



Universitat
de les Illes Balears



TESIS DOCTORAL
2022

**IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO ELIT-IN EN
ATLETAS MEXICANO-ESPAÑOLES DE ALTO
RENDIMIENTO**

Orlando Reyes Hernández



Universitat
de les Illes Balears



TESIS DOCTORAL
2022

Programa de Doctorado en Psicología

**IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO ELIT-IN EN
ATLETAS MEXICANO-ESPAÑOLES DE ALTO
RENDIMIENTO**

Orlando Reyes Hernández

Director: Alejandro García Mas

Director: José Leandro Tristán Rodríguez

Tutor: Alejandro García Mas

**Doctor por la Universitat de les Illes Balears y la
Universidad Autónoma de Nuevo León**



**Universitat de les
Illes Balears**

Dr. Alexandre Garcia-Mas, de Universitat de les Illes Balears

DECLARO:

Que la tesis doctoral que lleva por título “Implementación del proyecto Elit-in en atletas mexicano-españoles de alto rendimiento”, presentada por Orlando Reyes Hernández para la obtención del título de doctor, ha sido dirigida bajo mi supervisión y que cumple con los requisitos necesarios para optar al título de Doctor Internacional.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



Universitat de les Illes Balears

Dr. Alexandre Garcia-Mas como coautor de los siguientes artículos

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Ponseti, F. J., & Garcia-Mas, A. (2022). Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas. *Retos*, 46, 653-661. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94123>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., & García-Mas, A. (2021). Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes. *Sustainability*, 13, 648-660. <https://doi.org/10.3390/su13020648>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández, presente los artículos anteriormente citados como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dichos artículos no podrán formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



Universitat de les Illes Balears

Dr. José L. Tristán Rodríguez, como coautor de los siguientes artículos

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Ponseti, F. J., & Garcia-Mas, A. (2022). Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas. *Retos*, 46, 653-661. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94123>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., & García-Mas, A. (2021). Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes. *Sustainability*, 13, 648-660. <https://doi.org/10.3390/su13020648>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández, presente los artículos anteriormente citados como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dichos artículos no podrán formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



Universitat de les Illes Balears

Dr. Francisco Javier Ponseti Verdaguer, como coautor de los siguientes artículos:

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Ponseti, F. J., & Garcia-Mas, A. (2022). Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas. *Retos*, 46, 653-661. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94123>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández presente los artículos anteriormente citados como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dichos artículos no podrán formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



**Universitat de les
Illes Balears**

Dra. Jeanette M. López Walle como coautor de los siguientes artículos:

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Ponseti, F. J., & Garcia-Mas, A. (2022). Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas. *Retos*, 46, 653-661. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94123>

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., & García-Mas, A. (2021). Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes. *Sustainability*, 13, 648-660. <https://doi.org/10.3390/su13020648>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández, presente los artículos anteriormente citados como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dichos artículos no podrán formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



**Universitat de les
Illes Balears**

Dr. Antonio Núñez Prats como coautor del siguiente artículo:

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández, presente el artículo anteriormente citado como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dicho artículo no podrá formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



**Universitat de les
Illes Balears**

Mtro. José Viñas Rodríguez como coautor del siguiente artículo:

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández, presente el artículo anteriormente citado como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dicho artículo no podrá formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022



**Universitat de les
Illes Balears**

Mtro. Santiago Reyes Díaz como coautor del siguiente artículo

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

DECLARO:

Que acepto que el Sr. Orlando Reyes Hernández, presente el artículo anteriormente citado como autor principal y formen parte de su tesis doctoral. Dicho artículo no podrá formar parte, en ningún caso, de otra tesis doctoral.

Y para que quede constancia de ello firmo este documento.

Firma

Palma de Mallorca, 03/09/2022

Agradecimientos

Seré breve, ya que algo que creo que me caracteriza ser de pocas palabras.

En primer lugar y como siempre, agradecer a mi familia porque me han acompañado en este viaje llamado vida y han depositado primero su fe y después su esperanza en mí.

En segundo, lugar a mis profesores y amigos, el Dr. Alex, el Dr. Tristán y la Dra. Jeanette, de no ser por ellos, estas palabras jamás habrían sido escritas. Gracias por las gestiones, el apoyo y por haberme impulsado, prometo que verán los frutos de todo el esfuerzo durante estos años. El haberme puesto sobre hombros de gigantes tal y como lo hizo Newton me ha permitido ver y llegar mucho más lejos de lo que algún día imaginé.

A las amistades que hice durante el doctorado tanto en México como en España, sinceramente no me atrevo a dar nombres por temor a que se me pase alguno, así que, si algún día alguno de ellos lee este trabajo y estos agradecimientos, sepan que están incluidos aquí.

Asimismo, a todas las organizaciones involucradas en los tres artículos que gracias a su financiamiento logramos publicar este trabajo, el CONACyT, PAICYT y ERASMUS por medio del programa ELIT-in y SIDFOOT.

Por último, y como siempre lo digo, a aquellos que no menciono en los párrafos anteriores, pero que directa o indirectamente influyeron en mí durante este proceso. Gracias por aportar a mi desarrollo personal y profesional.

Tabla de contenido

Publicaciones derivadas de la investigación de la tesis	11
Resumen	12
Abstract	13
Resum	14
Introducción	15
Marco Teórico	21
Evidencia empírica	30
Habilidades blandas	31
Dinámicas de equipo y motivación	32
Dinámicas de equipo y ansiedad	33
Motivación y ansiedad	33
Dinámicas de equipo, motivación y ansiedad	34
Resultados	35
Artículo 1	36
Artículo 2	37
Artículo 3	38
Discusión general	39
Conclusiones generales	42
Referencias	44
Anexos	54
Anexo 1	55
Anexo 2	56
Anexo 3	57

Publicaciones derivadas de la investigación de la tesis

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & García-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

Indización: SJR (2021) 0.18 Q4/ Índice h: 14

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Ponseti, F. J., & Garcia-Mas, A. (2022). Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas. *Retos*, 46, 653-661. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94123>

Indización: SJR (2021) 0.32 Q3/ Índice h: 19. Primer lugar en el ranking con sello de Calidad FECYT

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., & García-Mas, A. (2021). Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes. *Sustainability*, 13, 648-660. <https://doi.org/10.3390/su13020648>

Indización: SJR (2021) 0.66 Q1/ Índice h: 109

Resumen

Esta tesis está compuesta por tres artículos originales relacionados con las habilidades blandas aprendidas en el alto rendimiento, así como por otras variables que influyen en el rendimiento deportivo.

El primer artículo describe el proceso de consolidación del proyecto ELIT-in, el cual tiene el objetivo de promover y apoyar el desarrollo de competencias transversales en los deportistas de élite para prepararlos en su transición al ámbito laboral. Dentro de la formación del proyecto se creó un Programa de Formación e-Learning llamado “ELIT-in A road to the future”, el cual está compuesto por siete habilidades que son reconocidas por empleadores como relevantes. Asimismo, se creó el Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento con una versión para deportistas y una para empleadores, el cual mide las habilidades aprendidas en el alto rendimiento y que pueden transferirse al campo laboral.

El objetivo del segundo artículo fue validar en el contexto mexicano el Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en su versión para deportistas, a través de dos estudios. Los resultados del estudio 1, mostraron una fiabilidad y validez de constructo adecuada, con una estructura unifactorial. Mientras que, en el estudio 2 los resultados arrojaron una equivalencia de medida entre hombres y mujeres. Además, se confirmaron de forma cuantitativa y cualitativa las habilidades que los deportistas consideraban como más y menos importantes para trasladarse al campo laboral.

Por último, el objetivo del tercer artículo fue evaluar la interrelación entre las dinámicas de equipo desde dos perspectivas (Como jugador y Como si fuera entrenador) con los tipos de motivación y los factores de ansiedad en deportistas universitarios. Los resultados mostraron índices de ajuste adecuados para ambos modelos, así como cinco efectos indirectos, dos de ellos entre las dinámicas de equipo desde ambas perspectivas con la ansiedad somática y la desconcentración, teniendo como mediador la motivación autónoma y; los otros tres entre las dinámicas de equipo desde ambas perspectivas con la ansiedad somática, preocupación y desconcentración, teniendo como mediador la motivación controlada.

Palabras clave: Cuestionario, propiedades psicométricas, habilidades blandas, alto rendimiento, dinámicas de equipo, motivación y ansiedad.

Abstract

This thesis is composed of three original articles related to the soft skills learned in high performance, as well as other variables that influence sports performance.

The first article describes the consolidation process of the ELIT-in project, which objective to promote and support the development of transversal competencies in elite athletes to prepare them for their transition to the workplace. As part of the project's formation, an e-Learning Training Program called "ELIT-in A road to the future" was created, which is composed of seven skills that are recognized by employers as relevant. In addition, the Skills Learned in High Performance Sport Questionnaire was created with a version for athletes and one for employers, which measures the skills learned in high performance that can be transferred to the workplace.

The objective of the second article was to validate in the Mexican context the Learned Skills Questionnaire in High Performance Sport in its athletes' version, through two studies. The results of study 1 showed adequate reliability and construct validity, with a unifactorial structure. While in study 2 the results showed equivalence of measurement between men and women. In addition, quantitatively and qualitatively confirmed the skills that athletes considered most and least important for transferring to the workplace.

Finally, the aim of the third article was to evaluate the interrelation between team dynamics from two perspectives (As a player and As if I were a coach) with the types of motivation and anxiety factors in college athletes. The results showed adequate fit indices for both models, as well as five indirect effects, two of them between team dynamics from both perspectives with somatic anxiety and deconcentration, having autonomous motivation as mediator and; the other three between team dynamics from both perspectives with somatic anxiety, worry and deconcentration, having controlled motivation as mediator.

Keywords: Questionnaire, psychometric properties, soft skills, high performance, team dynamics, motivation and, anxiety

Resum

Aquesta tesi és composta de tres articles originals relacionats amb les habilitats toves apreses a l'alt rendiment, així com per altres variables que influeixen en el rendiment esportiu.

El primer article descriu el procés de consolidació del projecte ELIT-in, que té l'objectiu de promoure i donar suport al desenvolupament de competències transversals en els esportistes d'elit per preparar-los en la transició a l'àmbit laboral. Dins la formació del projecte es va crear un Programa de Formació e-Learning anomenat "ELIT-in A road to the future", el qual està format per set habilitats que són reconegudes per ocupadors com a rellevants. Així mateix, es va crear el Qüestionari d'Habilitats Apreses a l'Esport d'Alt Rendiment amb una versió per a esportistes i una per a ocupadors, que mesura les habilitats apreses en l'alt rendiment i que es poden transferir al camp laboral.

L'objectiu del segon article va ser validar en el context mexicà el Qüestionari d'Habilitats Apreses a l'Esport d'Alt Rendiment en la versió per a esportistes, mitjançant dos estudis. Els resultats de l'estudi 1 varen mostrar una fiabilitat i una validesa de constructe adequada, amb una estructura unifactorial. Mentrestant, a l'estudi 2 els resultats van donar una equivalència de mesura entre homes i dones. A més, es varen confirmar de manera quantitativa i qualitativa les habilitats que els esportistes consideraven com a més i menys importants per traslladar-se al camp laboral.

Finalment, l'objectiu del tercer article va ser avaluar la interrelació entre les dinàmiques d'equip des de dues perspectives (Com a jugador i Com a entrenador) amb els tipus de motivació i els factors d'ansietat en esportistes universitaris. Els resultats van mostrar índexs d'ajust adequats per a tots dos models, així com cinc efectes indirectes, dos entre les dinàmiques d'equip des de les dues perspectives amb l'ansietat somàtica i la desconcentració, tenint com a mediadora la motivació autònoma; i els altres tres entre les dinàmiques d'equip, des les dues perspectives, amb l'ansietat somàtica, la preocupació i la desconcentració, tenint com a mediadora la motivació controlada.

Paraules clau: Qüestionari, propietats psicomètriques, habilitats toves, alt rendiment, dinàmiques d'equip, motivació i ansietat.

Introducción

Introducción

Durante los últimos años, ha habido un incremento sustancial en investigaciones referentes a la Carrera Dual (CD), la cual es definida como la integración del deporte con los estudios o bien con el trabajo (Stambulova & Wylleman, 2014), y que además puede brindar múltiples beneficios para las personas que la practican, relacionados con la salud, entorno social, financiero, etc (Harrison et al., 2020), estos beneficios no solo se presentan durante la carrera deportiva, sino que también una vez finalizada esta, es decir, en la transición fuera del deporte (Comisión Europea, 2007, 2012). El combinar de forma óptima el deporte y los estudios ayudará a las personas que practican CD a lograr sus objetivos tanto académicos como deportivos, así como vivir una vida privada satisfactoria, ayudándolos a mantener su salud y bienestar (Stambulova, et al., 2015).

Sin embargo, el practicar una CD puede llegar a causar algunas dificultades debido a la alta exigencia que esto representa, puesto que el estar estudiando, tratando de mantener buenas notas, así como el estar pendiente de los entrenamientos puede producir problemas tales como, agotamiento, angustia psicológica (Rosen, et al., 2016; Sorkkila, et al., 2017), agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal (Félix-Mena, et al., 2021; Tutte, & Reche, 2016).

En este sentido, y con el fin de evitar algunas problemáticas relacionadas con la CD podemos encontrar investigaciones que proponen asesorías para los estudiantes-deportistas (Álvarez, P. & López, D., 2013; López de Subijana et al., 2015; Miró et al., 2017; Pallarés et al., 2011; Torregrosa et al., 2004; Vilanova, & Puig, 2013) con el fin de ayudarlos a compaginar los estudios con el deporte y potenciar su rendimiento en estos ámbitos, así como el desarrollo de habilidades que les faciliten su transición al campo laboral.

Por otro lado, un tema de suma importancia y en el que también se ha hecho hincapié es en el retiro deportivo en deportistas profesionales, ya que en ocasiones este retiro suele ser no planificado (transición no normativa, Stambulova, 2000) debido a lesiones o bien por decisiones del club (Del Pan, 2019), acarreando ciertas dificultades en la transición que tienen estos atletas una vez que se retiran, encontrando dentro de estas dificultades sentimientos de nostalgia (Del Pan, 2019, Díaz, 2017), además de argumentar el haber vivido un proceso largo de adaptación a la vida fuera del deporte (Del Pan, 2019).

Por otro lado, además de las problemáticas anteriormente mencionadas por el retiro deportivo, los deportistas deben enfrentarse a otro aspecto importante que es la transición al mercado laboral. Esta transición se dificulta aún más para aquellos deportistas que practicaron una trayectoria deportiva lineal (Pallarés et al., 2011), es decir, que invirtieron gran parte de su tiempo y esfuerzos al deporte. Como principal problemática que los deportistas encuentran en su inserción al campo laboral es la falta de experiencia (Del Pan, 2019; Díaz, 2017), y la falta de reconocimiento de su carrera deportiva como experiencia laboral (Del Pan, 2019), ya que actualmente esta última no es muy tomada en cuenta por las empresas.

Asimismo, otra de las razones fundamentales por la que la investigación de la transición al mercado laboral de los deportistas ha estado creciendo es que, además de los beneficios que obtienen al practicar deporte, también les permite desarrollar ciertas habilidades que no son exclusivas de la escuela o la familia (Salazar et al., 2016) y que difícilmente pueden desarrollarse en otras áreas. Estas habilidades son denominadas habilidades para la vida y pueden ser de tipo conductuales, cognitivas, interpersonales e intrapersonales y que una vez desarrolladas en el

deporte pueden transferirse y aplicarse en entornos no deportivos (Danish et al., 2004). Esta transferencia puede entenderse como:

El proceso continuo mediante el cual un individuo desarrolla o aprende e interioriza un activo personal (es decir, habilidad psicosocial, conocimiento, disposición, construcción o transformación de la identidad) en el deporte y luego experimenta un cambio personal a través de la aplicación del activo en uno o más dominios de la vida más allá del contexto donde se aprendió originalmente (Pierce et al., 2016). Es decir, que el deporte no solo se trata de ganar campeonatos, sino que también aporta en otras áreas de la vida que permite a los deportistas desarrollarse de una mejor manera.

Por otro lado, el deporte profesional o de alta competición, ayuda a desarrollar en el deportista una serie de habilidades personales que les ayudan a cumplir sus objetivos deportivos, además estas habilidades a su vez son valoradas altamente por los empleadores (Goudas et al., 2015), ya que a su vez favorecen el desarrollo de una función laboral y la integración en equipos multidisciplinares (Pallarés et al., 2011). Estas habilidades podrían ayudar a resolver la problemática de la falta de experiencia y el reconocimiento de la carrera deportiva mencionado anteriormente como una barrera en la transición del retiro deportivo al mercado laboral.

La posesión de estas habilidades intra e interpersonales son esenciales para el desarrollo personal, la participación social y el éxito en el lugar del trabajo (Kechagias, 2011). Por otro lado, las habilidades blandas o habilidades para la vida se pueden aprender de manera efectiva en un ambiente de entrenamiento, pero este aprendizaje puede ser disminuido o erosionado en un ambiente operacional, donde se necesita un apoyo continuo y constante para integrar cambios (Gibb, 2014).

En el ámbito deportivo dichas habilidades son indispensables para variables tales como la cohesión, ayudando a una mejor integración de los miembros del equipo; la motivación, ayudándolos a conseguir los objetivos individuales y de equipo; la ansiedad, desarrollando estrategias para resolver ciertas problemáticas, etc.

Asimismo, además de poseer ciertas habilidades, también es importante tomar en cuenta que para desarrollar una CD equilibrada y gestionar las situaciones que se puedan encontrar durante la misma (por ejemplo, las transiciones de carrera) se debe tomar en cuenta el modelo propuesto por Wylleman y Lavalle (2004). Este modelo es visto desde un enfoque holístico y se ha utilizado para explicar las transiciones normativas a las cuales los atletas se enfrentan a lo largo de su carrera deportiva, en el cual se toman en cuenta cuatro niveles: el nivel atlético, individual, psicosocial y académico/vocacional (ver Tabla 1).

Tabla 1.

Un modelo de desarrollo en las transiciones que enfrentan los atletas a nivel atlético, individual, psicosocial y académico/vocacional (Wylleman & Lavallee, 2004).

Edad	10	15	20	25	30	35
Nivel atlético	Iniciación	Desarrollo		Maestría		Discontinuidad
Nivel psicológico	Infancia		Adolescencia		Adultez (Juventud)	
Nivel psicosocial	Padres Hermanos Compañeros	Compañeros Entrenador Padres		Pareja Entrenador		Familia (entrenador)
Nivel académico/vocacional	Educación primaria	Educación secundaria - Preparatoria		Educación universitaria		Entrenamiento vocacional Ocupación profesional

Como podemos observar en la Tabla 1 el primer nivel es el atlético, este nivel presenta las distintas etapas y transiciones que enfrentan los deportistas a lo largo de su carrera, las cuales son la iniciación, desarrollo, maestría y la etapa de discontinuidad que nos muestra que el deporte competitivo puede llegar a ser un proceso relativamente largo. El segundo nivel es el psicológico, el cual muestra las etapas de desarrollo tales como la infancia, la adolescencia y la edad adulta (joven), esta última reflejando el final de la carrera deportiva. El tercer nivel es el psicosocial, este presenta los distintos personajes que influyen en la carrera deportiva, tales como la familia, compañeros, entrenador-deportista, la pareja y otras relaciones interpersonales significativas para los atletas. El último nivel es el académico/vocacional, en este se incluyen la transición a la educación primaria/secundaria, la etapa de educación secundaria/preparatoria, la transición a la educación superior y la transición a la formación profesional y/o una ocupación profesional (estas también pueden ocurrir a una edad más temprana dependiendo la situación del deportista).

Una vez detallados los puntos anteriores es que podemos comprender de mejor manera lo que viven los atletas a lo largo de su carrera deportiva.

Es por esta razón y con base a los argumentos anteriores, que el **objetivo general** es identificar las competencias transversales que predominan en el contexto deportivo mexicano dentro de ambientes duales, así como relacionar las principales variables psicológicas que influyen en los equipos deportivos.

Asimismo, para poder cumplir con el objetivo general, se plantean tres **objetivos específicos** correspondientes a cada uno de los artículos que componen esta tesis:

- El primero de ellos titulado *El proyecto Erasmus+ Elit-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”*, en el cual se da a conocer el proceso de formación del proyecto financiado por Erasmus llamado Elit-in, el cual tiene como objetivo promover la educación en el deporte a través de un enfoque basado en el desarrollo de habilidades, así como apoyar la implementación de las Directrices de la Unión Europea sobre Carreras Duales en deportistas, y que como productos tiene la creación de un cuestionario que evalúa habilidades

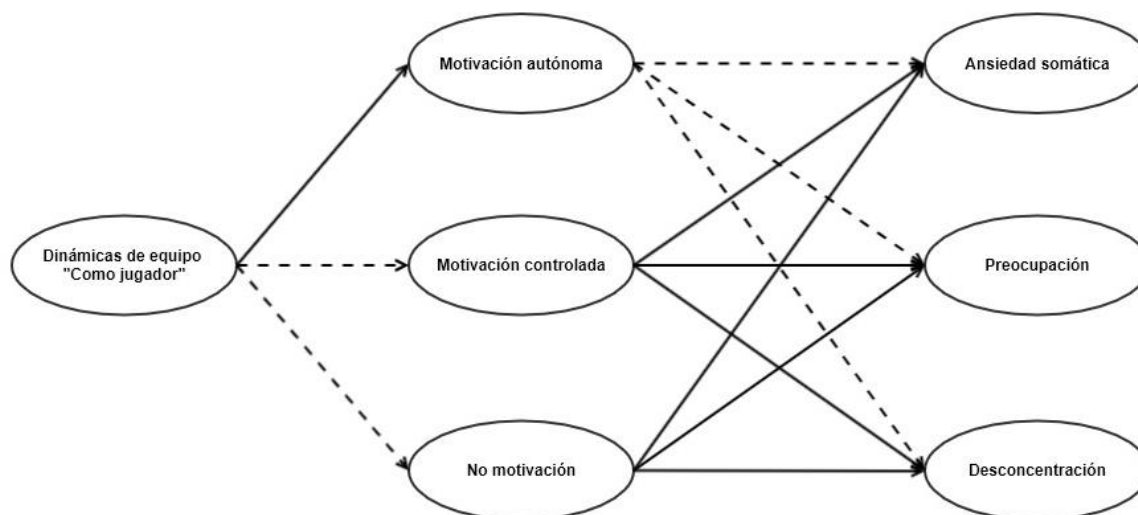
que empleadores consideran como relevantes, así como una página web mediante la cual se puede acceder a la plataforma online *Elit-in A road to the future* y que permite acceder a un curso con siete de las habilidades que tanto deportistas como empleadores consideraron como más importantes para transferir al campo laboral.

- Una vez dado a conocer el proyecto a través del cual se construyó un cuestionario para medir las habilidades que los deportistas desarrollan a lo largo de su carrera deportiva, el segundo artículo titulado *Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas*, tuvo como objetivo validar el cuestionario pero ahora en el contexto mexicano, para ello se realizaron dos estudios, en el primero de ellos se examinó la fiabilidad y la estructura factorial del cuestionario, mientras que en el segundo se analizó la invarianza factorial en función del género, esto para demostrar y corroborar la fiabilidad y validez del cuestionario.

- Finalmente, una vez revisadas las habilidades que pueden desarrollarse a lo largo de la carrera deportiva y que pueden ayudar la mejora del rendimiento deportivo por medio de las dinámicas de equipo y otras variables relevantes, en el tercer artículo titulado *Team dynamics perceptions, Motivation, and Anxiety in university athletes*, se comprobó un modelo de ecuaciones estructurales que vinculó a las dinámicas de equipo desde dos perspectivas (como jugador y como si fuera el entrenador) con dos de las variables más importantes y estudiadas en el ámbito de la psicología del deporte, la motivación y la ansiedad (ver Figuras 1 y 2).

Figura 1.

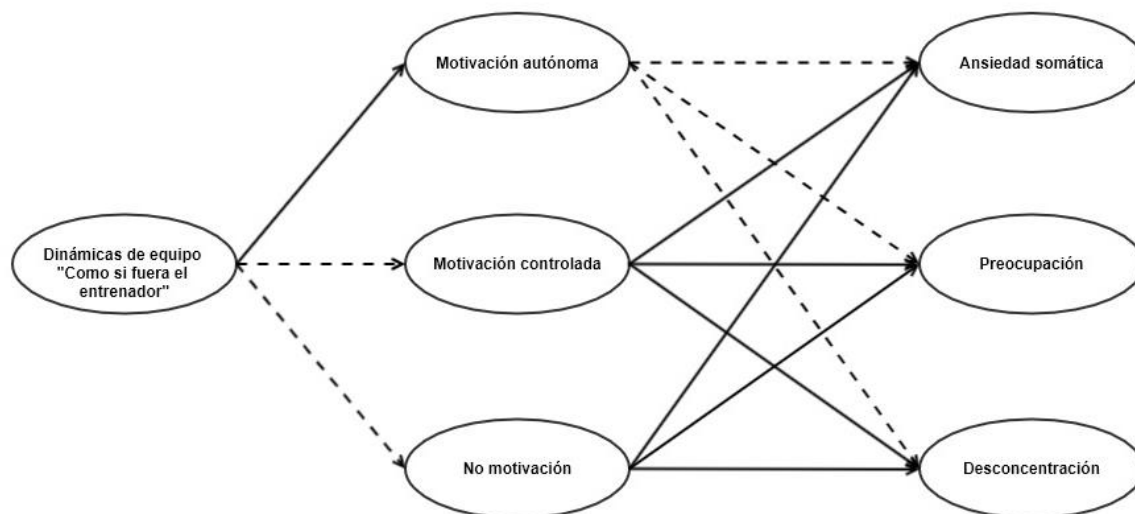
Representación del modelo estructural hipotetizado de las dinámicas de equipo desde la perspectiva "Como jugador".



Nota. Las líneas continuas representan relaciones positivas y las líneas punteadas representan relaciones negativas.

Figura 2.

Representación del modelo estructural hipotetizado de las dinámicas de equipo desde la perspectiva “Como si fuera entrenador”.



Nota. Las líneas continuas representan relaciones positivas y las líneas punteadas representan relaciones negativas.

Por último, es importante mencionar que, las características intrínsecas de la población con carrera dual, tanto desde el punto de vista deportivo como académico, señalan que las variables psicológicas que tienen mayor prevalencia son las que se estudian en el tercer artículo -ansiedad, motivación, dinámicas de equipos de trabajo y/o deportivos- y que por lo tanto son las que poseen mayor probabilidad de interactuar con las habilidades blandas que se han puesto en evidencia en los dos estudios anteriores.

Marco Teórico

Marco teórico

Con el fin de explicar la importancia de la transferencia de habilidades aprendidas en el deporte de alto rendimiento a otras áreas de la vida es importante conocer cómo es que la evolución del concepto de inteligencia nos ha llevado hasta ellas o a lo que hoy en día conocemos como soft skills o habilidades para la vida.

Es por ello por lo que, comenzamos con Binet y Simon (1904), ya que ellos fueron de los primeros autores en tratar de medir las capacidades intelectuales por medio de una escala con el fin de detectar si un niño era normal o sufría alguna deficiencia mental sin importar el origen de este y sin interesarse por realizar un pronóstico sobre el resultado de estos niños. Dentro de esta evaluación clasificaban a los niños como anormales en dos categorías: los retrasados de inteligencia y los inestables; los segundos, no presentaban una inferioridad intelectual, sino que carecían de cierta moralidad siendo su inteligencia afectada por su carácter. Es por ello, que por medio de esta escala introdujeron el concepto de edad mental, argumentando que si un niño podía resolver problemas para su edad entonces tenía su misma edad mental, caso contrario, que, si no podría resolverlos, entonces se diagnosticaba con retraso mental, es decir que su edad mental era inferior a su edad cronológica, afirmando así que una sensación o una percepción, son manifestaciones intelectuales tanto como lo es el razonamiento.

Sin embargo, debido a que la inteligencia posee diferentes grados de desarrollo dependiendo la edad, no se puede diagnosticar correctamente a los sujetos de esta forma. Por ejemplo, si un niño de diez años con edad mental de ocho no es lo mismo que un niño con ocho años con seis años de edad mental pese a que ambos poseen dos años de retraso. Es por ello, que, debido a estos problemas con el diagnóstico, Stern (1911) introdujo el concepto de coeficiente intelectual, el cual se obtiene multiplicando la edad mental en meses por 100 y dividiendo el resultado por la edad cronológica también expresada en meses, estandarizando los 100 puntos como casos normales, casos inferiores como retrasados o por debajo de la media y puntuaciones más altas como superiores o encima de la media.

Por su parte, anteriormente Spearman (1904) había propuesto que lo que él llama la inteligencia general se correlaciona con las habilidades mentales específicas. Después de haber afirmado esto, y, para ampliar y comprender de mejor forma esta afirmación, posteriormente, propuso dos factores de inteligencia, el primero de ellos llamado factor general o factor G, el cual es llamado así, ya que, aunque varía libremente de individuo a individuo, sigue siendo el mismo para cualquier individuo con respecto a todas las habilidades correlacionadas. Mientras que, el segundo de ellos es el llamado factor específico o factor S, que, al igual que el factor G, no solo varía de un individuo a otro, sino que también lo hace para cualquier individuo de cada habilidad a otra (Spearman, 1927). Sin embargo, aunque ambos factores ocurren en cada habilidad, no necesariamente son igualmente influyentes en cada una de ellas.

Más adelante, Thurstone (1934) menciona que la formulación de Spearman respecto a la inteligencia es inadecuada para el problema de la multidimensionalidad de las capacidades mentales. Asimismo, afirma que la multidimensionalidad de la mente debe reconocerse antes de que se pueda avanzar hacia el aislamiento y la descripción de habilidades separadas.

Este cambio de paradigma implica el paso desde un concepto de inteligencia única, muy relacionada con el rendimiento académico -y que planteaba muchas dificultades de evaluación transculturalmente o para predicción de rendimiento psicomotor- hacia un concepto de inteligencia mucho más modular, funcional y relacionado con la interacción de la persona y el

ambiente que le rodea (ya sea cultural o social). Asimismo, con el desarrollo de la teoría -como veremos más adelante- aparece la capacidad de aprendizaje y mejora de habilidades que tienen menor expresión en cada persona, y, posteriormente, la transferencia de esa habilidad aprendida en una determinada situación, a otra en la que se necesita o se puede adaptar mejor.

Por otro lado, Thurstone menciona que cuando las habilidades mentales han sido definidas en términos de un gran número de pruebas elementales para cada habilidad, será de considerable interés determinar experimentalmente hasta qué punto el entrenamiento de una habilidad se transfiere a otra habilidad y relacionar tales efectos de transferencia con las conocidas correlaciones entre las habilidades que apuntaba Spearman.

En otras palabras, afirmó que las habilidades intelectuales humanas son diversas, y estableció su teoría multifactorial de la inteligencia (1935) que se enfoca en las siete habilidades mentales primarias diferentes. Afirmó que cada individuo posee diferentes niveles de estos siete factores, y estos niveles no dependen unas de otras, y cada una de estas habilidades puede evaluarse por separado. Para ello, desarrolló una escala para poder evaluarlas (Thurstone, 1943).

En esta misma línea de argumentación teórica respecto a la inteligencia y las habilidades humanas, Howard Gardner (1983) argumentaba que los métodos para evaluar la inteligencia no eran lo suficientemente precisos como para poder valorar el verdadero potencial de los individuos. Asimismo, afirmaba que había evidencias contundentes sobre la existencia de distintas competencias intelectuales humanas parcialmente autónomas, o como él las llama "inteligencias humanas".

Asimismo, menciona que cada vez era más difícil negar la existencia de al menos algunas inteligencias parcialmente independientes entre sí, ya que las personas y las culturas podrían adaptarlas y combinarlas en una variedad de formas adaptativas. Es por ello, que propone que estas inteligencias operan en armonía en la vida cotidiana de los individuos que esa podría ser la razón por la que su autonomía no es visible.

Asimismo, estas inteligencias ayudaran a los individuos a desempeñarse correctamente en las distintas áreas de su vida. Una vez que estas inteligencias se ponen en práctica, se dice que el o los individuos poseen habilidades para realizar cierta tarea.

La evolución de estos conceptos anteriores conduce a la idea de las habilidades humanas. Así, una habilidad es definida como un "comportamiento bien organizado y dirigido a un objetivo que se adquiere a través de la práctica y se realiza con economía de esfuerzo" (Proctor & Dutta, 1995, p.18).

Posteriormente, el concepto de habilidad ha ido evolucionando, dejando de ser genérico y siendo más específico, prueba de esto es la definición que hace la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) mencionando que las habilidades son "características individuales que impulsan al menos una dimensión del bienestar individual y el progreso socioeconómico (productividad), que pueden medirse significativamente (medibilidad) y que son maleables a través de cambios e inversiones ambientales (maleabilidad)" (OCDE, 2016, p. 34).

Por otro lado, el deporte puede proporcionar un foro maravilloso para que los jóvenes aprendan sobre sí mismos y adquieran habilidades que pueden ayudarlos a lo largo de la vida (Petitpas et al., 2005), ya que pueden transferirse al ámbito académico (Petitpas, 2004) o a otras

áreas fuera del deporte (Weiss et al., 2016). Así como también se ha demostrado que desarrollar habilidades para la vida ayuda a mejorar el éxito deportivo (Gould et al., 2007)

Asimismo, existen habilidades aprendidas en el deporte de alto rendimiento que pueden ser transferidas y aplicables a otro espacio distinto al que se aprendieron, tales como el trabajo o incluso en otras áreas de la vida (Petitpas et al., 1992).

Por otro lado, existen las llamadas *soft skills* o habilidades blandas, este tipo de habilidades no son aprendidas en un ambiente escolar, sino que son aprendidas con poca información de manera formal, pero que es altamente enfocada y relevante, aunada a mucha experiencia en el mundo real y a una práctica dentro y fuera de la zona de confort. Este tipo de habilidades requiere continua y oportuna, retroalimentación, que sea relevante y constructiva de otras personas, donde las actitudes y sus consecuencias puedan ser observadas y comprendidas (McGurk, 2010). Este tipo de habilidades intra e interpersonales son esenciales para el desarrollo personal pueden adquirirse/desarrollarse mediante esfuerzos de capacitación adecuados, y también pueden combinarse para lograr resultados complejos (Kechagias, 2011).

Este tipo de habilidades manejan una relación simbiótica con las habilidades duras que son necesarias para realizar un trabajo, es decir, son un complemento (Jackson, 2009). Asimismo, el poseer este tipo de habilidades podría ayudar a mejorar el desempeño laboral, impulsando así el éxito en el trabajo (Gibb, 2014; Kechagias, 2011; Vera, 2016).

Tal y como hemos revisado en los conceptos anteriores este tipo de habilidades pueden aprenderse en ambientes no formales tal y como puede ser el deporte. De hecho, en los últimos años se han realizado diversos estudios respecto al aprendizaje de este tipo de habilidades en personas que practican una carrera dual (Miró et al., 2017; Pallarés et al., 2011). Este tipo de personas son aquellas las cuales estudian y hacen deporte o bien trabajan y hacen deporte (Stambulova & Wylleman, 2014). Por lo que Stambulova et al. (2015) mencionan que la combinación del deporte y los estudios de forma equilibrada ayudará a los deportistas a lograr sus objetivos tanto académicos como deportivos, permitiéndoles vivir una vida privada satisfactoria, así como mantener una buena salud y bienestar.

Además, estas habilidades al ser desarrolladas dentro del entorno deportivo son importantes para los deportistas para afrontar las dificultades que se encuentran (como la del COVID 19), y no solo eso, sino que también son necesarias para el desarrollo de ciertas variables psicológicas (Clemente-Suárez et al., 2020; Fuentes-García, 2020; Leguizamo et al., 2021).

Una de esas variables es la motivación la cual ha sido participe de diversas definiciones, coincidiendo gran parte de ellas en la intensidad y dirección del comportamiento o del esfuerzo tal y como apuntan Weinberg y Gould (1995). La motivación nos ayuda a entender por qué los individuos realizan ciertas acciones en distintos ámbitos de la vida (Balaguer et al., 2011) y al motivo por el cual se realiza la práctica deportiva (Castillo & Balaguer, 2001; Castillo et al., 2007; Palou, et al., 2005).

Para describir un poco más lo que es la motivación, es necesario hablar acerca de la Teoría de la Autodeterminación (SDT por sus siglas en inglés; Ryan & Deci, 2000a).

La SDT examina el crecimiento psicológico, el compromiso y el bienestar por medio de la influencia de las condiciones biológicas, sociales y culturales, y si estas se mejoran o debilitan tanto de forma general como de forma específicas (Ryan & Deci, 2017). Además, plantea que

las personas poseen distintos niveles de motivo y de orientación, por lo que se podría decir que, la motivación manifiesta porque los individuos realizan ciertas conductas (Ryan & Deci, 2000a).

Según la SDT, específicamente la Teoría de la Integración Organísmica existen diversos tipos de motivación que representan formas cualitativamente diferentes en las que se puede regular un comportamiento. La teoría propone que estas formas de regulación se encuentran en un continuo (Tabla 2), presentando la regulación completamente no autodeterminada hasta la completamente autodeterminada (Deci & Ryan, 1985a, 2000; Ryan & Deci, 2000a).

Por un lado (Ver Tabla 2) tenemos a la no motivación, que hace referencia a la falta de intención y sentido para actuar (Deci & Ryan, 1985b), argumentando que las personas con este tipo de motivación no valoran la actividad que realizan (Ryan, 1995), ya sea porque no se siente competente para realizarla (Bandura, 1986), o porque cree que no producirá el resultado que desea (Seligman, 1975).

Mientras que, del lado contrario, tenemos a la motivación intrínseca, este tipo de motivación se considera como la más autodeterminada y en la que el individuo realiza una actividad por sus inherentes satisfacciones a buscar la novedad y el desafío, así como a ampliar y seguir ejercitando sus capacidades, etc (Ryan & Deci, 2000b).

Por otro lado, la motivación extrínseca hace referencia al rendimiento de una actividad para lograr un resultado separable, lo que la permite contrastar con la motivación intrínseca, ya que la actividad se realiza para la satisfacción inherente de la actividad, aunque la motivación extrínseca varía en cuanto a su autonomía (Ryan & Connell, 1989; Vallerand, 1997).

Asimismo, existen las llamadas conductas extrínsecamente motivadas, consideradas como menos autónomas y que son reguladas de forma externa, completando así el camino del continuo de autodeterminación que existe entre la no motivación y la motivación intrínseca.

Este tipo de conductas externas están compuestas por la regulación externa, la cual implica participar en un comportamiento solo para satisfacer presiones externas o para obtener recompensas impuestas externamente. También tenemos a la regulación introyectada, la cual conlleva incluir este tipo de regulación dentro de uno mismo, pero a su vez implica no aceptarla como propia totalmente. Este tipo de regulación implica conductas que son llevadas a cabo con el fin de evitar la culpa o la ansiedad o bien para beneficios del ego.

Otro tipo de regulación más autodeterminada es la regulación identificada, la cual implica otorgarle un valor de forma consciente a un comportamiento o a un ajuste de la conducta, de modo que esta es aceptada o se considera personalmente importante. Por último, tenemos a la más autónoma de las regulaciones que forma parte de la motivación externa, la regulación integrada. Este tipo de regulación ocurre cuando las regulaciones identificadas se aceptan totalmente por el yo, ya que estas han sido evaluadas e introducidas dentro del sistema de valores y necesidades del individuo. (Ryan & Deci, 2000b).

Tabla 2.

El continuo de autodeterminación que muestra los tipos de motivación con sus estilos regulatorios, el locus de causalidad, y los procesos correspondientes (Ryan & Deci, 2000b).

Conducta	No autodeterminado	Motivación extrínseca				Autodeterminado
Tipo de motivación	No motivación	Motivación controlada		Motivación autónoma		Motivación intrínseca
Tipo de regulación	Sin regulación	Regulación externa	Regulación introyectada	Regulación identificada	Regulación integrada	Regulación intrínseca
Locus de causalidad percibido	Impersonal	Externa	Algo externa	Algo interna	Algo interna	Interna
Proceso regulatorio relevante	Sin intención, sin valor, incompetencia, falta de control	Obediencia, recompensas externas y castigos	Autocontrol, implicación al ego, recompensas internas y castigos	Importancia personal, valoración consciente	Congruencia, consciencia, síntesis con el Yo	Interés, disfrute, satisfacción inherente

Dicho esto, también podemos hablar de que la SDT reconoce dos tipos de motivación: motivación autónoma y motivación controlada. La motivación autónoma está compuesta por la regulación intrínseca y por los dos tipos de motivación externa más autodeterminadas como lo son la regulación integrada y la regulación identificada. Mientras que la motivación controlada está compuesta por la regulación externa y la regulación introyectada (Deci & Ryan, 2008).

La SDT también propone que los tipos de motivación pueden llegar a tener consecuencias positivas y/o negativas para los individuos dependiendo del grado de implicación que estos tengan dentro de una actividad. Esto quiere decir que, las regulaciones más autónomas tenderán a mostrar un funcionamiento positivo mayor y de ajuste personal que las regulaciones menos autónomas (Deci & Ryan, 2000).

Asimismo, en el ámbito deportivo se ha demostrado que el estar motivado autónomamente se asocia con la salud y el bienestar (Ryan & Deci, 2002) y con una mejor valoración sobre ellos mismos y una mayor satisfacción en sus vidas mejorando su autoestima (Balaguer et al., 2008). Mientras que, del lado contrario el estar motivado de forma controlada, así como el no estar motivado puede estar relacionado emociones negativas, tal y como lo es la ansiedad (López et al., 2011; Pineda-Espejel et al., 2015).

El concepto de ansiedad fue definido por Spielberg (1966), pero no fue hasta Martens (1977) que se desarrolló este concepto específicamente para el deporte. Martens menciona que los deportistas tienen la tendencia a presentar ansiedad antes o durante la competencia. Posteriormente, Martens et al. (1990) plantearon que la ansiedad competitiva además de evaluar elementos somáticos también debía hacerlo con elementos cognitivos, para lo cual desarrolló la Teoría Multidimensional de la Ansiedad. Dicha teoría plantea que, si bien los elementos

somáticos y cognitivos coexisten e interactúan dentro del individuo, su naturaleza es distinta y debe ser medida por separado.

Mientras la ansiedad somática es un estado emocional inmediato caracterizado por la aprensión y la tensión asociados a la activación del organismo que se produce en situaciones de competencia, la ansiedad cognitiva es el componente mental de la ansiedad y es causado por expectativas negativas sobre el éxito o por una autoevaluación negativa (Martens, 1990).

Posteriormente, Smith et al., (1990) demostraron que el instrumento utilizado para medir la ansiedad a través del modelo Multidimensional (Martens, 1977) media la ansiedad somática, no así la ansiedad cognitiva específica del deporte, por lo que, Smith et al., (2006) profundizaron en el tema de la ansiedad cognitiva desarrollando un instrumento fiable y que además de medir la ansiedad somática, también media la ansiedad cognitiva, proponiendo que esta se manifiesta en forma de preocupación y desconcentración.

Como hemos visto hasta ahora, el entorno deportivo se presta para observar factores situacionales y conductuales, no solo a nivel individual, sino colectivo. Es por ello por lo que un tema importante a nivel colectivo son las dinámicas de equipo.

Este término fue utilizado por Kurt Lewin (1939) para nombrar ciertos fenómenos que se llevan a cabo dentro de un grupo. Cirigliano y Villaverde (1966) mencionan que "la dinámica de grupo se refiere a las fuerzas que actúan en cada grupo a lo largo de su existencia y que lo hacen comportarse en la forma como se comporta. Estas fuerzas constituyen el aspecto dinámico del grupo: movimiento, acción, cambio, interacción, reacción, transformación, etc.; y se distinguen de los aspectos relativamente estáticos, tales como el ambiente físico, el nombre, la finalidad, la constitución, etc." (p. 64). Esto implica que la dinámica de los grupos se refiere a lo que sucede dentro de ellos, es decir, a la interacción que se da entre los miembros del grupo.

Las dinámicas de equipo han sido estudiadas desde el punto de vista de la psicología social, haciendo hincapié en la participación de los miembros del equipo en la toma de decisiones y en las ventajas que los individuos tienen al cooperar dentro de sus grupos (Cartwright & Zander, 1971).

Es a través de esta ventaja que tienen de participar los miembros que hace que el grupo se reúna para realizar una tarea en común y trabajen en conjunto para poder lograrla. El logro de los objetivos del grupo estará determinado en la medida en que la dirección y la fuerza de sus comportamientos estén dirigidos hacia la misma (Lewin, 1973).

Por otro lado, las dinámicas de equipo también han sido estudiadas en el ámbito deportivo. Sin embargo, las dinámicas internas psicológicas de los equipos se han centrado en marcos teóricos inconsistentes, ocasionando una afectación a los fundamentos teóricos, así como a la intervención aplicada en la búsqueda de mantener o mejorar el rendimiento de los equipos (Taylor & Brown, 1979). Es por ello que, con el fin de dar respuesta a estas problemáticas, Olmedilla et al. (2016) propusieron un modelo que combina cinco marcos conceptuales principales relacionados con la dinámica psicológica del equipo cooperativo. Dichos marcos teóricos son: la coordinación, cohesión, cooperación, integración e identificación (ver *Figura 3*). Se presentan en forma piramidal ya que se van presentando de forma jerárquica, una vez que un equipo presente los cinco marcos teóricos en su conjunto obtendrá una dinámica capaz de mejorar el rendimiento colectivo.

Figura 3.

Modelo jerárquico piramidal para la dinámica psicológica en equipos cooperativos (Olmedilla et al., 2016).



La coordinación se entiende como esa disponibilidad de las acciones de los miembros del equipo, que combinadas pueden resultar en la consecución de objetivos de forma más efectiva. Para que este objetivo se cumpla, deben combinarse tres factores, tipo, momento y lugar, por lo que, dicho en otras palabras, la coordinación implicaría disponer las acciones de los miembros del equipo de modo que el tipo de acción o acciones se lleven a cabo en el momento y lugar correctos. Para ello, conseguir una acción de equipo puede requerir que cada miembro del equipo emprenda un tipo de acción concreto (Eccles, 2010).

También tenemos a la cohesión definida por Festinger et al. (1950), como la suma de todas las fuerzas que influyen en que un grupo se mantenga unido. Por otro lado, Carron et al. (2002) definen la cohesión como un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido con la finalidad de conseguir sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros, en la que se destacan dos categorías diferenciadas: los aspectos sociales y los aspectos de la tarea del grupo.

El tercer concepto es la cooperación, esta es vista como un proceso social, el nivel de cooperación se evalúa y se recompensa a través del rendimiento obtenido de forma colectiva a través de la consecución de objetivos (Coakley, 1994).

Asimismo, la cooperación se compone de dos factores básicos, el primero es llamado cooperación disposicional incondicionada, en donde los deportistas muestran tendencia o disposición a cooperar de forma más o menos incondicional. Mientras que la segunda es la cooperación disposicional condicionada y esta muestra la tendencia o disposición de los deportistas a cooperar en función de los objetivos que se quieran conseguir (García-Mas, 2001; García-Mas et al., 2006)

Por último, tenemos dos conceptos ligados a una teoría como lo son la integración y la identificación. Ambos conceptos se basan en la teoría de la identificación social definida por Tajfel (1981) como “aquella parte del concepto de uno mismo que tiene un sujeto derivado de su conocimiento de pertenencia a un grupo (o grupos) social junto con el valor y la importancia emocional unidos a dicha pertenencia” (p. 68). Posteriormente, Turner (2010) postuló que esta identidad social era de ser necesariamente entendida de forma diferente cuando se refería a relaciones grupales interactivas producidas dentro del propio grupo y no en su relación con otros grupos o el contexto social, en este caso estaríamos hablando de identidad grupal.

Las principales premisas de la Teoría de la Identidad Social son que: a) la persona está motivada para crear y mantener un concepto positivo de sí mismo, y b) este deseo de positivismo se extiende a la evaluación de los grupos sociales de los que forma parte (Tajfel, 1981). Tomando estas premisas en conjunto, se desprende que los sujetos actuarán más favorablemente hacia los miembros de su grupo (al que se hace referencia como grupo excluyente) y / o discriminarán a los miembros de otros grupos (a los que se hace referencia como grupos ajenos) (Tajfel, 1981; Tajfel et al., 1971).

Una vez descritos estos cinco marcos conceptuales por los cuales está compuesto el modelo jerárquico piramidal (Olmedilla, et al., 2016), cabe mencionar que dicho modelo está compuesto por cuatro factores que conforman la meta-dinámica psicológica que busca dar respuesta a las deficiencias en la calidad explicativa de esta teoría anteriormente mencionados, ya que la mayor parte del tiempo los líderes son analizados por separado de los miembros del equipo (Edwards, 1991).

El primero de ellos, la Cooperación Global, este factor cubre los cinco conceptos de manera igualitaria; el segundo, es el Crecimiento Personal, este factor indica que el miembro o gerente del equipo apunta a su realización personal y/o su crecimiento profesional a través de su trabajo en el equipo; el tercero es la Cooperación Emocional, este factor indica que una persona trabaja en equipo, o la entrena, debido a las emociones positivas que conlleva su trabajo dentro del equipo. Finalmente, el cuarto es la Cooperación Condicional, este factor indica que un miembro de un equipo o un gerente de equipo considera su trabajo en el equipo como instrumental, principalmente para lograr sus propios objetivos, cualesquiera que fueran. A través de estos cuatro factores se desarrolló un instrumento el cual mide la dinámica de los equipos a través de dos perspectivas “Como jugador” y “Como si fuera el entrenador” (Ruíz-Barquín, et al., 2017). No obstante, para efectos de esta investigación, utilizaremos las dinámicas de equipo como un factor único.

Por medio del instrumento creado a través este modelo, se trata de explicar hasta qué punto un equipo de trabajo tiene una orientación homogénea en la visión del trabajo colectivo de sus miembros, así como saber si los miembros del equipo y el personal tienen un ajuste interno entre sus creencias sobre el trabajo del equipo cuando lo observan con la visión de un gerente y cuando lo hacen desde el punto de vista de un miembro del equipo (Gilbert, et al., 2015; Round et al., 1987). Todo esto con el fin de proporcionar información clara y precisa sobre las características psicológicas de los miembros del equipo, para que los entrenadores puedan manejarlos de la manera más efectiva. Asimismo, estos factores explican completamente un conocimiento implícito y latente sobre las motivaciones de las personas para formar parte y/o administrar equipos orientados al desempeño.

A continuación, y con el fin de justificar tanto la perspectiva Como jugador y Como si fuera entrenador, debemos hablar de dos teorías mediante las cuales se fundamenta: la teoría del ajuste y la disonancia cognitiva.

La teoría del ajuste del trabajo (Dawis et al., 1964, 1968; Lofquist & Dawis, 1969) proporciona un modelo para conceptualizar la interacción entre individuos y entornos laborales. Es decir, se basa en el concepto de ajuste de la persona y el ambiente (P-E, por sus siglas en inglés [Person-Environment]). El ajuste, denominado "correspondencia", se define en términos de la interacción entre la personalidad del trabajo y el ambiente de trabajo. La correspondencia es una relación recíproca en la que la personalidad y el entorno laboral responden mutuamente con el individuo cumpliendo los requisitos del entorno laboral y el entorno laboral cumpliendo los requisitos del individuo. El proceso continuo y dinámico por el cual el individuo busca lograr y mantener correspondencia con el ambiente de trabajo se llama ajuste de trabajo. Por lo tanto, los resultados del ajuste laboral son una función de la correspondencia trabajo / personalidad-trabajo / entorno.

Por otro lado, la teoría de la disonancia cognitiva (Festinger, 1957) se centra en la idea de que si una persona sabe varias cosas que no son psicológicamente consistentes entre sí, intentará, en una variedad de formas, hacerlas más consistentes. Es decir, que si dos elementos de información que psicológicamente no encajan estos tendrían una relación disonante entre sí. Estos elementos de información pueden ser sobre comportamiento, sentimientos, opiniones, entorno, etc.

La existencia de la disonancia, siendo psicológicamente incómoda podría llegar a causar un cierto grado de ansiedad, o bien podría motivar a la persona a tratar de reducir la disonancia y lograr la consonancia.

Es decir, la disonancia cognitiva podría llegar a generar ansiedad o convertirse en un estado motivador, dependiendo de las expectativas que tenga una persona. Dichas expectativas ser generarán en gran medida por la cantidad de experiencias acumuladas a lo largo de nuestras vidas. Cuando tal expectativa no se cumple, ocurre la disonancia. Por ejemplo, un deportista que ha sido constante en sus entrenamientos y que se ha preocupado por todos los aspectos que influyen en su rendimiento (físico, técnico, táctico y psicológico) esperaría obtener mejores resultados en la competencia que cualquiera de sus compañeros que hizo todo lo contrario a él. Sin embargo, si sucediera lo contrario, existiría una disonancia entre estos dos datos, aunque por supuesto, como ya se mencionó anteriormente, esto dependerá de las expectativas de la propia persona. Asimismo, alguien que es muy seguro de sí mismo puede esperar tener éxito en lo que sea que haya intentado, mientras que alguien que tiene una baja opinión de sí mismo podría esperar fracasar. En estas circunstancias, lo que produciría disonancia para una persona podría producir consonancia para otra.

Evidencia empírica

A continuación, se muestra la evidencia empírica de las investigaciones previas que han analizado la relación entre las variables del presente trabajo de investigación.

Como parte de los proyectos que se han implementado para apoyar a los deportistas de alto rendimiento podemos encontrar los siguientes:

El proyecto "Be a Winner In elite Sport and Employment before and after athletic Retirement" (B-WISER, 2018), cuyo objetivo es facilitar la empleabilidad de los deportistas

activos, retirados y con empleo después de su carrera deportiva. Además de eso, también brinda asesoría a proveedores de apoyo profesional dual para comprender mejor las competencias y dar una asesoría de calidad a deportistas con carrera dual.

Asimismo, podemos encontrar el Australian Institute of Sport (<https://www.ais.gov.au/>), el cual tiene como objetivo mejorar la salud y el bienestar de los australianos y construir comunidades más fuertes a través de la participación y el compromiso con el deporte. Todo esto trabajando junto con la industria del deporte y la comunidad en general para defender el papel que puede desempeñar el deporte en la participación de todos los australianos, independientemente de su edad, raza, género, antecedentes culturales y capacidad física.

También podemos encontrar el UK Sports Institute (<https://www.ukport.gov.uk>), cuya misión es trabajar en asociación para llevar el deporte olímpico y paralímpico en el Reino Unido a un éxito de clase mundial, asumiendo múltiples responsabilidades, logrando a través de ellas conseguir apoyos en beneficio de los deportistas del Reino Unido.

Del mismo modo, hay programas que asesoran a los deportistas con carrera dual tales como el Tutoresport-UAB (<https://www.uab.cat/tutoresport/>), el cual es un programa de tutela académica dirigido a deportistas de alto nivel que estudian en la Universidad Autónoma de Barcelona. Dicho programa dio inicio el curso 1996-1997, desde entonces ha contado con la participación de tutores y estudiantes de distintas facultades de esa universidad de forma ininterrumpida.

Por otro lado, también se encuentra el Esport-Estudis, el cual fue inspirado por el Tutoresport-UAB. Este es un programa de apoyo académico para estudiantes-deportistas de élite del Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC), centro de Barcelona. Este programa se consolidó en el año 2014 y se creó con el propósito de facilitar la compaginación de los estudios universitarios en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte con la carrera en la élite deportiva.

Habilidades blandas

Con respecto a instrumentos que miden las habilidades adquiridas en el deporte podemos encontrar el Dual Career Competency Questionnaire for Athletes (DCCQ-A; De Brandt et al., 2018) el cual mide las percepciones de los atletas sobre la importancia y posesión de competencias en la carrera dual en una escala tipo Likert de 5 puntos. Para la validación de este cuestionario participaron 3.350 atletas de 15 a 26 años ($M = 18.6$, $SD = 2.5$) de nueve países europeos. Dicho cuestionario dio como resultado un cuestionario de cuatro factores (gestión de la carrera dual, planificación de carrera, conciencia emocional, e inteligencia social y adaptabilidad) de 29 ítems con propiedades psicométricas satisfactorias: $\chi^2(296) = 2699$, $RMSEA = .049$, $CFI = .952$, $TLI = .934$. Asimismo, se obtuvieron puntajes de consistencia interna adecuados para el cuestionario de forma general ($\alpha = 0.91$) y sus cuatro factores ($\alpha = 0.75-87$).

Por otro lado, también encontramos el Cuestionario de Competencias de Deportistas para la Empleabilidad (ACQE; Smismans et al., 2021). Para la validación del cuestionario participaron 954 sujetos ($M = 26.74$, $SD = 9.90$). El cuestionario consta de 28 ítems divididos en cuatro factores, los cuales son: Gestión de carrera y estilo de vida, Comunicación de Carrera, Resiliencia de carrera, y Compromiso y flexibilidad de carrera. Dicho cuestionario obtuvo puntajes aceptables: $\chi^2(272) = 1036$, $RMSEA = .055$, $CFI = .957$, $TLI = .94$. Asimismo, se obtuvieron valores de consistencia interna de .71 a .85 entre los cuatro factores.

Dinámicas de equipo y motivación

Cooperación y motivación

Ponseti et al. (2016) realizaron un estudio en el cual analizaron la relación entre los niveles de motivación autodeterminada y los factores de cooperación deportiva en 270 jóvenes deportistas. Los datos fueron analizados por medio de una red bayesiana para conocer las relaciones de dependencia e independencia probabilística de las seis variables estudiadas. Los resultados indicaron que la cooperación incondicional y la motivación extrínseca son las variables probabilísticamente más independientes, y la motivación intrínseca depende directamente de las otras dos. La cooperación y la motivación condicional tienen los valores de probabilidad más bajos. Al final concluyeron que la cooperación y la motivación extrínseca son las dos raíces de la dinámica del equipo, como variables no relacionadas.

Cohesión y motivación

En una investigación realizado por Conde et al. (2015) se estudió la relación entre la motivación, las lesiones, la cohesión grupal y el sexo, sobre el compromiso deportivo, esto en 146 jugadores universitarios de fútbol en donde los resultados respecto a la relación entre la cohesión y la motivación arrojaron una influencia positiva y significativa entre ambas.

García-Calvo et al. (2008) establecieron una relación entre la motivación y la cohesión, en la cual participaron 492 jugadores de fútbol pertenecientes a las categorías infantil, cadete y juvenil con edades entre 13 y 19 años. Los resultados mostraron relaciones positivas entre la cohesión y la motivación intrínseca y la motivación extrínseca identificada. Asimismo, se obtuvieron relaciones negativas entre la cohesión grupal y la motivación extrínseca introyectada, externa y no motivación.

Por otro lado, Behnam y Taghizadeh (2018) realizaron un estudio en el que participaron 64 hombres atletas en gimnasia aeróbica que participaron en competiciones nacionales. Los resultados mostraron que la motivación tuvo una relación significativa con la cohesión grupal, siendo capaz de predecir la cohesión de los participantes. Asimismo, la motivación determinó el 17 por ciento la posibilidad de cambiar la dinámica respecto a la cohesión grupal. Además de que la motivación podría predecir más del 41 por ciento del grupo cohesión.

En otro estudio realizado por Fiorese et al. (2017) estudiaron la relación entre la cohesión grupal y la motivación en 141 jugadores de fútbol profesional de Brasil. Los resultados mostraron una relación positiva de la integración social grupal con la regulación intrínseca, y una relación positiva entre la atracción grupal social se con la regulación identificada. Asimismo, por medio de un modelo de ecuaciones estructurales, encontraron que la motivación autónoma predice positivamente la cohesión tarea y la cohesión social, mientras que la motivación controlada predijo negativamente la cohesión social y cohesión tarea.

Identificación y motivación

Cassidy et al. (2014) realizaron un estudio a 271 estudiantes de ciencias del deporte (229 hombres y 42 mujeres) con edades entre 18 y 38 años, en el cual encontraron relaciones positivas entre la identidad social del entrenador y la identidad social del equipo con la motivación.

Dinámicas de equipo y ansiedad

Cohesión y ansiedad

Eys et al. (2003) estudiaron la relación entre la cohesión y la ansiedad precompetitiva en 392 jugadores de fútbol, rugby y hockey sobre pasto. Los resultados mostraron que los atletas que percibieron su ansiedad somática como facilitadora tenían percepciones más altas de Integración grupal tarea. Mientras que los que percibieron su ansiedad cognitiva como facilitadora tenían percepciones altas de atracción individual al grupo y de integración grupal tarea.

Cooperación y ansiedad

En un estudio realizado por Pons et al. (2016) como parte de sus objetivos se analizaron las relaciones entre la ansiedad competitiva y la cooperación en 144 jugadores de baloncesto de entre 13 y 17 años. Los resultados de dicha investigación mostraron asociaciones positivas entre la cooperación condicionada y la ansiedad somática y desconcentración. Mientras que la cooperación con el entrenador y la cooperación incondicionada se relacionó negativamente con la desconcentración.

Motivación y ansiedad

Ramis (2013) realizó una investigación con 606 deportistas con edades entre 9 y 18 años, cuyos resultados por medio de un modelo de ecuaciones estructurales arrojaron que existe una capacidad de predicción negativa del índice de autodeterminación sobre la ansiedad somática y desconcentración, no así con la preocupación.

Garcia-Mas et al. (2015) realizaron un estudio con 270 jugadores de fútbol, balonmano y baloncesto, en el que como arte del objetivo del estudio analizaron las relaciones entre la autodeterminación y su impacto sobre los componentes somáticos y cognitivos de la ansiedad competitiva por medio de una red bayesiana. Los resultados mostraron distintas relaciones de dependencia estadística entre la motivación autodeterminada, respecto de la ansiedad competitiva.

En otro estudio realizado por Pulido et al. (2017), se analizó una muestra de 124 judocas con el fin de analizar la relación entre los distintos tipos de motivación con las necesidades psicológicas básicas y la ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza. Parte de los resultados demostraron que la ansiedad somática se relacionó negativamente con la motivación intrínseca y positivamente con la no motivación. Mientras que la ansiedad cognitiva relaciono positivamente con la regulación introyectada y externa.

En un estudio realizado por Ponseti et al. (2019) se analizó la relación entre la motivación autodeterminada y la ansiedad competitiva, a través de Redes Bayesianas. Los resultados mostraron la ansiedad por desconcentración (o falta de concentración) (la más responsable de la disminución del rendimiento) actúa como un "modulador" de la ansiedad provocada por el peso de la probabilidad de motivación externa, mientras que la ansiedad somática se convierte en el subproducto "final" de las otras variables. Por otro lado, se demuestra la escasa influencia sobre la ansiedad por la competencia generada por la motivación intrínseca, y el complejo efecto probabilístico de la regulación introyectada e identificada con respecto a la aparición de ansiedad debido a la preocupación por el rendimiento.

También Pineda-Espejel et al. (2020) en un estudio realizado a 239 deportistas de alto rendimiento quienes participaban en una variedad de deportes, encontraron que, la ansiedad cognitiva se relaciona con la desmotivación y la ansiedad somática se relaciona con la motivación controlada y la desmotivación. Asimismo, por medio de un modelo de ecuaciones estructurales se encontró que la no motivación predijo la ansiedad somática y la ansiedad cognitiva.

Dinámicas de equipo, motivación y ansiedad

Con respecto al conjunto de las tres variables de estudio, Reyes-Hernández (2018), realizó un estudio con una muestra de 674 deportistas de diferentes deportes de conjunto. Los resultados mostraron una relación entre las dinámicas de equipo con la ansiedad somática, preocupación y desconcentración en el deporte de basquetbol. Por otro lado, las dinámicas de equipo se relacionaron positivamente con todas las regulaciones motivacionales en el béisbol y el futbol rápido, mientras que en el balonmano y softbol también existió relación positiva con todas las regulaciones motivacionales a excepción de la no motivación.

Resultados

Artículo 1

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & Garcia-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: “Integración de los deportistas de élite al mercado laboral”. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68.
<https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1695>

URL: <https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/1695>

Artículo 2

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Ponseti, F. J., & Garcia-Mas, A. (2022). Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas. *Retos*, 46, 653-661. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94123>

URL: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/94123>

Artículo 3

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., & García-Mas, A. (2021). Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes. *Sustainability*, *13*, 648-660. <https://doi.org/10.3390/su13020648>

URL: <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/2/648>

Discusión general

Discusión general

El presente trabajo tuvo un objetivo general y tres específicos, para dar respuesta a estos, se desarrollaron tres estudios. En cada uno de los estudios se desarrollaron discusiones para contrastar los resultados obtenidos en cada uno de ellos. Es por esto que, en este apartado se pretenden abordar los resultados obtenidos en cada uno de los estudios de forma global.

El primer estudio tuvo como objetivo dar a conocer el proyecto Elit-in, el cual busca promover la educación en el deporte a través de un enfoque basado en el desarrollo de habilidades, así como apoyar la implementación de las Directrices de la Unión Europea sobre Carreras Duales en deportistas. Asimismo, a través del proceso de formación del proyecto, se creó un cuestionario para evaluar las habilidades que tanto deportistas como empleadores consideran importantes a desarrollar durante la CD y que pueden transferirse al campo laboral. Por otro lado, con el fin de consolidar el proyecto se creó una página Web mediante la cual se puede acceder a la información del proyecto, así como a la plataforma online *Elit-in A road to the future*, la cual permite acceder a un curso con siete de las habilidades que tanto deportistas como empleadores consideraron como más importantes para transferir al campo laboral.

El segundo estudio tuvo como objetivo validar al contexto mexicano el cuestionario creado en el proyecto Elit-in, esta validación se creó a través de dos estudios, en el primero de ellos se examinó la fiabilidad y la estructura factorial del cuestionario obteniendo resultados satisfactorios. En primera instancia, se confirma la fiabilidad del cuestionario, al igual que las versiones previas (Garcia-Mas et al., 2020, Garcia-Mas et al., en preparación), mientras que, la estructura factorial también fue satisfactoria. En el segundo estudio se analizó la invarianza factorial en función del género, esto para demostrar y corroborar la fiabilidad y validez del cuestionario, los resultados mostraron una equivalencia de medida entre hombres y mujeres, además, las habilidades más y menos importantes no difieren de forma significativa entre ambos. Por otro lado, los deportistas consideraron que la disciplina y la responsabilidad eran habilidades que debían tener y desarrollar a lo largo de su carrera deportiva, por tanto, podrían ser tomadas en cuenta por los empleadores para una posible contratación.

Por último, en el tercer estudio se puso a prueba un modelo de ecuaciones estructurales en el cual se pretendía relacionar las dinámicas de equipo desde dos perspectivas (como jugador y como si fuera el entrenador), con dos de las variables más importantes y estudiadas en el ámbito de la psicología del deporte, la motivación y la ansiedad. Los resultados mostraron la mediación negativa de la motivación autónoma con las dinámicas de equipo desde ambas perspectivas con la ansiedad somática y desconcentración, así como, la mediación de forma positiva de la motivación controlada entre las dinámicas de equipo desde ambas perspectivas con la ansiedad somática y la desconcentración.

La evidencia obtenida en los tres estudios que componen este trabajo respalda la importancia del apoyo a los deportistas con CD para evitar que se produzcan situaciones de fracaso o de abandono por medio de tutores (Álvarez & López, 2013). Además, se recomienda un asesoramiento individualizado para una mayor eficacia (López de Subijana et al., 2015; López de Subijana et al., 2014; Miró et al., 2017; Vilanova & Puig, 2013). Este tipo de asesoramiento busca conectar con la verdadera motivación de los deportistas como ser activo, promoviendo una formación integral que le prepare para la vida y facilite sus transiciones vitales (Carlin & Garcés, 2012), ayudando a la mejora del proceso formativo y la adquisición de

competencias genéricas importantes para el desarrollo académico y profesional (Álvarez & López, 2013).

Asimismo, el haber compatibilizado la CD ha contribuido al desarrollo de habilidades que les ayudaron no sólo a obtener éxito durante la CD (Miró et al., 2017), sino que también les pueden ayudar a desarrollar de mejor forma su labor en el campo profesional (Matsankos, 2020; Pallarés et al., 2011).

Por otro lado, también se deja entrever lo fundamental que son los proyectos que apoyan a los deportistas profesionales inmersos en una CD, ya que cumplen la función de acompañarlos en el proceso de su carrera deportiva y en la transición fuera de esta, tales como el proyecto presentado en este trabajo, Elit-in.

En segundo lugar, también se hace evidente la importancia de la creación de instrumentos que ayuden a los deportistas a identificar las habilidades que consideran importantes para trasladar al campo laboral una vez terminada su carrera deportiva, esto con el fin de ampliar los datos de medición y la teoría sobre las competencias desarrolladas durante la CD (De Brandt, et al., 2018), así como de optimizar su empleabilidad (Smismans, et al., 2021).

Por último, se recalca la importancia de la CD en el desarrollo de las habilidades transversales, siendo de gran importancia para el desempeño de los deportistas, ya que variables como las dinámicas de equipo, motivación y ansiedad pueden influir tanto en su rendimiento deportivo como en la transición al campo laboral.

Conclusiones generales

Conclusiones generales

Una vez analizado los resultados de los tres estudios, podemos concluir lo siguiente:

- La importancia de crear y darle seguimiento a proyectos como Elit-in que apoyen a deportistas con CD para ayudarlos en la transición al campo laboral con el fin de disminuir la disonancia de percepciones y desequilibrios entre educación/formación y las necesidades del mercado laboral.
- Asimismo, también se resalta la importancia de contar con instrumentos válidos y fiables que midan las habilidades transversales que se pueden aprender en el alto rendimiento y que pueden transferirse al campo laboral con el fin de que empleadores conozcan lo que los deportistas tienen para aportar a sus empresas para una posible contratación.
- Las dinámicas de equipo cumplen un rol importante dentro de los equipos deportivos puesto que, los miembros del equipo se muestran comprometidos independientemente del punto de vista en el que se perciban (Como jugador/Como si fuera el entrenador), es decir que, al existir una simetría entre estas dos perspectivas los deportistas cooperaban dentro de sus equipos para el logro de objetivos generando síntomas de bienestar.
- Por último, la posibilidad de presentar ansiedad precompetitiva depende de la percepción de las dinámicas de equipo desde ambas perspectivas, ya que, pese a que los deportistas pueden tener el mismo compromiso independientemente del punto de vista en el que se perciban, aquellos con una motivación autónoma no eran propensos a presentar un tipo de ansiedad. Por el contrario, los deportistas con una motivación controlada son propensos a presentar ansiedad cognitiva y desconcentración, independientemente del compromiso de los jugadores en cuanto a sus dinámicas. Es decir, que la simetría encontrada en los deportistas entre estas dos perspectivas generaba motivación en ellos, sin embargo, dependiendo el tipo de motivación presentada eran propensos a síntomas de bienestar o malestar.

Referencias

Referencias

- Álvarez, P., & López, D. (2013). Tutoría académica personalizada para estudiantes universitarios deportistas de alto nivel. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 14(2), 239-253.
- Álvarez-Pérez, P. R., & López-Aguilar, D. (2018). Competencias genéricas y resultados de aprendizaje en los estudios de grado de Pedagogía. *REDU. Revista de Docencia Universitaria*, 16(1), 137-154. <https://doi.org/10.4995/redu.2018.8895>
- Amado, D., Sánchez, P. A., Leo, F. M., Sánchez, D. González, I. y López, J. M. (2012). Análisis de los procesos motivacionales sobre el flow disposicional y la ansiedad y su incidencia sobre la intención de persistencia en conservatorios profesionales de danza. *Arte y Movimiento*, 6, 37-51.
- B-WISER. (2018). Erasmus+ Sport project: “Be a Winner In elite Sport and Employment before and after athletic Retirement”. <http://www.vub.ac.be/topsport/b-wiser>
- Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de psicología del deporte*, 17(1), 123-139.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Quested, E., & Morales, V. (2011). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(24), 305-319. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02505>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Behnam, M., & Taghizadeh, F. (2018). The influence of motivation on group cohesion in aerobic gymnastics athletes. *Sport Science*, 11, 102-105.
- Binet, A., & Simon, T. (1904). Méthodes nouvelles pour le diagnostic du niveau intellectuel des anormaux. *L'année Psychologique*, 11(1), 191-244. <https://doi.org/10.3406/psy.1904.3675>
- Carron, A.V., Colman, M.M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: a metaanalysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 168-187. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.2.168>
- Cartwright, D., & Zander, A. (1971). *Dinámicas de grupo: Investigación y Teoría*. Trillas.
- Cassidy, T., Cummins, P., Breslin, G., & Stringer, M. (2014). Perceptions of Coach Social Identity and Team Confidence, Motivation and Self-Esteem. *Psychology*, 5, 1175-1184. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.510130>
- Castillo, I., & Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts Educación física y deportes*, 1(63), 22-29. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2015/2\).120.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2015/2).120.01)
- Castillo, I., Balaguer, I., & Duda, J. L. (2007). Las orientaciones de meta y los motivos de práctica deportiva en los jóvenes deportistas valencianos escolarizados. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(12), 37-50.

- Cirigliano, G., & Villaverde, A. (1966). *Dinámica de grupos y educación*. Humanitas.
- Clemente-Suárez VJ, Fuentes-García JP, De la Vega R, Martínez MJ. (2020). Modulators of the personal and professional threat perception of Olympic athletes in the actual COVID-19 crisis. *Frontiers Psychology*, 11: 1985. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01985>
- Coakley, J. (1994). *Sport in society: Issues and controversies* (4a ed.). Mosby College.
- Conde, V., Díaz, V., & Martins, A. (2015). *Influencia de la Motivación, las Lesiones, el Sexo, y la Cohesión, sobre el Compromiso de Futbolistas Universitarios*. [Tesis doctoral, Universidad Católica Andrés Bello]. Archivo digital de Universidad Católica Andrés Bello. <http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAT1462.pdf>
- Danish, S., Taylor, T., Hodge, K., & Heke, I. (2004). Enhancing youth development through sport. *World Leisure Journal*, 46(3), 38-49. <https://doi.org/10.1080/04419057.2004.9674365>
- Dawis, R. V., England, G. W., & Lofquist, L. H. (1964). A theory of work adjustment. *Minnesota Studies in Vocational Rehabilitation*, 38, 15. <https://doi.org/10.1016/b978-0-08-013391-1.50030-4>
- Dawis, R. V., Lofquist, L. H., & Weiss, D. J. (1968). A theory of work adjustment: A revision. *Minnesota Studies in Vocational Rehabilitation*, 23, 15.
- Dawis, R. V., & Lofquist, L. H. (1976). Personality style and the process of work adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 23, 55-59. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.23.1.55>
- Dawis, R. V., & Lofquist, L. H. (1978). A note on the dynamics of work adjustment. *Journal of Vocational Behavior*, 12, 76-79. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(78\)90008-8](https://doi.org/10.1016/0001-8791(78)90008-8)
- Dawis, R. V., & Lofquist, L. H. (1984). *A psychological theory of work adjustment. An individual differences model and its applications*. Minneapolis: University of Minnesota Press
- De Brandt, K., Wylleman, P., Torregrossa, M., Schipper-Van Veldhoven, N., Minelli, D., Defruyt, S., & De Knop, P. (2018). Exploring the factor structure of the Dual Career Competency Questionnaire for Athletes in European pupil-and student-athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-18. 10.1080/1612197X.2018.1511619
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985a). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985b). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the selfdetermination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182-185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Del Pan, A. (2019). *Persiguiendo el oro, pero después ¿qué? Un acercamiento al Plan de Retirada Deportiva y su inserción laboral en el Rugby 7*. [Tesis de maestría, Universitat de Barcelona]. Archivo digital de Universitat de Barcelona. <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/150917>
- Eccles, D. W. (2010). The coordination of labour in sports teams. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 3(2), 154-170. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2010.519400>
- Edwards, J. A. (1991). Person Job-Fit: A conceptual integration, literature review and methodological critique. In C.L. Cooper & I.T. Robertson (Eds.), *International review of industrial and organizational psychology* (pp. 283-357). John Wiley & Sons.
- European Commission. (2007). *Libro blanco sobre el deporte*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:52007DC0391&from=EN>
- European Commission. (2012). EU guidelines on dual careers of athletes: Recommended policy actions in support of dual careers in high-performance sport. https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf
- Eys, M. A., Hardy, J., Carron, A. V., & Beauchamp, M. R. (2003). The relationship between task cohesion and competitive state anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(1), 66-76. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.1.66>
- Félix-Mena, A., Martínez-Rodríguez, A., & Reche-García, C. (2021). Resiliencia y burnout en la carrera dual. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 85-93. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1665>
- Festinger, L., Schachter, S., & Back, K. (1950). *Social pressure in informal groups: a study of human factors in housing*. Harper & Ross.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press.
- Fiorese, L., Pizzo, G. C., Contreira, A. R., Lazier-Leão, T. R., Moreira, C. R., Rigoni, P. A. G., & do Nascimento Junior, J. R. A. (2018). Association between motivation and group cohesion in professional football: is the coach-athlete relationship a determining factor? *Revista de Psicología del Deporte*, 27(4), 51-57. <https://doi.org/10.1037/t75077-000>
- Fuentes-García JP, Martínez MJ, Villafaina S, Clemente-Suárez V. (2020) The effect of COVID-19 confinement in behavioral, psychological, and training patterns of chess players. *Frontiers Psychology*, 11, 1812. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01812>
- García-Calvo, T., Leo, F. M., Sánchez, P. A., Jiménez, R., & Cervelló, E. (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), 67-80. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02601>

- García-Mas, A. (2001). Cooperación y competición en equipos deportivos. Un estudio preliminar. *Análise Psicológica*, 1, 115-130. <https://doi.org/10.14417/ap.347>
- García-Mas, A., Fuster-Parra, P., Ponseti F. X., Palou P., Olmedilla, A., & Cruz, J. (2015). Análisis de las relaciones entre la motivación, el clima motivacional y la ansiedad competitiva en jóvenes jugadores de equipo mediante una red Bayesiana. *Anales de Psicología*, 31(1), 355-366. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.167531>
- García-Mas, A.; Olmedilla, A.; Morilla, M.; Rivas, C.; García E., & Ortega, E. (2006). Un nuevo modelo de cooperación deportiva y su evaluación mediante un cuestionario. *Psicothema*, 18(3), 425-432. <https://doi.org/10.1037/t03130-000>
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind. The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
- Gibb, S. (2014). Soft skills assessment: theory development and the research agenda. *International Journal of Lifelong Education*, 33(4), 455- 471. <https://doi.org/10.1080/02601370.2013.867546>
- Gilbert, G. R., Myrtle, R. C., & Sohi, R. S. (2015). Relational Behavior of Leaders: A Comparison by Vocational Context. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 22, 149-160. <https://doi.org/10.1177/1548051814548278>
- Goudas, M., Tsimeas, P., Tsitkari, E., Baker, C., Loughren, E. A., & Crone, D. (2015, May 15-17). *Skills and attributes needed in the workplace: A European survey of sport employers' and sport graduates' perceptions* [Paper presentation]. 23rd International Congress of Physical Education & Sport, Komotini, Greece.
- Gould, D., Collins, K., Lauer, L., & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: a study of award-winning high school coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(1), 16-37. <https://doi.org/10.1080/10413200601113786>
- Harrison, G.E., Vickers, E., Fletcher, D., & Taylor, G. (2020). Elite female soccer players' dual career plans and the demands they encounter. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(1), 133-154. <https://doi:10.1080/10413200.2020.1716871>
- Jackson, D. (2009) An international profile of industry-relevant competencies and skills gaps in modern graduates. *International Journal of Management Education*, 8(3), 29–58. <https://doi.org/10.3794/ijme.83.288>
- Kechagias, K. (Ed.) (2011). *Teaching and assessing soft skills: Measuring and Assessing Soft Skills*. 1st Second Chance School of Thessaloniki (Neapolis).
- Kolayis, H. (2012). Examining how wheelchair basketball players' self-esteem and motivation levels impact on their state and trait anxiety levels. *Biology of Sport*, 29, 285-290.
- Leguizamo, F., Olmedilla, A., Núñez, A., Verdaguer, F. J. P., Gómez-Espejo, V., Ruíz-Barquín, R., & Garcia-Mas, A. (2021). Personality, coping strategies, and mental health in high-performance athletes during confinement derived from the COVID-19 pandemic. *Frontiers in public health*, 8, 56, 1198. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.561198>
- Lewin, K. (1939). Experiments in Social Space. In K. Lewin. *Resolving Social Conflicts and field theory in social science* (pp. 59-67). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10269-000>

- Lewin, K. (1973). *Dinámica de la personalidad*. Morata.
- Lofquist, L. H., & Dawis, R. V. (1969). *Adjustment to work*. Appleton Century Crofts.
- López, N. I. (2011). Relación entre factores motivacionales y niveles de ansiedad en porristas en precompetencia. *International Journal of Psychological Research*, 4, 80-91.
- López de Subijana, C., Barriopedro, M., & Conde, E. (2015). Supporting dual career in Spain: Elite athletes' barriers to study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 57-64. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.012>
- López de Subijana, C., Mascaró, F., & Conde, E. (2014). Los servicios de asesoramiento a los Deportistas de Élite en las Universidades Españolas. *Kronos*, 13(2), 1-9.
- Martens, R. (1977). *Sport competition anxiety test*. Human Kinetics Publishers
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Human Kinetics Publishers.
- Martínez Díaz de Corcuera, C. (2017). *La retirada deportiva en Baloncesto: proceso y factores* (Tesis doctoral, Universidad Politécnica de Madrid). Archivo digital de Universidad Politécnica de Madrid. doi: 10.20868/upm.thesis.47953
- McGurk, J. (2010). *Using the head and heart at work: A business case for soft skills*. Chartered Institute of Personnel and Development (CIPD). <http://www.cipd.co.uk/NR/rdonlyres/18616949-CF66.../HeadandheartguideFINAL.pdf>.
- Miró, S., Torregrosa, M., Regüela, S., Pérez-Rivas, A., & Ramis, Y. (2017). Competencias para la planificación de la carrera dual de deportistas de alto rendimiento. *Revista de psicología del deporte*, 26(4), 51-56.
- OECD (2016). *Getting Skills Right: Assessing and Anticipating Changing Skill Needs*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9789264252073-en>
- Olmedilla, A., Garcia-Mas, A., Luo, Y., Llaneras, C., Ruíz-Barquín, R., & Fuster-Parra, P. (2016). Multilevel Psychological Analysis for Cooperative Work Teams. In Y. Luo (Ed.), *International Conference on Cooperative Design, Visualization and Engineering* (pp. 322- 331). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-46771-9_42
- Palou, P., Ponseti, F. J., Gili, M., Borrás, P. A., & Vidal, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts Educación física y deportes*, 3(81), 5-11. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2019/1\).135.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/1).135.06)
- Pallarés, S., Azócar, F., Torregrosa, M., Selva, C., & Ramis, Y. (2011). Modelos de trayectoria deportiva en waterpolo y su implicación en la transición hacia una carrera profesional alternativa. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6(17), 93-103. <https://doi.org/10.12800/ccd.v6i17.36>
- Petitpas, A. J., Cornelius, A. E., Van Raalte, J. L., & Jones, T. (2005). A framework for planning youth sport programs that foster psychosocial development. *Sport psychologist*, 19(1), 63-80. <https://doi.org/10.1123/tsp.19.1.63>

- Petitpas, A.J., Danish, S., McKelvain, R., & Murphy, S. (1992). A career assistance program for elite athletes. *Journal of Counseling & Development*, 70, 383-386. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1992.tb01620.x>
- Petitpas, A.J., Van Raalte, J.L., Cornelius, A.E., & Presbrey, J. (2004). A life skills development program for high school student athletes. *The Journal of Primary Prevention*, 24(3), 325-334. <https://doi.org/10.1023/b:jopp.0000018053.94080.f3>
- Pierce, S., Gould, D., & Camiré, M. (2016). Definition and model of life skills transfer. *International review of sport and exercise psychology*, 10(1), 186-211. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2016.1199727>
- Pineda-Espejel, A., López-Walle, J., & Tomás, I. (2015). Factores situacionales y disposicionales como predictores de la ansiedad y autoconfianza precompetitiva en deportistas universitarios. *Cuadernos de psicología del deporte*, 15(2), 55-70. <https://doi.org/10.4321/s1578-84232015000200007>
- Pineda-Espejel, H.A., Morquecho-Sánchez, R., & Alarcón, E. (2020). Estilo interpersonal del entrenador, competencia, motivación, y ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 10-24. <https://doi.org/10.6018/cpd.397001>
- Pons, J., Ramis, Y., Garcia-Mas, A., López De la Llave, A., & Pérez-Llantada, M. C. (2016). Percepción de la ansiedad competitiva en relación al nivel de cooperación y compromiso deportivo en jugadores de baloncesto de formación. *Cuadernos de psicología del deporte*, 16(3), 45-54. <https://doi.org/10.4321/s1578-84232012000300006>
- Ponseti, F. J., Garcia-Mas, A., Palou, P., Cantallops, J., & Fuster-Parra, P. (2016). Self-determined motivation and types of sportive cooperation among players on competitive teams. A Bayesian network analysis. *International Journal of Sport Psychology*, 47(5), 428-442. doi:10.7352/IJSP.2016.47.428
- Ponseti, F. J., Almeida, P. L., Lameiras, J., Martins, B., Olmedilla, A., López-Walle, J., Reyes, O. & Garcia-Mas, A. (2019). Self-Determined Motivation and Competitive Anxiety in Athletes/Students: A Probabilistic Study Using Bayesian Networks. *Frontiers in psychology*, 10, 1947. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01947>
- Proctor, R. W., & Dutta, A. (1995). *Skill acquisition and human performance*. Sage Publications, Inc.
- Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Scietific Technical Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 3 (3), 436-453. <https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>
- Ramis, Y. (2013). *La ansiedad competitiva en el deporte de iniciación: Un enfoque desde la teoría de la autodeterminación*. [Tesis doctoral. Universitat Autònoma de Barcelona]. Archivo digital de Universitat Autònoma de Barcelona. https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2013/hdl_10803_117664/yr11de1.pdf
- Reyes-Hernández. (2018) *Dinámicas de equipo, motivación y ansiedad en equipos universitarios*. [Tesis de maestría. Universidad Autónoma de Nuevo León]. Archivo

digital de Universidad Autónoma de Nuevo León.
<http://eprints.uanl.mx/id/eprint/19148>

- Round, J., Dawis, R., & Lofquist, L. (1987). Measurement of person-environment fit and prediction of satisfaction in the theory of work adjustment. *Journal of Vocational Behavior*, *31*, 297-318. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(87\)90045-5](https://doi.org/10.1016/0001-8791(87)90045-5)
- Rosen, P., Frohm, A., Kottorp, A., Friden, C., & Heijne, A. (2016). Too little sleep and an unhealthy diet could increase the risk of sustaining a new injury in adolescent elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *27*(11), 1364-1371. <http://doi.org/10.1111/sms.12735>
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, *63*, 397-427. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1995.tb00501.x>
- Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 749- 761. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.5.749>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, *25*, 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*, 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68>
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An organismic dialectical perspective. In E.L. Deci, y R.M. Ryan, (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-33). The University of Rochester Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. The Guilford Press. <https://doi.org/10.7202/1041847ar>
- Ruíz-Barquín, R., Olmedilla, A., Fuster-Parra, P., Luo, Y., Ponseti, F., & Garcia-Mas, A. (2017). Multilevel Psychological Analysis for Cooperative Work Teams. In Y. Luo (Ed.), *International Conference on Cooperative Design, Visualization and Engineering* (pp. 278- 289) Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-46771-9_42
- Salazar, C. M., Juárez, R., Andrade, A. I., Peña, C. S., Arellano, A. C., & Hernández, J. A. (2016). Percepción del beneficio de los deportes y actividades recreativas en habilidades para la vida en niños y adolescentes de Ciudad Juárez, México. *Sportis: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, *2*(3), 356-378. <http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2016.2.3.1524>
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. W.H. Freeman and Company.
- Smismans, S., Wylleman, P., De Brandt, K., Defruyt, S., Vitali, F., Ramis, Y., Torregrossa, M., Lobinger, B., Stambulova, N. B., & Cecić Erpič, S. (2021). From elite sport to the job market: Development and initial validation of the Athlete Competency

- Questionnaire for Employability (ACQE). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 39-48.
<https://doi.org/10.12800/ccd.v16i47.1694>
- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Schutz, R. W. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The Sport Anxiety Scale. *Anxiety research*, 2(4), 263-280. <https://doi.org/10.1080/08917779008248733>
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The sport anxiety scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 479-501.
<https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479>
- Sorkkila, M., Aunola, K., & Ryba, T. V. (2017). A person-oriented approach to sport and school burnout in adolescent student-athletes: The role of individual and parental expectations. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 58–67.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.10.004>
- Spearman, C. (1904). General intelligence objectively determined and measured. *American Journal of Psychology*, 15, 201-293.
- Spearman, C. (1927). *The ability of man*. Macmillan
- Spielberger, C.D. (1966). Theory and research on anxiety. In C.D. Spielberger (Ed.), *Anxiety and behaviour* (pp. 3-20). Academic Press
- Stambulova, N. (2000). Athlete's crises: A developmental Perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31(4), 584-601.
- Stambulova, N., & Wylleman, P. (2014). Athletes' career development and transitions. In A. Papaioannou, & D. Hackfort (Eds.). *Routledge companion to Sport and Exercise Psychology* (pp. 605-621). Routledge.
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4-14.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>
- Stern, W. (1911). *Die Differentielle Psychologie in Ihren Methodischen Grundlagen*. Barth.
- Tajfel, H. (1981). *Human groups and social categories. Studies in social psychology*. Cambridge University Press.
- Tajfel, H., Billig, M., Bundy, R.P., & Flament, C. (1971). Social categorization and intergroup behavior. *European Journal of Social Psychology*, 1, 144-77.
<https://doi.org/10.1002/ejsp.2420010202>
- Taylor, D. M., & Brown, R. J. (1979). Towards a more social social psychology? *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(2), 173-180.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1979.tb00322.x>
- Thurstone, L. L. (1934). The vectors of mind. *Psychological review*, 41(1), 1.
<https://doi.org/10.1037/h0075959>
- Thurstone, L. L. (1935). *Vectors of mind: Multiple-factor analysis for the isolation of primary traits*. University of Chicago Press. <https://doi.org/10.1037/10018-000>

- Thurstone, L. L. (1943). *Primary Mental Abilities*. The University of Chicago Press.
- Torregrosa, M., Sanchez, X., & Cruz, J. (2004). El papel del psicólogo del deporte en el asesoramiento académico-vocacional del deportista de élite. *Revista de psicología del deporte*, 13(2), 215-228.
- Turner, J.C. (2010). Towards a cognitive redefinition of the social group. In T. Postmes & N.R. Branscombe (Eds.), *Social identity and intergroup relations*, (pp. 210-234). Cambridge University Press.
- Tutte, V., & Reche, C. (2016). Burnout, resiliencia y optimismo en el hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de psicología del deporte*, 16(3), 73-78.
<https://doi.org/10.6018/cpd.406651>
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp. 271-360). Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60019-2](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60019-2)
- Vera, M, F. (2016). Infusión de habilidades blandas en el currículo de la educación superior: clave para el desarrollo de capital humano avanzado. *Revista Akademeia*, 15, 53-73.
- Vilanova, A., y Puig, N. (2013). Compaginar la carrera deportiva con la carrera académica para la futura inserción laboral. ¿Una cuestión de estrategia? *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 61–68.
- Weiss, M.R., Bolter, N.D., & Kipp, L.E. (2016). Evaluation of *The First Tee* in Promoting Positive Youth Development: Group Comparison and Longitudinal Trends. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 87(3), 271-283.
<https://doi.org/10.1080/02701367.2016.1172698>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Human Kinetics.
- Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sports: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7-20.
[https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)

Anexos

El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: "Integración de los deportistas de élite al mercado laboral"

The ERASMUS+ ELIT-in project: "Integration of elite athletes into the labour market"

Orlando Reyes-Hernández¹, José Tristán¹, Jeanette M. López-Walle¹, Antonio Núñez Prats², Francisco Javier Ponseti Verdaguer³, José Viñas Rodríguez⁴, Santiago Reyes⁵, Alejandro García-Mas²

¹ Facultad de Organización Deportiva. Universidad Autónoma de Nuevo León. México.

² Facultad de Psicología. (GICAFE). Universidad de las Islas Baleares. España.

³ Facultad de Pedagogía. Universidad de las Islas Baleares. España.

⁴ Sevilla FC Foundation. España.

⁵ ONECO. España.

CORRESPONDENCIA:

Antonio Núñez Prats
toni.nunezprats@gmail.com

Recepción: mayo 2020 • Aceptación: julio 2020

CÓMO CITAR EL ARTÍCULO:

Reyes-Hernández, O., Tristán, J., López-Walle, J., Núñez, A., Ponseti, F. J., Viñas, J., Reyes, S., & García-Mas, A. (2021). El proyecto ERASMUS+ ELIT-in: "Integración de los deportistas de élite al mercado laboral". *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 59-68.

Resumen

El proyecto *ELIT-in* nace con el objetivo de promover y apoyar el desarrollo de competencias transversales en los deportistas de élite para prepararlos al ámbito laboral al que se enfrentarán una vez terminada su carrera deportiva. Con base en el método Delphi se identificaron 110 habilidades blandas, las cuales fueron revisadas por un grupo de expertos, quienes determinaron siete competencias transversales que pueden ser transferidas al mercado laboral y que son reconocidas por los empresarios como relevantes. Dichas competencias son: Comunicación, Habilidades de emprendimiento, Ética en el trabajo, Habilidades en la resolución de conflictos, Habilidades de negociación, Trabajo en equipo y Gestión del tiempo. Para ello, se ha creado un Programa de Formación e-Learning llamado "ELIT-in A road to the future" (<https://www.elit-in.net/>), el cual puede integrarse en la educación no formal durante la carrera de los deportistas de élite. Actualmente 176 deportistas se encuentran realizando los cursos dentro de la plataforma "ELIT-in A road to the future". Finalmente se propone la adopción de una serie de pautas posibles para los distintos agentes, tanto públicos como privados.

Palabras clave: Habilidades blandas, educación no formal, alto rendimiento, deporte, transición.

* Este proyecto ha recibido financiación del programa Erasmus + de la Unión Europea con el número de registro 590520-EPP-1-2017-1-ES-SPO-SCP y parcialmente financiada la publicación por PAICYT-UANL, México. Este documento refleja solo la opinión del autor y la Comisión no es responsable del uso que pueda hacerse de la información que contiene.

Abstract

ELIT-in project was created with the aim of promoting and supporting the development of transversal skills in elite athletes to prepare them in the workplace they will face once their sports career is over. Based on the Delphi method, 110 soft skills were identified, which were reviewed by a group of experts who determined seven transversal competences that can be transferred to the labour market and that are recognized by employers as relevant. These competencies are: Communication, Entrepreneurship skills, Work ethics, Conflict resolution skills, Negotiation skills, Teamwork and Time management. For it, an e-Learning Training Program called "ELIT-in A Path to the Future" has been created (<https://www.elit-in.net/>). This program can be integrated into non-formal education during the career of elite athletes. Currently 176 athletes are taking the courses on the platform "ELIT-in A road to the future". Finally, a series of possible guidelines are proposed for the different agents to adopt, both public and private.

Key words: Soft skills, non-formal education, high performance, sport, transition.

Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en México, versión para deportistas

Skills Questionnaire Learned in High Performance Sport in Mexico, athletes' version

*Orlando Reyes-Hernández, *José Tristán, *Jeanette M. López-Walle, **Francisco Javier Ponseti Verdaguier, **Alexandre Garcia-Mas

*Universidad Autónoma de Nuevo León (México), **Universidad de las Islas Baleares (España)

Resumen: El objetivo de este estudio fue validar en el contexto mexicano el Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en su versión para deportistas, a través de la consistencia interna y validez de constructo. En el estudio 1, se examinó la fiabilidad y estructura factorial en una muestra de 236 deportistas ($M_{edad} = 20,57$ años, $DE = 3,97$). En el estudio 2, se analizó la invarianza factorial en función del género (47,2% hombres y 52,8% mujeres), la cual estuvo conformada por 678 deportistas ($M_{edad} = 19,18$ años, $DE = 3,88$). Los resultados muestran una fiabilidad y validez de constructo adecuada, con una estructura unifactorial. Se muestra equivalencia de medida entre hombres y mujeres. Además, se confirman mediante análisis cuantitativo y cualitativo las habilidades más y menos importantes para trasladarse al campo laboral. En conclusión, la versión en el contexto mexicano del Cuestionario de Habilidades Aprendidas en el Deporte de Alto Rendimiento en su versión para deportistas es un instrumento fiable y válido, que permite la valoración de las habilidades aprendidas en el deporte del alto rendimiento y que pueden transferirse al campo laboral.

Palabras clave: Cuestionario, propiedades psicométricas, habilidades aprendidas, alto rendimiento, invarianza.

Abstract: The aim of this study was to validate in the Mexican context the Skills Questionnaire Learned in High Performance Sport in athletes' version, through internal consistency and construct validity. In Study 1, reliability and factorial structure were examined in a sample of 236 athletes ($M_{age} = 20.57$ years, $SD = 3.97$). In study 2, factorial invariance was analyzed according to gender (47.2% men and 52.8% women), which consisted of 678 athletes ($M_{age} = 19.18$ years, $SD = 3.88$). The results show adequate reliability and construct validity, with a unifactorial structure. Measurement equivalence between men and women is shown. In addition, the most and least important skills to transfer to the working market are confirmed through quantitative and qualitative analysis. In conclusion, the version in the Mexican context of the Skills Questionnaire Learned in High Performance Sport in athletes' version is a reliable and valid instrument, which allows the assessment of skills learned in high performance sport and that can be transferred to the working market.

Keywords: Questionnaire, psychometric properties, learned skills, high performance, invariance.

Introducción

Estudiantes-deportistas se enfrentan a diversos factores involucrados en su adaptación con la continuación de su carrera en otras áreas de sus vidas a la cual se le ha prestado escasa atención, sobre todo a la transferencia de habilidades del deporte al mercado laboral (Goudas et al., 2015). La alternancia de esta doble actividad o carrera dual (CD) hace referencia a aquellas personas que combinan el estudio y el deporte, o bien el trabajo y el deporte (Stambulova & Wylleman, 2014). Practicar la carrera dual no es tarea fácil, ya que se ha identificado en diversos estudios que existen factores que intervienen en el desarrollo óptimo de esta doble actividad (Álvarez et al., 2014; Miró et al., 2018; Moreno et al., 2017; Torregrosa et al., 2004) e incluso sitúa a estos estudiantes, en muchos casos, en tener que decantarse por una u otra práctica (Macarro et al., 2010; Palou et al., 2005).

El tener una visión clara del futuro post-competitivo durante la carrera dual puede ayudar a manejar de mejor forma la transición hacia el mercado laboral (Vilanova & Puig, 2013) y facilitar su inserción al mismo (Pallarés et al., 2011). Una de las formas de facilitar esta inserción es por medio de las denominadas habilidades para la vida (Murray et al., 2005), habilidades blandas (Vera, 2016), competencias transversales o genéricas (González & Wagenar, 2003), entre otros términos. Dichas habilidades son esenciales para el desarrollo personal, la participación social y el éxito en el lugar de trabajo (Kechagias, 2011). Es por esto, que estudios recientes demuestran creciente interés por el desarrollo de las habilidades transversales (Álvarez Pérez & López-Aguilar, 2018; García-Mas et al., 2020; Reyes-Hernández et al., 2021; Torregrosa, et al., 2015; Shmatkov et al., 2022; Weedon & Tett, 2013)

Por otro lado, para poder evaluar las habilidades blandas en el entorno deportivo y principalmente en la CD, se encuentra el Cuestionario de Competencias en Carrera Dual para Deportistas (*Dual Career Competency Questionnaire*

Fecha recepción: 04-06-22. Fecha de aceptación: 19-07-22
Jeanette M. López-Walle
jeanette.lopezwl@uanl.edu.mx

Article

Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes

Orlando Reyes-Hernández ^{1,*}, José Tristán ¹, Jeanette M. López-Walle ¹  and Alexandre García-Mas ²

¹ Faculty of Sports Organization, Autonomous University of Nuevo León, 66455 San Nicolás de los Garza, Mexico; jose.tristanr@uanl.edu.mx (J.T.); jeanette.lopezw@uanl.edu.mx (J.M.L.-W.)

² Faculty of Psychology, GICAFE Research Group, University of Balearic Islands, 07122 Palma, Spain; alex.garcia@uib.es

* Correspondence: orlandoreyeshernandez@gmail.com

Abstract: This study aimed to evaluate the interrelation between team dynamics with motivation types and anxiety factors in university athletes, highlighting the role played by team members' point of view and coach's point of view. Participants were 674 university athletes, men (46.4%) and women (53.6%), from different sports, with an age range between 18 and 28 years ($M = 21.06$; $SD = 2.07$). Instruments used were Cooperation Workteam Questionnaire (CWQ), the Sports Motivation Scale (SMS-II), and the Sports Anxiety Scale (SAS-2). The model from the team member's point of view presented adequate fit indices ($\chi^2 (924) = 2690.17$, $\chi^2 / df = 2.91$, CFI = 0.90, RMSEA = 0.05), same as the model from the coach's point of view ($\chi^2 (924) = 2692.82$, $\chi^2 / df = 2.99$, CFI = 0.90, RMSEA = 0.05). The results obtained in both models show five indirect effects, two of them between team dynamics from both points of view with somatic anxiety and deconcentration, with autonomous motivation as a mediator, and the other three between the team dynamics from both perspectives with somatic anxiety, worry, and deconcentration, having controlled motivation as a mediator.

Keywords: team dynamics; motivation; anxiety



Citation: Reyes-Hernández, O.; Tristán, J.; López-Walle, J.M.; García-Mas, A. Team Dynamics Perceptions, Motivation, and Anxiety in University Athletes. *Sustainability* **2021**, *13*, 648. <https://doi.org/10.3390/su13020648>

Received: 30 November 2020
Accepted: 8 January 2021
Published: 12 January 2021

Publisher's Note: MDPI stays neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.



Copyright: © 2021 by the authors. Licensee MDPI, Basel, Switzerland. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

1. Introduction

Group dynamics has been recognized as an important branch within sports psychology [1], because it has helped to describe “the influential actions, processes, and changes that occur within and between groups” [2] (p. 2) providing important information about your understanding. Dynamics between coaches and athletes is another way of understanding groups, which have been widely examined from a leadership perspective [3,4].

One of the theories used to demonstrate the influence on the effectiveness of leadership and the behavior of the members of the work team is Fit Theory [5–7]. This theory mentions that the person–environment fit originates from two basic assumptions: (1) that human behavior is a function of the person and the environment, and (2) that the person and the environment must be compatible [8].

However, research carried out through this theory has found some deficiencies on how to measure the fit between the person and the environment, and how to determine the optimal fit relationships between them, especially since individualistic approaches have been used [9].

To resolve these deficiencies, a new psychological approach has been created based on a general analysis of the personal relationship in a work team [10], which has expanded the Fit Theory from the organizational field to other areas of human performance. This approach uses a model that combines five conceptual frameworks related to the psychological dynamics of the cooperative team (coordination, cohesion, cooperation, integration, and identification), which are represented by a hierarchical pyramidal model in which each level generates greater personal involvement, a greater workload, and a more complex psychological process, which generate team dynamics [10]. In addition, knowledge has