grupo se le pasó un pre-test, para establecer unos niveles iniciales y un post-test para valorar los efectos causados en las variables dependientes, cohesión y eficacia, por la variable independiente, programa de intervención, en el grupo experimental y sus diferencias con el grupo control.

Los instrumentos se cumplimentaron reuniendo a todos los jugadores para proceder a la contestación de los mismos antes de los entrenamientos, de este modo se evitaría influenciar las respuestas de los jugadores por los posibles sucesos que acontecieran durante el entrenamiento, ya que las variables medidas son dinámicas y muy sensibles al cambio según el estado de ánimo del deportista.

Se aplicó mediante la supervisión de un investigador, que se encargó de que todos los participantes recibiesen las mismas instrucciones. Se informó a los deportistas, padres y entrenadores de que su participación era voluntaria, y las respuestas individuales y de equipo serían tratadas confidencialmente.

A partir de aquí y durante cuatro semanas el grupo experimental realizó el programa de intervención desarrollado para la mejora de la cohesión. El programa se desarrolló durante las 12 sesiones establecidas para ese mes de entrenamiento, interviniendo únicamente en las tareas pertenecientes al calentamiento y la vuelta a la calma. Estas tareas están encaminadas al desarrollo de la cohesión, con actividades de cooperación, colaboración y participación, donde la contribución al grupo sea muy importante para la consecución de objetivos comunes (Leo, Parejo, García Calvo, Sánchez e Ibañez, 2009). Complementariamente, se suministró una serie de pautas a los entrenadores de dichos equipos para aplicar durante el transcurso de las sesiones, mediante las cuales la conducta verbal del entrenador fomentara la cohesión de equipo (ej.: Fomentar la cooperación y la participación en cada una de las tareas propuestas, dando responsabilidad a cada uno de los jugadores para conseguir objetivos comunes; propiciar cambios de pareja y de grupo en la organización de las tareas permitiendo aumentar las relaciones entre los jugadores; premiar verbalmente a los jugadores por su esfuerzo y buena contribución al equipo y no solo por actos individuales; promover encuentros fuera de los entrenamientos, donde compartan sus aficiones y se conozcan mejor entre ellos).

Una vez finalizado el programa de intervención se procedió a la cumplimentación del post-test para ambos grupos, experimental y control, con el mismo protocolo establecido para el pre-test.

### **Análisis de los datos**

Para el tratamiento de los datos hemos utilizado el software SPSS 15.0, a través del cual hemos realizado diferentes tipos de análisis para confirmar las hipótesis del estudio, así como la utilidad del programa de intervención.

Previamente, se realizaron pruebas de validez y fiabilidad de los instrumentos de medida. Se debe señalar que, tras la realización del análisis de la consistencia interna y de análisis factorial confirmatorio, se obtuvieron valores aceptables de fiabilidad y una estructura factorial como se esperaba. Debemos destacar que tras el análisis de los instrumentos utilizados para medir la autoeficacia, la eficacia colectiva, la eficacia percibida por los compañeros y la eficacia percibida por el entrenador se descubrió la existencia de un único

factor que agrupaba a todos los ítems, teniendo una consistencia interna muy elevada ( $\alpha > .80$ ).

Además, se realizaron diferentes pruebas para comprobar la naturaleza de los datos. Se utilizó la prueba K-S para muestras independientes para comprobar la normalidad de los grupos, la prueba de Rachas para la aleatoriedad y la prueba de Levene para la homoceasticidad o igualdad entre varianzas. Se comprobó que la naturaleza de los datos era no paramétrica, por lo que se optó por aplicar pruebas no paramétricas en el análisis de los datos.

## RESULTADOS

Antes de realizar el programa de intervención se comprobó que los resultados de los pretest de ambos grupos fueran homogéneos entre sí, para ello se aplicó la prueba no paramétrica de Mann-Whitney. Tras el análisis, se encontraron diferencias significativas en dos de los factores analizados, cohesión social y eficacia percibida por el entrenador, obteniendo el grupo control medias más elevadas con respecto al grupo experimental.

Una vez realizado el proceso de intervención, mediante la aplicación de la prueba no paramétrica de Wilcoxon se verificó que no existían diferencias significativas entre el pretest y el posttest del grupo control, permitiendo afirmar que las posibles diferencias en el grupo experimental se deben principalmente al programa de intervención y no a otras variables, como el propio entrenamiento. En la tabla I, se puede observar que ninguna de las variables de la investigación muestra mejoras significativas, se aprecia una tendencia estable en las medias de todos los factores del estudio.

Tabla I. Medias, desviaciones típicas y resultados de las diferencias entre pretest y posttest del grupo control.

	Grupo Control (n=30)				
	Pretest		Posttest		Pretest-Posttest
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	Wilcoxon
Cohesión Tarea	3.92	.76	3.97	.75	.745
Cohesión Social	3.72	.74	3.80	.77	.576
Eficacia Colectiva	3.80	.75	3.83	.53	.736
Eficacia Percibida Entrenador	3.32	.78	3.27	.82	.285
Autoeficacia	4.01	.74	3.93	.65	.557
Eficacia Percibida Compañeros	3.63	.46	3.57	.40	.262

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

Tras este proceso previo, se llevó a cabo la prueba de Wilcoxon para comprobar la eficacia del programa de intervención en el grupo experimental. En la tabla II, se puede observar que se encontraron las principales diferencias significativas en la eficacia percibida por el entrenador ( $p = .000$ ), en cambio no se encuentran diferencias significativas en la eficacia colectiva y en la eficacia percibida por los compañeros. Destacar que se aprecia una

mejora importante en la autoeficacia, aunque no se manifiesta de forma significativa. En cuanto a la cohesión, hay que destacar las mejoras significativas que se encuentran en el factor cohesión social (.022), pero no se encontraron diferencias significativas en relación a la cohesión tarea.

Tabla II. Medias, desviaciones típicas y resultados de las diferencias entre pretest y posttest del grupo experimental.

	Grupo Experimental (n=31)				
	Pretest		Posttest		Pretest-Posttest
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	Wilcoxon
Cohesión Tarea	3.63	.86	3.72	.74	.952
Cohesión Social	3.29	.77	3.72	.74	.022*
Eficacia Colectiva	3.43	1.03	3.43	.86	.500
Eficacia Percibida Entrenador	2.42	.731	2.86	.57	.000***
Autoeficacia	3.64	.651	3.82	.64	.105
Eficacia Percibida Compañeros	3.37	.419	3.44	.39	.754

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

Por último, como se puede observar en la tabla III, se realizó la prueba de Mann Whitney entre los pretest y posttest de ambos grupos, encontrándose diferencias significativas en la eficacia percibida, concretamente las diferencias se encuentran en la eficacia percibida por el entrenador (.030), que aunque el grupo control sigue teniendo puntuaciones más altas, las diferencias son mucho menores. Hay que destacar que las diferencias existentes entre el grupo control y el grupo experimental antes del proceso de intervención en varios factores del estudio se han reducido sensiblemente, como la cohesión tarea, autoeficacia y la eficacia percibida por los compañeros aunque no se muestran de las mejoras forma significativa.

Tabla III. Diferencias entre pretest y posttest de los grupos control y experimental.

	Experimental-Control	
	Pretest	Posttest
Cohesión Tarea	.205	.152
Cohesión Social	.041*	.519
Eficacia Colectiva	.206	.087
Eficacia Percibida Entrenador	.000***	.030*
Autoeficacia	.096	.69
Eficacia Percibida Compañeros	.034*	.212

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

## DISCUSIÓN

El principal objetivo de este estudio es corroborar el aumento de la cohesión y la eficacia percibida a través de un programa de intervención basado en la realización de tareas cooperativas y el desarrollo de pautas de actuación con los entrenadores.

Los resultados sugieren que el programa de intervención muestra mejoras del grupo experimental tanto en aspectos de cohesión y como de eficacia, sin embargo el programa de intervención no ha sido tan eficaz como se esperaba, ya que ha habido diferencias significativas en algunos los factores de las variables medidas, pero no se puede afirmar que existen mejoras en todos los factores esperados de la investigación.

En primer lugar, la primera de las hipótesis afirmaba que el programa de intervención, basado en la realización de tareas cooperativas y el desarrollo de pautas de actuación con los entrenadores, mejorará la cohesión y la eficacia percibida en el grupo experimental en mayor medida que en el grupo control tras el periodo de intervención. Tras el análisis de los resultados, se han encontrado efectos positivos en la mayoría de las variables estudiadas tanto en aspectos de cohesión como de eficacia. Estas mejoras a través del programa de intervención que mejora la cohesión y el trabajo en grupo, fueron demostradas por Voight y Callaghan. (2001) y Yukelson. (1997) confirmando la idea de que este tipo de programas son útiles no sólo para optimizar el rendimiento sino para mejorar en el ámbito social del grupo.

Concretamente, se han encontrado diferencias significativas entre los jugadores en situación experimental y los jugadores del grupo control en los factores cohesión social y eficacia percibida por el entrenador. En esta línea, Senécal y cols. (2008) afirmó que los jugadores que habían trabajado mediante el team-building mostraban percepciones de cohesión significativamente mayores que el grupo control al final de la temporada. También, Bloom y cols. (2008) y Newin y cols. (2008) basándose en las percepciones de los entrenadores sobre el team-building, obtuvieron una gran efectividad del programa de intervención, y destacaron la relevancia del rol del entrenador para el desarrollo de la cohesión.

Además, se debe señalar que la cohesión tarea, la autoeficacia y la eficacia percibida por los compañeros también experimentan un aumento importante pero que no llega a ser significativos. Resultados más concluyente y significativos fueron hallados por Voight y Callaghan. (2001) donde confirmaban que su programa de intervención producía mejoras en el trabajo en grupo a nivel individual y a nivel grupal, tanto en el rendimiento como en el funcionamiento eficaz del grupo y la unidad entre los miembros del mismo.

Por tanto, a pesar que no se producen todas las mejoras esperadas a través del programa de intervención, se puede afirmar la principal hipótesis planteada, es decir, se puede confirmar la validez del programa de intervención y corroborar el aumento de la cohesión y de la eficacia percibida tras el periodo de intervención, destacando los factores cohesión social y la eficacia percibida por el entrenador, a tener en cuenta en futuras investigaciones, ya que son dos aspectos relevantes para el rendimiento dentro del seno de un equipo deportivo (Carron y cols., 2002; Chase, Lirgg y Feltz, 1997; Heuzé, Raimbault y cols., 2006).



Este estudio presenta algunas limitaciones que nos permitirán en futuras réplicas mejorar la investigación. En primer lugar, el número de participantes fue pequeño, por lo que no puede ser representativa de la población. Además, la elección de los grupos experimental y control de manera incidental ha podido influir en el resultado de la investigación. Por otro lado, ha sido imposible controlar al cien por cien las acciones y actitudes de los entrenadores, a pesar de las pautas de actuación indicadas y la presencia del investigador durante las sesiones. A todo ello se une que, como en cualquier equipo, los jugadores faltan a entrenar, se lesionan o dejan los equipos, no pudiendo recibir el tratamiento completo. Por último, resaltar que la duración del programa de intervención ha podido ser corto, por motivos deportivos y competitivos, lo cual no ha podido mostrar resultados más concluyentes.

Por todas estas limitaciones, se propone replicar este estudio aumentando la muestra en mayor medida, así como intentando realizar los grupos de forma aleatoria, aunque respetando los equipos deportivos, ya que lo que interesa en este estudio es la mejora en aspectos psicológicos dentro de un grupo social, en este caso deportivo. Además, si es posible, aumentar el tiempo para la intervención, realizándose a principio de temporada, donde la competición no es tan determinante para los equipos.

## CONCLUSIONES

Como principal conclusión destacar que los programas de intervención para mejorar cohesión grupal a través de tarea de entrenamiento ofrecen una visión optimista, frente a los anteriores programas que trataban de desarrollar el trabajo en equipo pero centrados en actividades fuera del ámbito del entrenamiento y centradas en aspectos sociales y dinámicas de grupo (Senécal y cols., 2008; Voight y Callaghan, 2001; Yukelson, 1997). El planteamiento de programas de intervención de cohesión dentro de la planificación de entrenamientos de los equipo incluyendo al entrenador como figura fundamental del proceso, puede llevar a mejoras importantes en la cohesión y la eficacia, que se antojan como las principales variables que afectan al rendimiento de un grupo deportivo (Beal, Cohen, Burke y McLendon, 2003; Carron y cols., 2002; Heuzé, Raimbault y cols., 2006; Kozub y McDonnell, 2000; Paskevich, y cols., 1999; Spink, 1990).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alzate, R., Lázaro, I., Ramírez, A. y 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.
- Bandura, A. (2006). Guide to the construction of self-efficacy scales. En F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents*. (Vol. 5, pp. 307-337), Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- Beal, D. J., Cohen, R. R., Burke, M. J. y McLendon, C. L. (2003). Cohesion and performance in groups: a meta-analytic clarification of construct relations. *Journal of Applied Psychology*, 6, 989-1.004.
- Bloom, G. A., Stevens, D. E. y Wickwire, T. L. (2008). Expert Coaches' Perceptions of Team Building. *Journal of Applied Psychology*, 15, 129-143.

- Brawley, L. R. y Paskevich, D. M. (1997). Conducting team-building research in the context of sport and exercise. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 11-40.
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J. y Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 168-188.
- Carron, A. V. y Hausenblas, H. A. (1998). *Group dynamics in sport* (2nd ed.), Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Hausenblas, H. A. y Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport* (3rd Ed.), Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Carron, A. V. y Prapavessis, H. (1997). Self-presentation and group influence. *Small Group Research*, 28, 500-516.
- Carron, A. V., Spink, K. S. y Prapavessis, H. (1997). Team building and cohesiveness in the sport and exercise setting: Use of indirect interventions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 61-72.
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N. y Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 7, 244-266.
- Chase, M. A., Lirgg, C. D. y Feltz, D. L. (1997). Do coaches' efficacy expectations for their teams predict team performance? *The Sport Psychologist*, 11, 8-23.
- Crace, R. K. y Hardy, C. J. (1997). Individual values and the team building process. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 41-60.
- Feltz, D. L. y Lirgg, C. D. (1998). Perceived team and player efficacy in hockey. *Journal of Applied Psychology*, 83, 557-564.
- Feltz, D. L. y Lirgg, C. D. (2001). Self-efficacy beliefs of athletes, teams, and coaches. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed.) (pp. 340-361). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- García, E. M., Rodríguez, M., Andrade, E. M. y Arce, C. (2006). Adaptación del cuestionario MSC1 para la medida de la cohesión en futbolistas jóvenes españoles. *Psicothema*, 18(3), 668-672.
- García-Mas, A., Olmedilla, A., Morilla, M., Rivas, C., García E. y Ortega, E. (2006). Un nuevo modelo de cooperación deportiva y su evaluación mediante un cuestionario. *Psicothema*, 18(3), 425-432.
- García-Mas, A. y Vicens, P. (1995). Cooperación y rendimiento en un equipo deportivo. *Psicothema*, 7(1), 5-19.
- Hardy, C. J. y Crace, R. K. (1997). Foundations of team building: Introduction to team building primer. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 1-10.
- Heuze, J. P., Raimbault, N. y Fontayne, P. (2006a). Relationships between cohesion, collective efficacy, and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects. *Journal of Sports Sciences*, 24, 59-68.
- Heuzé, J. P., Sarrazin, P., Masiero, M., Raimbault, R. y Thomas, J. P. (2006b). The relationships of perceived motivational climate to cohesion and collective efficacy in elite female teams. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18, 201-218.
- Kozub, S. A. y McDonnell, J. F. (2000). Exploring the relationship between cohesion and collective efficacy in rugby teams. *Journal of Sport Behavior*, 23, 120-129.

- Lent, R. W., Schmidt, J. y Schmidt, L. (2006). Collective efficacy beliefs in student work teams: relation to self-efficacy, cohesion, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 68, 73-84.
- Leo, F. M., García Calvo, T., Sánchez, P. A. y 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., Parejo, I., García Calvo, T., Sánchez, P. A. y Ibañez, S. (2009). Propuesta de tareas para la mejora de la cohesión en equipos de baloncesto y su importancia para el rendimiento. *Rendimiento Deportivo*, 10. En prensa.
- Newin, J., Bloom, G. A. y Loughead, T. M. (2008). Youth Ice Hockey Coaches' Perceptions of a Team-Building Intervention Program. *The Sport Psychologist*, 22, 54-72.
- Myers, N. D., Feltz, D. L., y 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.
- Paskevich, D. M., Brawley, L. R., Dorsch, K. D. y Widmeyer, W. N. (1999). Relationship between collective efficacy and cohesion: Conceptual and measurement issues. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 3, 210-222.
- Prapavessis, H., Carron, A. V. y Spink, K. S. (1997). Team building in sports. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 269-285.
- Senécal, J., Loughead, T. M. y Bloom, G. A. (2008). A Season-Long Team-Building 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.
- Spink, K. S. y Carron, A. V. (1993a). Team building in an exercise setting. *The Sport Psychologist*, 7(1), 8-18.
- Spink, K. S. y Carron, A. V. (1993b). The effects of team building on the adherence patterns of female exercise participants. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15(1), 39-49.
- Stevens, D. (2002). Building the effective team. En J. M. Silva & D. E. Stevens (Eds.), *Psychological Foundations of Sports* (pp. 306-327). Boston: Allyn & Bacon.
- Turman, P. D. (2003). Coaches and cohesion: The impact of coaching techniques on team cohesion in the small group sport setting. *Journal of Sport Behavior*, 26, 86-103.
- Vargas-Tonsing, T. M., Warners, A. L. y Feltz, D. L. (2003). The predictability of coaching efficacy on team efficacy and player efficacy in volleyball. *Journal of Sport Behavior*, 26, 396-407.
- Voight, M. y Callaghan, J. (2001). A team building intervention program: Application and evaluation with two university soccer teams. *Journal of Sport Behavior*, 24(4), 420-431.
- Watson, C. B., Chemers, M. M. y Preiser, N. (2001). Collective efficacy: A multilevel analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1057-1068.

- 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.
- Zaccaro, S. J., Blair. V., Peterson, C. y Zazanis, M. (1995). Collective efficacy. In J. E. Maddux (Ed.), *Self-efficacy, adaptation, and adjustment: Theory, research, and application* (pp. 305–328). New York: Plenum Press.