

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

TRABAJO DE GRADUACIÓN



**INFORME FINAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO,
REALIZADO EN EL CLUB SOCIAL Y DEPORTIVO COBÁN
IMPERIAL, UBICADO EN COBÁN, ALTA VERAPAZ**

LUISA FERNANDA OCHOA MILIÁN

COBÁN, ALTA VERAPAZ, ENERO DE 2019

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

TRABAJO DE GRADUACIÓN

**INFORME FINAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO,
REALIZADO EN EL CLUB SOCIAL Y DEPORTIVO COBÁN
IMPERIAL, UBICADO EN COBÁN, ALTA VERAPAZ**

**PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO DEL
CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE**

POR

**LUISA FERNANDA OCHOA MILIÁN
CARNÉ 201146348**

**COMO REQUISITO PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

COBÁN, ALTA VERAPAZ, ENERO DE 2019

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS
RECTOR MAGNÍFICO

Ing. Msc Murphy Olympo Paiz Recinos

CONSEJO DIRECTIVO

PRESIDENTE: Lic. Zoot. Erwin Gonzalo Eskenasy Morales
SECRETARIA: Lcda. T.S. Floricelda Chiquin Yoj
REPRESENTANTE DE DOCENTES: Ing. Geól. Cesar Fernando Monterroso Rey
REPRESENTANTE DE EGRESADOS: Lic. Abg. Not. Edwin Alcides Barrios Sosa
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES: PEM. Disraely Dárin Manfredy Jom Hernández
Br. Karla Vanessa Barrera Rivera

COORDINADOR ACADÉMICO

Ing. Ind. Francisco David Ruiz Herrera

COORDINADORA DE LA CARRERA

Lcda. Psic. Iris Josefina Olivares Barrientos

COMISIÓN DE TRABAJOS DE GRADUACIÓN

COORDINADORA: Lcda. Psic. Claudia Odilly Catalán Reyes
SECRETARIA: Lcda. Ped. Cindey Zucey González Quiix
VOCAL: Lcda. Psic. Elspeth Lilliana Campos Wellmann

REVISORA DE REDACCIÓN Y ESTILO

Lcda. Ped. Cindey Zucey González Quiix

REVISORA DE TRABAJOS DE GRADUACIÓN

Lcda. Psic. Claudia Odilly Catalán Reyes

ASESORA

Lcda. Psic. Loida Esperanza Cacao Chocooj



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro Universitario del Norte CUNOR
Carrera de Psicología



Cobán, A.V. 28 de julio de 2018
Ref. 15/CP-585-2018

Señoras:
Comisión Trabajos de Graduación
Carrera de Psicología
CUNOR – USAC

Respetables señoras:

Atentamente, hago de su conocimiento, que dictamino aprobado el proceso de Asesoría del Trabajo de Graduación denominado: Informe Final del Ejercicio Profesional Supervisado, de la Carrera: Licenciatura en Psicología, realizado en El Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en Cobán, Alta Verapaz, por la estudiante: **Luisa Fernanda Ochoa Milián, Carné No. 201146348.**

Deferentemente,


Lcda. Loida Esperanza Cacao Chocoy
Asesora



c.e. archivo.

"Id y Enseñad a Todos"

Cobán, A.V. 08 de septiembre de 2018
Ref. 15/CP-769-2018

Señoras:
Comisión Trabajos de Graduación
Carrera de Psicología
CUNOR – USAC

Respetables señoras:

Atentamente, hago de su conocimiento, que dictamino aprobado el proceso de Revisión del Trabajo de Graduación denominado: Informe Final del Ejercicio Profesional Supervisado, de la Carrera: Licenciatura en Psicología, realizado en el Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en Cobán, Alta Verapaz, por la estudiante **Luisa Fernanda Ochoa Milián Carné No. 201146348.**

Deferentemente,


Lcda. Claudia Odilly Catalán Reyes,
Revisora



c.c. archivo

"Id y Enseñad a Todos"

Cobán, A. V. 10 de noviembre de 2018
Ref. No.15/CP-880-2018

Señoras:
Comisión Trabajos de Graduación
Carrera de Psicología
CUNOR – USAC

Respetables señoras:

Atentamente, hago de su conocimiento, que dictamino aprobado el proceso de Revisión de redacción y estilo del Trabajo de Graduación denominado: Informe Final del Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en El Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en Cobán, Alta Verapaz, por la estudiante de la Carrera de Licenciatura en Psicología: **Luisa Fernanda Ochoa Milián, carné No. 201146348.**

Deferentemente,


Lcda. Cindy Zucey González Quix
Revisora de Redacción y Estilo



c.c. archivo

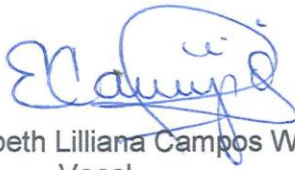
Cobán, A. V. 10 de noviembre de 2018
Ref. No.15/CP-881-2018


Licenciado:
Erwin Gonzalo Eskenasy Morales
Director
Centro Universitario del Norte, -CUNOR-
Cobán, A. V.

Respetable Licenciado:

Habiendo conocido los dictámenes favorables de la asesora, revisora de trabajos de graduación y revisora de redacción y estilo; esta Comisión concede el visto bueno al Trabajo de Graduación denominado: Informe Final del Ejercicio Profesional Supervisado, realizado en El Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en Cobán, Alta Verapaz, por la estudiante de la Carrera de Licenciatura en Psicología: **Luisa Fernanda Ochoa Milián, Carné No. 201146348.**

Atentamente,


Lcda. Elspeth Lilliana Campos Wellmann
Vocal




Lcda. Cindey Zucey González Quiix
Secretaria




Lcda. Claudia Odilly Catalán Reyes
Coordinadora Comisión de Trabajos de Graduación
Carrera de Psicología



c.c.archivo.

HONORABLE COMITÉ EXAMINADOR

En cumplimiento a lo establecido por los estatutos de la Universidad de San Carlos de Guatemala, presento a consideración de ustedes el Informe Final del Ejercicio Profesional Supervisado, realizada en el Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en el municipio de Cobán, Alta Verapaz, como requisito previo a optar al título profesional de Licenciada en Psicología.



Luisa Fernanda Ochoa Milián

201146348

RESPONSABILIDAD

“La responsabilidad del contenido de los trabajos de graduación es del estudiante que opta al título, del asesor y del revisor; la Comisión de Redacción y Estilo de cada carrera, es la responsable de la estructura y la forma.”

Aprobado en punto SEGUNDO, inciso 2.4, subinciso 2.4.1 del Acta No. 17-2012 de Sesión extraordinaria de Consejo Directivo de fecha 18 de julio del año 2012.

DEDICATORIA

A:

DIOS

En Él encontré el sentido de mi vida, su amor me ha consolado y sanado. A pesar de mis faltas, me demuestra su piedad y misericordia, regalándome la oportunidad de ser mejor cada día y ahora me permite poner al servicio de los demás los dones que ha depositado en mí.

MIS PADRES

Soraida Milián Vásquez y Miguel Angel Ochoa Rosales, Dios me bendijo al permitirme ser su hija, porque sus esfuerzos y sacrificios, me enseñaron a amar, respetar y valorar a mi familia. Gracias por ser mi fortaleza, esperanza e inspiración para ser una mejor persona y profesional. Su amor, comprensión, paciencia, atención y apoyo me han permitido concluir esta etapa en mi vida.

MI HERMANO

Estuardo José (+), quien me enseñó que para cumplir con nuestro propósito de vida, es necesario el amor hacia los demás, ser honestos, humildes, responsables, disciplinados pero sobre todo creer y creerle a Dios. Cada meta lograda representa todo lo que un día soñamos. A pesar de su ausencia física, su amor y recuerdo, están presentes en mi vida.

AGRADECIMIENTOS

A:

**CENTRO UNIVERSITARIO
DEL NORTE**

Por ser mi casa de estudios.

CARRERA DE PSICOLOGÍA

Cada uno de los docentes que a través de su experiencia profesional, nos forman como profesionales en el campo de la Psicología. En especial a la Lcda. Nadya Morales de Ligorria por el aprendizaje que nos brindó en el transcurso de EPS.

**CLUB SOCIAL Y DEPORTIVO
COBÁN IMPERIAL**

La junta directiva, área administrativa, cuerpo técnico y jugadores de las categorías sub 15, sub 17, sub 20 y mayor; por la confianza que depositaron en mi persona y la enseñanza de temas relacionados al fútbol.

FRUMOSA Y CARDEGUA

La disponibilidad y atención al brindar un espacio físico para realizar actividades con jugadores y cuerpo técnico.

COMPAÑEROS Y AMIGOS

Por su amistad, cariño y apoyo durante el proceso académico, mi admiración para cada uno de ustedes.

ÍNDICE GENERAL

	Página
LISTA DE ABREVIATURAS Y SIGLAS	v
RESUMEN	vii
INTRODUCCIÓN	1
OBJETIVOS	3

CAPÍTULO 1 DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA UNIDAD DE PRÁCTICA

1.1	Localización geográfica	5
1.2	Condiciones climáticas	5
1.3	Condiciones edáficas	6
1.4	Vías de acceso	7
1.5	Recursos	7
1.5.1	Recursos naturales	7
	a. Suelo	8
	b. Flora	8
	c. Fauna	8
	d. Hidrografía	9
	e. Bosques	9
1.5.2	Recursos físicos	9
	a. Patrimonios culturales	9
	b. Servicios básicos	10
	c. Servicios de salud	10
	d. Fuerzas de seguridad	10
1.6	Situación socioeconómica	10
1.6.1	Atractivos turísticos	10
1.6.2	Producción agrícola	11
1.6.3	Artesanal	11
1.6.4	Principales festividades	11
1.7	Organización social	12
1.7.1	Instituciones	12
	a. Institución nacional de la juventud altaverapacense –INJAV-	12
	b. Club social y deportivo Cobán Imperial	12
1.7.2	Grupos organizados	12
	a. Consejos comunitarios de desarrollo –COCODES-	12
	b. Comités pro-mejoramiento	13

c.	Comités de mujeres	13
d.	Consejo municipal de desarrollo – COMUDE-	13
1.7.3	Organización socio-cultural	14
a.	Casa de la cultura	14
1.8	Descripción de la institución	14
1.8.1	Datos generales	14
1.8.2	Visión	14
1.8.3	Misión	14
1.8.4	Valores	15
1.8.5	Políticas y estrategias	15
1.9	Recurso humano que labora en la institución	15
1.10	Organización institucional	15
1.11	Organigrama funcional y operativo de la institución	16
1.12	Infraestructura	16
1.13	Mobiliario y equipo	17
1.14	Ubicación del Ejercicio Profesional Supervisado	17
1.15	Descripción de la población atendida	17
1.16	Problemas y fortalezas encontradas	17

CAPÍTULO 2

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS

2.1	Programa de servicio	21
2.1.1	Objetivo	21
2.1.2	Identificación de actividades realizadas	21
a.	Evaluación psicológica	21
b.	Intervención terapéutica	22
c.	Elaboración de perfil psicológico deportivo	22
2.1.3	Metodología	23
2.1.4	Materiales utilizados	25
a.	Ficha clínica	25
b.	Examen mental	25
c.	Pruebas psicométricas	26
d.	Pruebas proyectivas	26
e.	Manual diagnóstico estadístico de los trastornos mentales	26
2.2	Programa de docencia	27
2.2.1	Objetivo	27
2.2.2	Identificación de actividades realizadas	27
a.	Cartel foro sobre autoconocimiento	27
b.	Charla sobre miedo al éxito	27
c.	Taller vivencial sobre autoestima	28
d.	Taller vivencial sobre identidad y compromiso	28
e.	Taller sobre liderazgo inteligencia emocional	29
f.	Taller vivencial sobre equipo de futbol	29
g.	Taller vivencial sobre evaluación de objetivos	29
2.2.3	Metodología de intervención	30

a.	Charla	30
b.	Taller vivencial	30
c.	Cartel foro	30
2.2.4	Materiales utilizados	30

CAPÍTULO 3

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

3.1	Programa de servicio	31
3.1.1	Resultados obtenidos	31
a.	Población atendida	31
3.2	Programa de docencia	38
3.2.1	Resultados obtenidos	38

CAPÍTULO 4

DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1	Aspectos generales	43
4.1.1	Título	43
4.1.2	Carrera responsable	43
4.1.3	Duración de la investigación	43
4.1.4	Ubicación programática	44
4.1.5	Tipo de investigación propuesto	44
4.1.6	Cronograma	44
4.2	Aspectos específicos	45
4.2.1	Resumen	45
4.2.2	Planteamiento del problema	45
4.2.3	Justificación del estudio	47
4.2.4	Marco teórico	48
a.	Psicología	48
b.	Psicología del deporte	49
c.	Emociones	50
4.2.5	Objetivos	53
a.	General	53
b.	Específicos	53
4.2.6	Hipótesis de la investigación	53
4.2.7	Metodología	53
4.2.8	Técnicas utilizadas en el proceso de investigación	55
a.	Instrumentos para registro y medición	55
b.	Recolección de datos	55
c.	Análisis e interpretación de datos	56
4.2.9	Resultados esperados y su impacto	62
4.2.10	Aspectos éticos y de ambiente	63
4.2.11	Publicaciones y divulgación	63
4.3	Estrategia	64

4.3.1 Presupuesto	64
4.3.2 Recursos empleados en la investigación	64
CONCLUSIONES	65
RECOMENDACIONES	67
BIBLIOGRAFÍA	69
ANEXOS	71

ÍNDICE DE GRÁFICAS

1. Procedencia de los pacientes atendidos en servicio	32
2. Edad de la población atendida en servicio	33
3. Registro de pacientes	34
4. Impresiones clínicas	35
5. Diagnósticos	36
6. Tratamiento psicológico	37
7. Sexo de la población atendida en docencia	38
8. Edad de la población atendida en docencia	39
9. Actividades realizadas en docencia	30

ÍNDICE DE TABLAS

1. Cronograma de actividades	44
2. Presupuesto de la investigación	64

ÍNDICE DE ESQUEMAS

1. Organigrama	16
2. Emociones que manifiestan los jugadores en la fase precompetitiva y competitiva	62

LISTA DE ABREVIATURAS Y SIGLAS

A.V.	Alta Verapaz
C-C	Cognitivo - conductual
Cardegua	Asociación de cardamomeros de Guatemala
Cía.	Compañía
COCODES	Concejos comunitarios de desarrollo
COMUDE	Concejo municipal de desarrollo
DPI	Documento de identificación personal
CREOMPAZ	Comando regional de entrenamiento de operaciones de paz
CSD	Club social y deportivo
CUNOR	Centro universitario del norte
DSM 5	Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales quinta edición.
DX	Diagnóstico
EPS	Ejercicio profesional supervisado
INJUD	Instituto nacional de la juventud y el deporte
KM	Kilometro
MSNM	Metros sobre el nivel del mar
No.	Número

RESUMEN

El Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, se realizó en el Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en el municipio de Cobán, Alta Verapaz; donde se desarrollaron los programas de servicio, docencia e investigación.

A través del apoyo del gerente administrativo y asesor deportivo, se dio a conocer el área de psicología a jugadores y directores técnicos de las diferentes categorías del club y las actividades que se realizarían para mejorar la calidad de vida del jugador y su rendimiento deportivo.

Se elaboró un diagnóstico institucional, que permitió conocer el contexto de la institución deportiva e identificar las fortalezas y necesidades que posee el club, por medio de observación participativa y guías de entrevistas dirigidas a miembros de los equipos de las cuatro categorías.

Fue brindada atención psicoterapéutica a jugadores de la categoría menor comprendidos en las edades de 19 y 20 años de edad, referidos por el director técnico; a través de instrumentos de evaluación psicológica se procedió a fundamentar el diagnóstico en base al manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales –DSM 5- y crear un abordaje clínico, con técnicas conductuales, gestálticas y cognitivas, que mejoraron la calidad de vida del paciente. Se creó un perfil psicológico para futbolistas de la categoría mayor, en el que se registraron datos personales, deportivos y motivacionales, que ayudaron a potencializar su desenvolvimiento profesional en el terreno de juego.

Según las necesidades observadas en los equipos de la categoría menor y mayor, se programaron talleres, charlas y cartel foro, sobre los temas de miedo al

éxito, autoconocimiento, autoestima, identidad, entre otros; que fortalecieron el crecimiento personal de los asistentes y optimizaron el rendimiento deportivo de los futbolistas.

Con el fin de analizar la autorregulación emocional de los jugadores de la categoría mayor, se elaboraron guías de observación, entrevistas y bitácoras, como técnicas de investigación aplicadas a una muestra intencional; estas permitieron identificar la alegría, el enojo, culpa, tristeza, sorpresa, entre otras, como emociones que frecuentemente experimentaba el futbolista durante la fase competitiva y se determinó que el manejo adecuado de ellas, mejoraría su calidad personal y profesional.

INTRODUCCIÓN

La carrera de Psicología del Centro Universitario del Norte, forma profesionales con conocimientos fundamentales en el estudio de los procesos mentales y el comportamiento humano, con el fin de mejorar la salud mental en la población altaverapacense.

El Ejercicio Profesional Supervisado, se realizó en el Club Social y Deportivo Cobán Imperial, ubicado en la cabecera del departamento de Alta Verapaz. Esta institución no gubernamental fomenta la identidad hacia el único equipo del departamento que se encuentra en la liga nacional de fútbol de Guatemala.

En el capítulo uno, se encuentra la información correspondiente al municipio de Cobán, cabecera del departamento de Alta Verapaz, ubicado al norte de Guatemala, en él está localizado el Club Social y Deportivo Cobán Imperial. Se describe ampliamente su localización geográfica, condiciones climáticas y edáficas, las vías que permiten el acceso y aspectos que hacen referencia a dicho municipio. También se mencionan datos generales e importantes de la unidad de práctica.

Seguidamente el capítulo dos, contiene el desarrollo de actividades de los programas de servicio y docencia. En el programa de servicio, se da a conocer el abordaje psicoterapéutico, que tuvo como objetivo principal mejorar la calidad de vida del paciente a través de instrumentos, métodos y técnicas psicológicas; por medio de registros de observación, entrevistas e instrumentos de evaluación, se elaboraron los perfiles psicológicos deportivos de jugadores de la categoría mayor. En el programa de docencia, se presentan las actividades psicoeducativas brindadas a jugadores y cuerpo técnico de las cuatro categorías, con el fin de optimizar el rendimiento deportivo, de cada uno de los participantes.

Dentro del capítulo tres, se encuentra el análisis y discusión de resultados, este incluye la información de los pacientes atendidos, impresiones clínicas, examen mental, diagnósticos y tratamientos ejecutados, como parte del programa de servicio; también se dan a conocer los resultados obtenidos en docencia, se detallan datos de los asistentes y las temáticas abordadas.

Finalmente en el capítulo cuatro, se encuentra la investigación cualitativa titulada autorregulación emocional en jugadores de la categoría mayor del Club Social y Deportivo Cobán Imperial, realizada en la institución; enfocada en la emocionalidad del deportista y la importancia de conocer como las actitudes o conductas de los futbolistas son guiadas por sus emociones.

OBJETIVOS

General

Orientar a los jugadores y cuerpo técnico del club social y deportivo Cobán Imperial, desde los programas de servicio, docencia e investigación, para reforzar la integralidad del futbolista a través de técnicas y herramientas psicológicas.

Específicos

1. Brindar acompañamiento a los jugadores a través de procesos psicoterapéuticos y elaboración de perfiles psicológicos deportivos, para mejorar su desenvolvimiento personal y profesional.
2. Establecer actividades de formación personal y profesional, a través de técnicas psicoeducativas para promover el crecimiento integral en los jugadores.
3. Analizar la experiencia emocional de los jugadores de la categoría mayor del club social y deportivo Cobán Imperial; por medio de técnicas de investigación, para describir los aspectos relacionados con autorregulación emocional en la fase competitiva.

CAPÍTULO 1

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA UNIDAD DE PRÁCTICA

1.1 Localización geográfica

El Club Social y Deportivo Cobán Imperial se localiza en la cabecera departamental de Alta Verapaz, ubicado al norte de la República de Guatemala a 15°29'00" latitud norte y 90°19'35" longitud oeste. Cuenta con una extensión territorial de 8 686 km equivalente al 8% del territorio nacional, tiene una altura media de 1 316 msnm, junto al departamento de Baja Verapaz integra la región nacional del norte. Dista aproximadamente a 220 km de la ciudad de Guatemala.

El municipio limita al norte con Ixcán, Quiché, al sur con San Cristóbal Verapaz, Santa Cruz Verapaz y Tactic, al este con Chisec, San Pedro Carchá y San Juan Chamelco, estos municipios de Alta Verapaz y al oeste con Ixcán, Uspantán y Chimalcán, municipios departamento de Quiché.

1.2 Condiciones climáticas

El municipio se encuentra en una zona sub-tropical húmeda. En la parte baja hacia el norte del Cobán, el clima es muy húmedo y cálido, con alturas entre los 150 a 700 metros sobre el nivel del mar; en la parte alta hacia el sur, el clima predominante es muy húmedo de templado a frío, con alturas entre los 700 a 1 900 metros sobre el nivel del mar. La precipitación promedio anual es de más de 3 000 milímetros y la humedad relativa mayor del 80 por ciento.

Durante los últimos cinco años, las temperaturas máximas y mínimas registradas en el departamento, se han mantenido un rango relativamente estable, registrándose temperaturas máximas promedio de 39.7 grados y mínimas promedio de 4.4 grados.

1.3 Condiciones edáficas

Su terreno es sumamente quebrado, sus montañas y cerros, cuentan con natural fertilidad. En años anteriores la fertilidad del suelo se debía a que la acción erosiva era insignificante.

Una lluvia suave llamada chipi-chipi, mantenía la humedad de la tierra a cualquier altura, actualmente durante los meses de diciembre y enero puede verse eventualmente.

La tierra y calidad del municipio es areno-arcilloso, gumífero. Los suelos son heterogéneos sobre piedra caliza los hay muy profundos y pocos profundos.

El Instituto Nacional de Estadística reporta que durante el año 2013, el 67.5% de la superficie reforestada en forma acumulada respondió a incentivos monetarios, mientras que el 0.0% se debió a manejo de bosque de producción y el restante 32.5% a bosques para protección.

Las hectáreas afectadas por incendios forestales en 2013, totalizaron 727.50 hectáreas, cifra superior en 229.0% a la registrada en 2012. Por otra parte, el mayor número de hectáreas dañadas se registró en 2013, con 727.50 hectáreas.

De acuerdo con las estadísticas, la principal causa de incendios forestales en el departamento fue atribuible a la quema agrícola.

1.4 Vías de acceso

Representan un indicador del nivel de desarrollo de una comunidad. Algunas de las de acceso existentes en el municipio, consisten en caminos de terracería que son transitables solo en época de verano. El municipio de Cobán tiene cuatro tramos carreteros que hacen una red de 84 kilómetros asfaltados, comprendidos desde la entrada a Cobán que viene de la ciudad de Guatemala, salidas a Carchá, Chamelco y Chisec.

La ruta que comunica a Cobán con la ciudad capital se encuentra condiciones óptimas, la carretera a Chisec se concluyó en el año 2001, ambas tienen mantenimiento. Un 60% de las comunidades rurales tiene acceso por medio de veredas, el 34% tiene acceso por medio de carreteras de terracería, y un 6% se sitúan a menos de un kilómetro de distancia de las carreteras asfaltadas. Cuenta con una pista de aterrizaje asfaltada de aproximadamente un kilómetro de largo. En algunas comunidades y fincas particulares distantes de la cabecera municipal existen pistas en las cuales pueden aterrizar aviones y helicópteros. Dichas pistas se ubican en: Chama, Conop, Chiremox, Saquil, Sactelá y Cubilguitz.

1.5 Recursos

Entre ellos se mencionan los bosques, suelos, flora y fauna. Cada recurso es de beneficio para el municipio ya que asegura el bienestar y la permanencia de la población.

1.5.1 Recursos naturales

El departamento cuenta con 18 áreas protegidas, que en su conjunto ocupan el 9.64% 119 de la superficie del departamento de Alta Verapaz.

a. Suelo

Los suelos de Cobán son apropiados para uso forestal. El municipio tiene suelos que se clasifican en suelo mecanizable, suelo cultivable, suelo no cultivable y área urbana.

b. Flora

El departamento es bastante rico en cuanto a la flora de la región, existe gran variedad de plantas, tales como: la palmera (*Arecaceae*) de exportación y otras. También diversos bosques que son importantes debido a las funciones que desarrollan en el ambiente, además dinamizan la economía como fuente de bienes y servicios, proveedora de fuentes de empleo y desarrollo económico social.

c. Fauna

La fauna ha sido seriamente afectada por las diversas actividades del hombre moderno, así mismo por la variable climática que ha tenido efectos a nivel global, lo cual contribuye y condiciona el hábitat de la fauna existente en el departamento. En la actualidad se reportan entre las especies con presencia en el departamento el tigrillo (*Leopardus tigrinus*), venado cola blanca (*Odocoileus virginianus*), cabros de monte (*Capra pyrenaica*), tigre (*Panthera tigris*), ocelote (*Leopardus pardalis*), coche de Monte (*Tayassu tajacu*), jabalí (*Sus scrofa*), cotuza (*Dasyprocta punctata*), puerco-espín (*Hystrix cristata*), tepezcuintle (*Cuniculus paca*), pizote (*Nazua*), ardilla (*Sciurus vulgaris*), mapache (*Procyon*), loro (*Psittacoidea*), guacamaya (*Ara*), senzontle (*Mimus polyglottos*), guardabarranco

(*Momotidae*), y perico (*Melopsittacus undulatus*), los que se encuentran en peligro de extinción.

Uno de los aspectos que alarma a la población es la extinción del Ave Nacional “El Quetzal” (*Pharomachrus mocinno*), del que ya existen muy pocos ejemplares y que escasamente se pueden observar en el departamento.

d. Hidrografía

El municipio de Cobán posee gran riqueza hídrica, sin embargo actualmente el agua potable presenta un alto grado de contaminación. Cobán cuenta con 48 ríos, 4 lagunas, 2 lagunitas, 11 arroyos y 7 quebradas.

e. Bosques

En la región donde se ubica Cobán, existían bosques de coníferas, latifoliadas y mixtos, con especies de árboles hasta de 40 metros de altura, incluso de 450 años de edad.

1.5.2 Recursos físicos

El municipio cuenta con: centros históricos, almacenes en general, parques infantiles, canchas de fútbol y baloncesto, supermercados, escuelas rurales y urbanas.

a. Patrimonios culturales

El templo del calvario, parque nacional Las Victorias, el estadio Verapaz, son de aspecto cultural para la población.

b. Servicios básicos

Agua potable, electricidad corriente alterna 110 y 220 voltios, servicio de recolección de basura (empresas privadas), drenaje, restaurantes, comercio de todo tipo y bancos en diversas zonas de la ciudad.

c. Servicios de salud

En el municipio se ubica el Hospital regional, jefatura de área, centro de salud tipo B, hospital privado Galeno, clínicas particulares (40 aproximadamente).

d. Fuerzas de seguridad

Policía Nacional Civil, Policía Municipal de Tránsito y Creompaz son quienes forman parte de las fuerzas de seguridad en la ciudad imperial.

1.6 Situación socioeconómica**1.6.1 Atractivos turísticos**

Laguna Lachuá, balneario Talpetate, parque nacional Las Victorias, balneario San José La Colonia, finca Sacmoc, estadio Verapaz, catedral, calvario, convento y ermita de Santa Domingo de Guzmán; estos son hermosos lugares turísticos con los que cuenta la ciudad imperial. Son frecuentemente visitados por familias de la zona urbana y zona rural del municipio de Cobán los fines de semana y por personas procedentes de otros departamentos e incluso de otros países.

1.6.2 Producción agrícola

La producción agrícola en Cobán, es una actividad muy importante; sobresale la producción de cardamomo (*Elettaria cardamomum*), café (*Coffea*), maíz (*Zea mays*) y frijol (*Phaseolus vulgaris*). El cardamomo (*Elettaria cardamomum*) y el café (*Coffea*) se cultivan para el comercio exterior, mientras que la producción de maíz (*Zea mays*) y frijol (*Phaseolus vulgaris*) se destina para el consumo interno. Otros productos agrícolas del municipio son: piña (*Ananas comosus*), plátano (*Musa x paradisiaca*), tomate (*Solanum lycopersicum*), aguacate (*Persea americana*), caña de azúcar (*Saccharum officinarum*), pimienta (*Piper nigrum*), papa (*Solanum tuberosum*) y hortalizas.

1.6.3 Artesanal

Entre sus artesanías se destacan los tejidos, objetos de talabartería, trabajos de madera, en especial muebles y máscaras, sombreros de palma, cerería, pirotecnia y la industria artesanal en la que sobresale la orfebrería y platería.

1.6.4 Principales festividades

En el tercer domingo de mayo, como todos los años se lleva a cabo el Medio Maratón Internacional de Atletismo, con un recorrido de 21 kilómetros (Cobán-Carchá), con meta final en el estadio José Ángel Rossi, mejor conocido como estadio Verapaz.

Para este acontecimiento se invitan a atletas de varios países quienes mandan a sus representantes a este magno evento, el cual se llena de color, fiesta y alegría en sus habitantes.

A finales del mes de julio previo a la celebración de la feria departamental se organiza al Festival Folklórico Nacional de Cobán. Se trata de una fiesta de etnias indígenas de origen maya, garífuna y finca, cuyo propósito es enaltecer y mostrar sus tradiciones, costumbres, bellas artes, entre otros aspectos que resaltan entre las culturas de nuestro país.

La feria titular del se celebra del 01 al 06 de agosto en honor a su patrono Santo Domingo de Guzmán.

1.7 Organización social

1.7.1 Instituciones

a. Instituto nacional de la juventud y el deporte –INJUD-

Esta es una institución que pertenece al Ministerio de Cultura y Deportes, encargada de promover la recreación y el deporte en los municipios de todo el departamento.

b. Club social y deportivo Cobán Imperial

Es una organización deportiva que representa al departamento, en el fútbol nacional, también involucra a la población en actividades sociales y deportivas.

1.7.2 Grupos organizados

a. Concejos comunitarios de desarrollo –COCODES-

En las 370 comunidades existentes en el municipio de Cobán, se cuenta con 321 conformadas en concejos

comunitarios de desarrollo concejos comunitarios de desarrollo COCODES; de primer nivel y cinco de segundo, que ejecutan proyectos, tales como: caminos rurales, acueductos y edificios (escolares, de beneficencia y deportivos).

b. Comités pro-mejoramiento

El municipio de Cobán cuenta con 343 comités pro-mejoramiento, su actividad principal el desarrollo de sus comunidades, a través de proyectos.

c. Comités de mujeres

Se cuenta con 28 comités de mujeres, su función se basa en el desarrollo de actividades artesanales, agrícolas y pecuarias, de las diferentes comunidades que lo conforma y se involucra al género femenino en el desarrollo del municipio. Comités de padres de familia dentro de las actividades educativas, el municipio de Cobán cuenta con comités de padres de familia, quienes velan por el constante desarrollo en esta área.

d. Concejo municipal de desarrollo – COMUDE-

Fue creado en marzo de 2003; lo integran representantes municipales, de institucionales del sector público, de organizaciones de la sociedad civil y de los COCODES (encargados de promover el desarrollo económico, social y cultural del municipio). Tiene un reglamento interno, que norma el accionar de este cuerpo colegiado, basado en el Código Municipal, la Ley de los Concejos de Desarrollo Urbano y Rural y la Ley General de Descentralización.

1.7.3 Organización socio-cultural

a. Casa de la cultura

Su finalidad es la promoción de las actividades culturales, buscar la participación de la población de todas las edades y promover el talento Alta Verapaz.

1.8 Descripción de la institución

1.8.1 Datos generales

Club Social y Deportivo Cobán Imperial.

1.8.2 Visión

“Ser una institución de talla internacional reconocida por sus altos valores deportivos. Generar alegría y confianza en nuestra afición lo que cimentamos en la sana competencia, logrando promover nuevos deportistas y seres humanos de alto nivel”.¹

1.8.3 Misión

“Somos una institución deportiva y social, comprometida a impulsar el crecimiento profesional y personal de nuestros miembros, promoviendo nuevos valores a la sociedad, respaldándonos en el talento y creatividad de cada uno de los que componemos tan importante y glorioso club”.²

¹ Misión y visión del Club Social y Deportivo Coban Imperial. <https://www.facebook.com/CSDCobanImperial> (23 de febrero de 2017).

² Ibid.

1.8.4 Valores

Amor, respeto, tolerancia, entrega, compañerismo, pasión, lealtad y por sobre todo, temor a Dios.

1.8.5 Políticas y estrategias

Mantener un alto rendimiento en los torneos apertura y clausura, con el fin de mantenerse entre los mejores 12 equipos del país y así no perjudicar el área deportiva y económica del club.

Cada miembro del club debe comprometerse con el equipo a representar sus colores con entrega, habilidad y disciplina, y mostrar respeto por el apoyo que brinda la afición a dicha institución.

1.9 Recurso humano que labora en la institución

Posee una población aproximada de 130 jugadores, en las cuatro categorías sub-15, sub-17, sub-20 y equipo mayor; 10 personas integran el cuerpo técnico y 3 personas el área administrativa.

1.10 Organización institucional

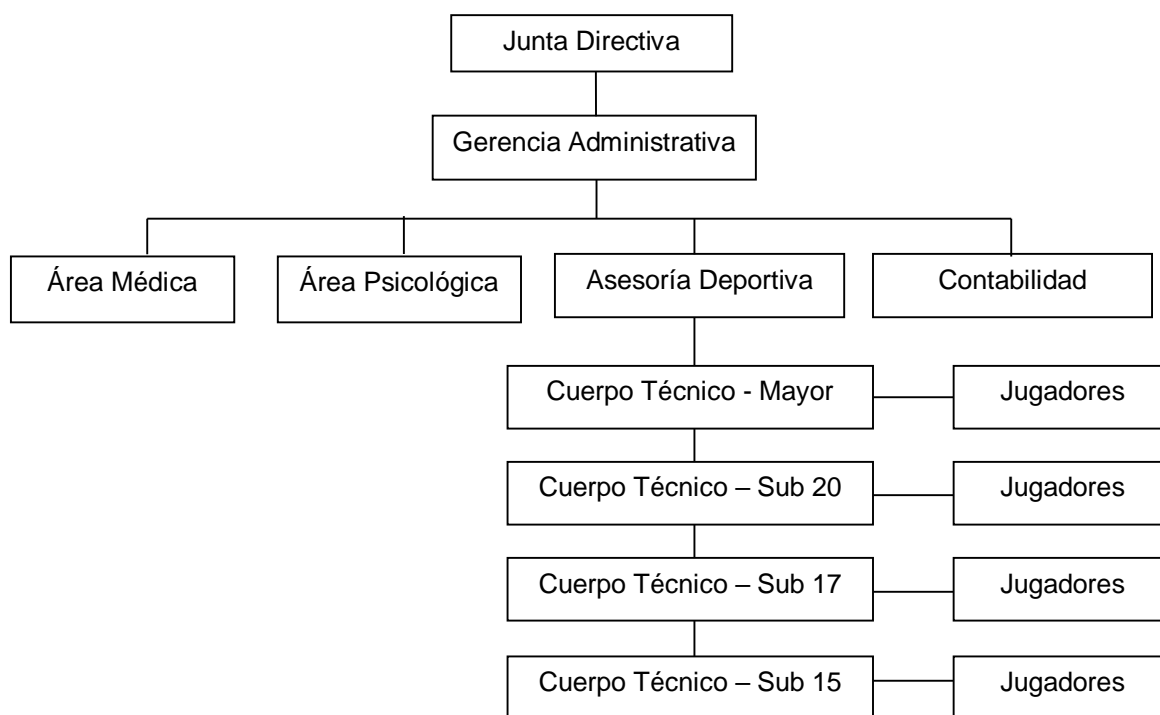
El club, varía periódicamente de una organización institucional, esto se debe a la compra - venta del equipo. Actualmente tiene una junta directiva la cual está formada por presidente, vicepresidente, secretario, tesorero y vocales, quienes se encargan de tomar las decisiones en beneficio de la institución.

Así mismo una gerencia administrativa, donde se ubica al gerente y contador, quienes cumplen la función de organizar cada evento deportivo,

el manejo de contratos, registrar ingresos y egresos económicos; la parte deportiva conformada por un cuerpo técnico: el director técnico y asistente técnico, preparador físico, preparador de porteros y utileros; cuerpo médico a cargo del médico y fisioterapeuta; área de psicología y los jugadores de las cuatro categorías.

1.11 Organigrama funcional y operativo de la institución

ESQUEMA 1 ORGANIGRAMA



Fuente: Luisa Fernanda Ochoa Milián. 2017

1.12 Infraestructura

El club no tiene una infraestructura propia, el área administrativa del equipo se ubica en una oficina de los patrocinadores, las categorías

menores (sub 15, sub 17 y sub 20) entrenan en canchas del instituto nacional de la juventud alta verapacense, fábrica de municiones y el centro regional de entrenamiento de operaciones de mantenimiento de paz, conocido también como zona militar. El equipo mayor se concentra en el estadio José Ángel Rossi.

1.13 Mobiliario y equipo

El área administrativa está equipada con escritorios, equipo de cómputo y artículos de oficina. La categoría mayor posee artículos deportivos y de fisioterapia dentro del camerino del estadio.

1.14 Ubicación del Ejercicio Profesional Supervisado

El ejercicio profesional supervisado, se realizó en el municipio de Cobán del departamento de Alta Verapaz, específicamente la atención clínica se realizó en el beneficio Frumosa ubicado en Sasay, propiedad del vicepresidente del club, el área de docencia en Cardegua ubicado en la zona 7 de dicho municipio, patrocinador de los equipos e investigación en el estadio Verapaz.

1.15 Descripción de la población atendida

Fueron atendidas las categorías menores conformadas por la sub 15, sub 17 y sub 20, también la categoría mayor que participa en la liga nacional y el cuerpo técnico de cada una de las categorías.

1.16 Problemas y fortalezas encontradas

A partir de la observación a las diversas categorías del club social y deportivo Cobán Imperial se describen los siguientes problemas y fortalezas.

a. Problemas encontrados

- 1) Escases de implementos deportivos, esto se debe a que dentro de las categorías menores no hay suficientes pelotas, conos, gabachas, entre otros artículos.
- 2) La ausencia de un/a psicólogo/a dentro del club, que trabaje en conjunto con los entrenadores para fortalecer el área emocional, conductual y cognitiva del jugador.
- 3) La ansiedad que maneja el jugador ante un encuentro deportivo, es más recurrente cuando el rival es un equipo al que le atribuyen una mejor calidad futbolística. Se necesita la preparación plena en el aspecto deportivo, físico y psicológico de las ligas de no aficionados.
- 4) Malos hábitos como trasnochar, una alimentación inadecuada, consumir bebidas alcohólicas, tabaco, entre otros, durante la semana de un encuentro futbolístico; genera un desgaste físico y mental, que no permite cumplir con los objetivos del partido.
- 5) La deficiente comunicación entre jugadores y entrenador en el transcurso de los partidos, provoca algunas fallas tácticas en el juego defensivo y ofensivo.

b. Fortalezas encontradas

- 1) El CSD Cobán Imperial tiene una trayectoria de 80 años en el fútbol nacional, en el año 2004 obtuvo por primera el título del torneo Clausura. Durante estos años, ha sido diversos técnicos nacionales y extranjeros, reconocidos por su trayectoria.

- 2) Debido a que el Club pertenece a la liga mayor del fútbol guatemalteco, cuenta con categorías menores, esto permite la integración de jóvenes alta- verapacenses en este deporte.
- 3) La formación deportiva de jóvenes de 14-20 años, es uno de los objetivos del club; ellos pasan por diferentes pruebas que dan a conocer su talento y pasión por este deporte. Actualmente las categorías son liderados por técnicos de calidad y disciplina, quienes preparan las ligas menores del club.
- 4) A los jugadores se les brinda alimentación, transporte y hospedaje; para los partidos fuera del departamento.
- 5) Es importante la convivencia entre categorías, la mayoría de veces es la sub-15 y sub-17, quienes comparten en los viajes debido al torneo en el que se encuentran. La sub-20 comparte con el equipo de la liga mayor, como lo hacen las otras categorías.
- 6) El compañerismo de algunos, que son capaces de no ver los errores individuales si no de tener una actitud positiva y contagiarla al grupo, con el fin de mejorar la calidad futbolística y la armonía del equipo.

CAPÍTULO 2

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS

2.1 Programa de servicio

Las actividades ejecutadas en este programa, fueron establecidas en el plan de trabajo; con el fin de incluir a la psicología en el área deportiva de la localidad.

2.1.1 Objetivo

Brindar acompañamiento a los jugadores a través de procesos psicoterapéuticos y elaboración de perfiles psicológicos deportivos, para mejorar su desenvolvimiento personal y profesional.

2.1.2 Identificación de actividades realizadas

a. Evaluación psicológica

A través de la entrevista inicial, se administró el consentimiento informado, que permitirá la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica; a partir de este momento se estableció el rapport mediante la comunicación y escucha activa, con el fin de conocer la problemática y el estado emocional presente. La ficha clínica, permitió recolectar información de la dinámica familiar e indagar aspectos laborales o escolares del paciente.

El protocolo de examen mental proporcionó información de las funciones sensoriales (orientación en persona, tiempo y espacio), estados de conciencia, contenido de ideas, inteligencia, lenguaje y apariencia.

Se administraron diferentes pruebas proyectivas según la problemática que afrontaba el paciente. A través de la ficha clínica, observación, entrevista y el informe de evaluación psicológica, se obtuvo el diagnóstico para el deportista, bajo los criterios que corresponden al manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales 5.

b. Intervención terapéutica

La terapia y técnicas utilizadas en la psicoterapia se enfatizaron en la problemática del paciente, cada abordaje clínico fue establecido con objetivos, pronósticos, tiempo estimado y actividades en casa para obtener resultados satisfactorios.

c. Elaboración de perfil psicológico deportivo

El perfil psicológico deportivo, permite a la institución tener un registro de la vida personal, familiar y profesional del jugador. Para obtener la información se aplicó un consentimiento informado, una entrevista estructurada (con preguntas personales, profesionales, cualidades deportivas, grupo familiar, proyecto de vida, entre otras); guía observación de entrenos y partidos oficiales para conocer la esfera motivacional; pruebas psicométricas como inventario de autoestima y registro de autoanálisis, con el objetivo de ver la perspectiva que tiene el jugador acerca de sí mismo.

2.1.3 Metodología

Cada entrenador poseía hojas de referencia, estas fueron entregadas al área de psicología, para iniciar procesos psicoterapéuticos con los jugadores. Se le solicitó al paciente su autorización a través del consentimiento informado, luego se continuó con la ficha clínica que permitió obtener la información personal, familiar, académica, deportiva y de otro tipo.

El examen mental fue administrado para conocer el nivel de conciencia en el que se encuentra el paciente; así mismo se procedió a la aplicación de una entrevista no estructurada, que reúne información de interés personal y profesional.

Para la administración de pruebas psicométricas y proyectivas fue importante analizar los datos recopilados en la ficha clínica, observación y entrevista; a través de estos instrumentos se obtiene el diagnóstico del paciente.

El plan de abordaje terapéutico, se basó en las escuelas principales de la psicología: psicoanalítica, conductual y c-c; y humanista.

Dentro del psicoanálisis se mencionan los conflictos que existen en la psique, generalmente ocurre entre dos tendencias opuestas que pueden dar resultado a un desequilibrio emocional o cognitivo en el paciente.

Las técnicas utilizadas fueron la asociación libre, consiste en dejar que el paciente pueda expresar sus pensamientos, sentimientos, entre otros; la abreacción que implica la descarga

emocional ligado a un recuerdo. También el rapport, que a través de la comunicación y la confianza se logra el entendimiento mutuo y empatía.

De igual manera se utilizó el sistema psicoterapéutico conductual y cognitiva-conductual; Hans Eysenck, introdujo el término de terapia de conducta al referirse a la psicoterapia basada en los principios de aprendizaje (clásico y operante). El mencionaba que dentro de la terapia cognitiva, las técnicas conductuales provocarían cambios en la cognición del paciente.

Algunas de las técnicas utilizadas fueron autoinstrucciones, autoafirmaciones, técnicas de relajación, detección de pensamientos automáticos, discriminación, y técnicas de respiración.

Modelos humanistas abarcan concepciones fenomenológicas, humanistas, experienciales y existenciales. Según Bernstein y Nietzel, este modelo se identifica por potenciar a la persona para que sea capaz de desarrollarse y crear un proyecto de vida propio, que pueda percibir el amor, la alegría y la armonía en sus acciones.

Desde el enfoque de Carl Rogers se menciona que:

“La terapia más que un hacer algo al individuo, tratara de liberarlo para un crecimiento y desarrollo adecuado. Uno de los obstáculos más poderosos para impedir la anterior tendencia es el aprendizaje de un concepto de sí mismo negativo o distorsionado en basa a experiencias de desaprobación o ambivalencia hacia el sujeto”.³

³ Juan José Ruiz Sánchez. Las psicoterapias (España: Ediciones Ubeda, 2003), 42 y 43.

Fue utilizada la empatía enfocada en la terapia centrada en el cliente. Para guiar al paciente a la aceptación y conclusión de una situación difícil en su vida, se realizó un encuentro a través de la silla vacía, técnica de la terapia gestáltica.

Ejercicios para la resiliencia con los factores: yo tengo yo soy, y yo puedo; ejercicios de liberación emocional, para que el paciente expresará emociones que le afectan negativamente; autoestima, que permitían que se conociera y focalizará sus metas personales y profesionales.

Para elaborar el perfil psicológico, se citó a cada futbolista profesional para administrar consentimientos informados, entrevista, pruebas psicométricas (registro de autoanálisis e inventario de autoestima); la observación que se llevó a cabo en entrenamientos y juegos oficiales.

2.1.4 Materiales utilizados

a. Ficha clínica

Se recolectaron datos fundamentales del paciente desde la situación familiar, educativa y personal, a partir de esta herramienta se elaboró el genograma, una gráfica que ejemplifica la dinámica familiar del paciente.

b. Examen mental

Se hicieron algunas preguntas del entorno físico, situaciones personales, dibujos y analogías para conocer el nivel de conciencia del paciente.

c. Pruebas psicométricas

Fue aplicado el inventario de autoestima de Stanley Coopersmith, 15 ítems que se encargan de medir las actitudes a nivel social, familiar y personal, cataloga el resultado como autoestima, baja, normal y alta; registro de autoanálisis o escala de ansiedad de Raymond Bernard Cattell, 40 preguntas con respuestas múltiples para conocer la ansiedad latente y manifiesta. La interpretación indica si la ansiedad del paciente es normal o requiere de atención psicoterapéutica.

d. Pruebas proyectivas

Fueron administradas pruebas proyectivas gráficas y asociativas. Entre los test gráficos se encuentra el test de la familia de Louis Corman, cuyo objetivo es medir la relación que tiene el individuo con los diferentes miembros de su familia; test de la figura humana de Karen Machover, este dibujo muestra aspectos básicos de la personalidad y test del árbol de Karl Koch, que presenta una proyección sobre la persona.

Asociativas, el test de frases incompletas de Rotter, creado por Julian B. Rotter, consiste en completar de 40 frases que proyectan deseos, temores, actitudes o miedos

e. Manual diagnóstico estadístico de los trastornos mentales

Los diagnósticos fueron basados en el manual, se evaluó la información recolectada en los instrumentos y se compararon con los criterios que presenta dicho manual para asegurar la nomenclatura correcta.

2.2 Programa de docencia

Las actividades empleadas para los jugadores y entrenadores de las cuatro categorías del club social y deportivo Cobán Imperial, tenía como finalidad motivar a los asistentes en el ámbito personal y profesional.

2.2.1 Objetivo

Establecer actividades de formación personal y profesional, a través de técnicas psicoeducativas para promover el crecimiento integral en los jugadores.

2.2.2 Identificación de actividades realizadas

a. Cartel foro sobre autoconocimiento

Se explicó en qué consisten las habilidades, debilidades, metas como jugador en formación, a través de la comparación de lo que se posee y lo que se desea, con ello se procedió a realizar un cartel en el que dibujaron un árbol, las raíces eran las fallas en los entrenos y partidos oficiales en el tronco las soluciones a las fallas y en los frutos lo que se espera después de la solución, mediante esta actividad se buscaba reforzar la disciplina del deportista; esta actividad se realizó con las categorías sub 15, sub 17 y sub 20 todos los asistentes de género masculino.

b. Charla sobre miedo al éxito

Se impartió un tema de autorreflexión para motivarlos, al iniciar se les recordó el comienzo de la carrera que cada uno

trazó, se invitó a pensar en los sacrificios que han realizado para mantener una carrera como futbolistas profesionales y como tener el equilibrio correcto entre ser un jugador destacado, al finalizar se proporcionó la tarea personal de fijar sus proyectos personales y no temer en aspectos futuros, esta actividad fue dirigida a jugadores de la categoría mayor del club.

c. Taller vivencial sobre autoestima

La actividad se realizó con jugadores de la categoría sub 15 y sub 17, alrededor de 25 jóvenes, se aplicaron actividades que permitieron al participante conocer acerca del tipo de autoestima que tiene y a través de técnicas de resiliencia como yo soy, yo tengo y yo puedo, que la refuercen. Esta actividad también se realizó en el mes de mayo con aspirantes a bomberos voluntarios de la 82cia de Tactic, A.V., debido a que en esa fecha los jugadores habían terminado el torneo y se encontraban en descanso.

d. Taller vivencial sobre identidad y compromiso

Este taller permitió reforzar los objetivos que se plasman por el cuerpo técnico desde el inicio de la pretemporada, se dio a conocer la función del equipo en el club, la identidad por el equipo y los colores que lo definen, la importancia que tiene cada jugador en el club y el esfuerzo que este hace. Se llevaron a cabo dinámicas en las cuales tenían que crear objetivos grupales a mediano plazo, objetivos personales dentro de la primera vuelta y el compromiso para cumplirlo. El taller fue realizado con 30 jugadores de la categoría mayor y 25 jugadores de la categoría especial sub 20. Se utilizaron dinámicas diferentes que motivaran en su totalidad a los asistentes.

e. Taller sobre liderazgo inteligencia emocional

Esta actividad fue presentada al cuerpo técnico de la categoría mayor y entrenador de la sub 17, desde el enfoque de Daniel Goleman, creador de la teoría de inteligencia emocional, a través de la guía del aprendizaje auto dirigido, se dieron a conocer las competencias personales y sociales; que podrían ser aplicadas al deporte para mejorar los resultados a nivel grupal y personal.

f. Taller vivencial sobre equipo de futbol

El equipo de la categoría sub 15 contaba con adolescentes que provenían de académicas deportivas locales o de municipios aledaños, quienes debutarían en torneos de ligas menores del futbol guatemalteco. La actividad tenía como finalidad proporcionarles confianza al deportista para mejorar su desenvolvimiento dentro de los partidos oficiales dar pautas necesarias acerca de la importancia del trabajo en equipo y la comunicación asertiva.

g. Taller vivencial sobre evaluación de objetivos

Para darle continuidad a los compromisos adquiridos al inicio del torneo, durante el taller vivencial de identidad y compromiso con jugadores de la categoría mayor, se realizó la dinámica cuadros rotos para reforzar la importancia de la cooperación en el equipo durante instancias finales. Para reafirmar las metas grupales en la segunda vuelta y la autoevaluación del objetivo y compromiso personal, fijándose como meta principal el ascenso a semifinales.

2.2.3 Metodología de intervención

a. Charla

A través de este método el expositor es el responsable de comunicar a los participantes aquello que resulta importante, relevante o es necesario de conocer. Este método es pasivo, porque el asistente aprende, escucha y opina acerca del tema desarrollado.

b. Taller vivencial

Esta metodología permite un proceso de participación activa para el participante, debe aprender y crear, a través de la convivencia e interacción con los demás asistentes.

c. Cartel foro

A través de la expresión gráfica se permite a los participantes expresarse, sin la necesidad de utilizar oraciones, frases o algún tipo de lenguaje escrito.

2.2.4 Materiales utilizados

Fueron utilizadas hojas, lápices, copias de actividades dirigidas, marcadores, pliegos de papel manila para realizar dinámicas de sensibilización en las actividades y computadora, cañonera y bocinas para guiar la construcción de conocimiento.

CAPÍTULO 3

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

3.1 Programa de servicio

3.1.1 Resultados obtenidos

Se presentan los resultados de las actividades realizadas en el área de servicio y docencia que durante ocho meses fueron ejecutadas en el ejercicio profesional supervisado. También permite conocer la funcionalidad de cada una de ellas, las cuales están enfocadas a la psicología del deporte.

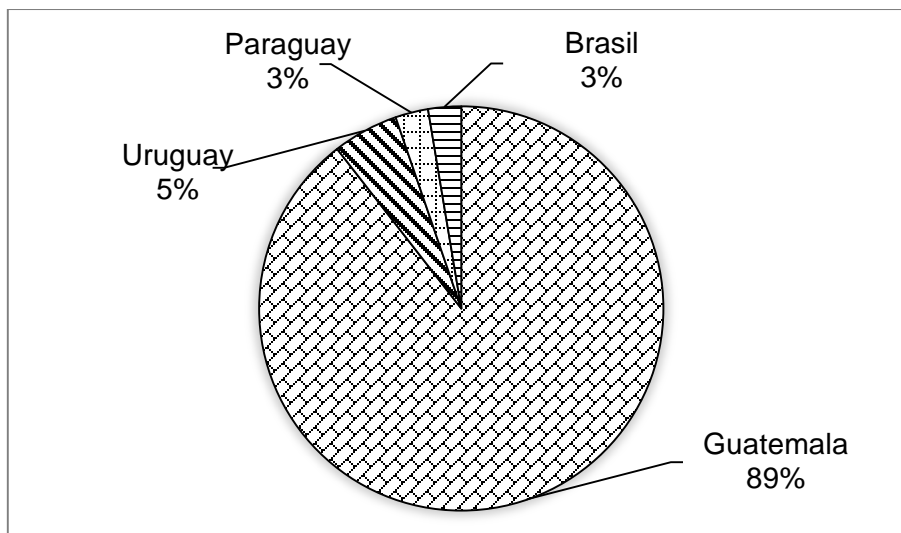
a. Población atendida

En el club social y deportivo Cobán Imperial, se brindó atención psicoterapéutica a ocho jugadores pertenecientes a ligas menores y se elaboró un perfil psicológico por cada jugador de la categoría mayor.

Se atendió a población de género masculino, el club únicamente brinda acompañamiento a jóvenes, para que se integren en las categorías menores y el plantel del equipo mayor, que está constituido por hombres.

GRÁFICA 1

PROCEDENCIA DE LOS PACIENTES ATENDIDOS EN SERVICIO



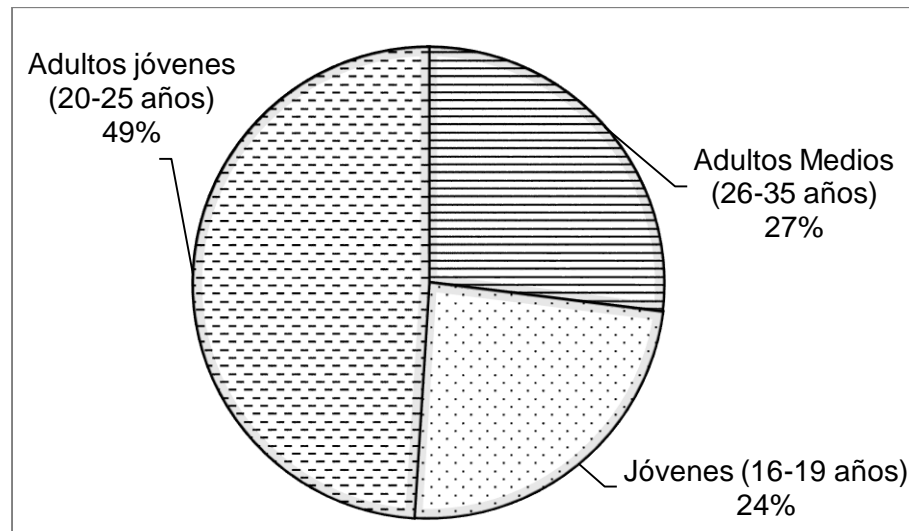
Fuente: Investigación de campo. 2017

Interpretación

La población atendida en el área de psicología, provenía de diferentes nacionalidades, esto se debe a que en la categoría sub 20 formada por deportistas de la región y la categoría mayor se conforma por jugadores nacionales, originarios de los diversos departamentos y cinco sudamericanos. El reglamento de la Liga Nacional de Fútbol indica la existencia de cinco casillas para futbolistas extranjeros, que puedan reforzar la calidad futbolística del balompié guatemalteco; la procedencia de estos jugadores depende del criterio de la junta directiva y director técnico, ya que deben evaluar su rendimiento físico, técnico y táctico.

GRÁFICA 2

EDAD DE LA POBLACIÓN ATENDIDA EN SERVICIO



Fuente: Investigación de campo. 2017

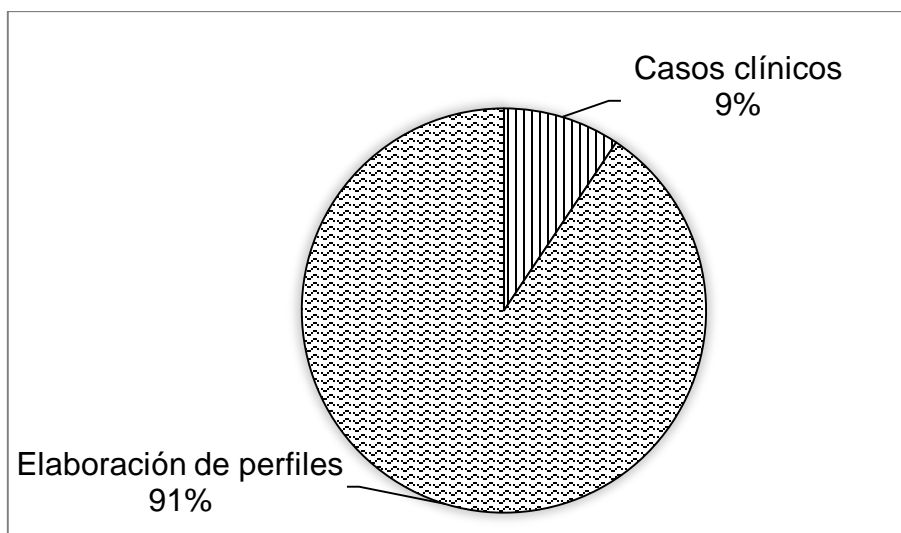
Interpretación

En base al reglamento de fútbol de no aficionados (categorías menores), cada equipo debe ser integrado por jugadores en un rango de edad específico. Los pacientes a quienes se les brindó psicoterapia eran jóvenes de diecinueve y veinte años, pertenecientes a la categoría sub 20.

Dentro de la categoría mayor fueron inscritos jugadores de veintiún años en adelante, sin embargo, el reglamento de fútbol permite ascender a jóvenes de las categorías menores según su rendimiento deportivo, para prepararlos profesionalmente y así debutar en liga nacional. Por ello, los perfiles psicológicos elaborados corresponden a futbolista del equipo mayor, en edades de diecinueve y treinta y cuatro años de edad.

GRÁFICA 3

REGISTRO DE PACIENTES



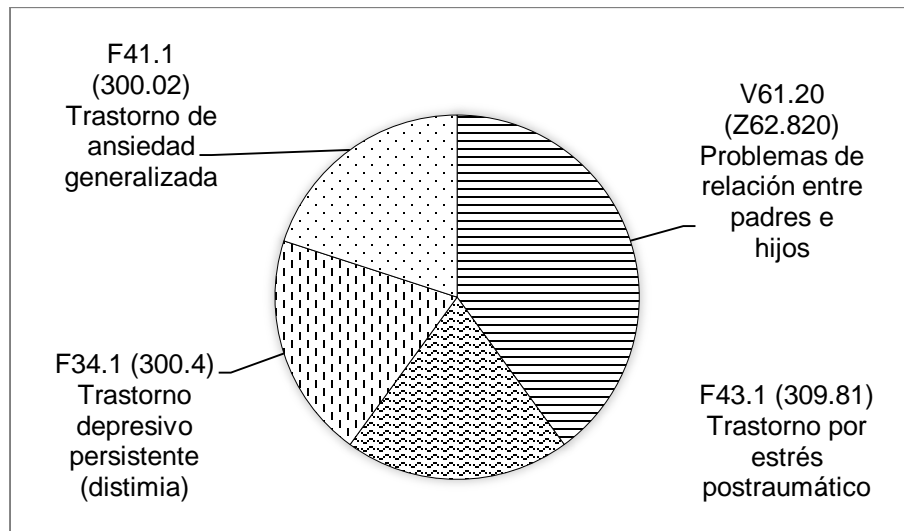
Fuente: Investigación de campo. 2017

Interpretación

Se acompañó en un proceso psicoterapéutico a jugadores de la categoría menor, referidos por el entrenador, sin embargo fueron suspendidos procesos debido a la negatividad que presentaban algunos futbolistas o en ocasiones el paciente asistía a la clínica, con el fin de figurar en la convocatoria de los partidos. Ante la escasa cantidad de pacientes en área clínica, se elaboró un perfil psicológico para cada jugador de la categoría mayor, cuyo registro determinó la esfera motivacional, emocional y conductual que posee desde una perspectiva psicológica.

GRÁFICA 4

IMPRESIONES CLÍNICAS



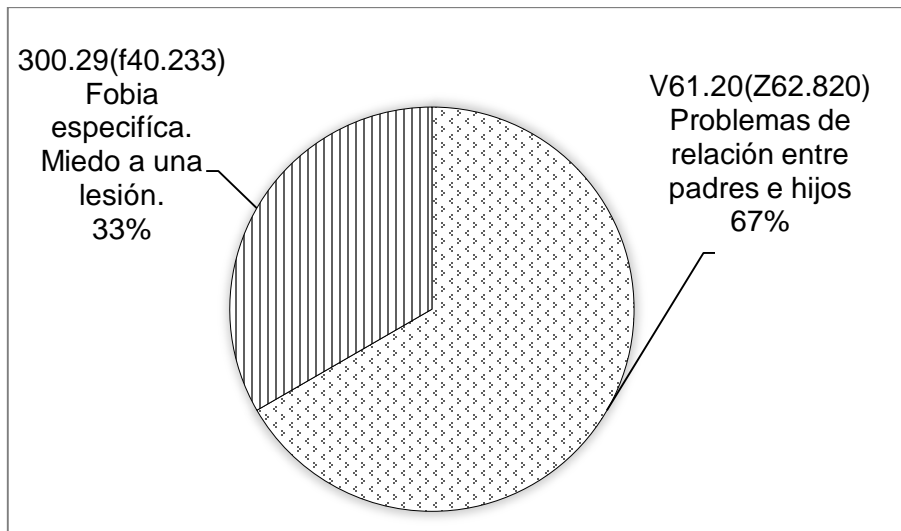
Fuente: Investigación de campo. 2017

Interpretación

La impresión clínica es una apariencia de la problemática del paciente, que el terapeuta ve a partir de la historia clínica, observación y entrevista; pero no es el diagnóstico del paciente. Debido a que se necesita de una evaluación psicológica y en base a los resultados, contrastarlos con los criterios del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales –DSM 5- para confirmar el diagnóstico.

Los problemas de relación entre padre e hijo, trastorno de estrés postraumático, trastorno depresivo persistente y trastorno de ansiedad generalizada, fueron las impresiones clínicas registradas durante el inicio de la atención psicoterapéutica, a través de la identificación de diversos indicadores como conflictos con el padre, crisis de llanto, alteraciones en los estados de ánimo asociadas a un suceso, inquietud, falta de concentración, insomnio, entre otros.

GRÁFICA 5 DIAGNÓSTICOS



Fuente: Investigación de campo. 2017

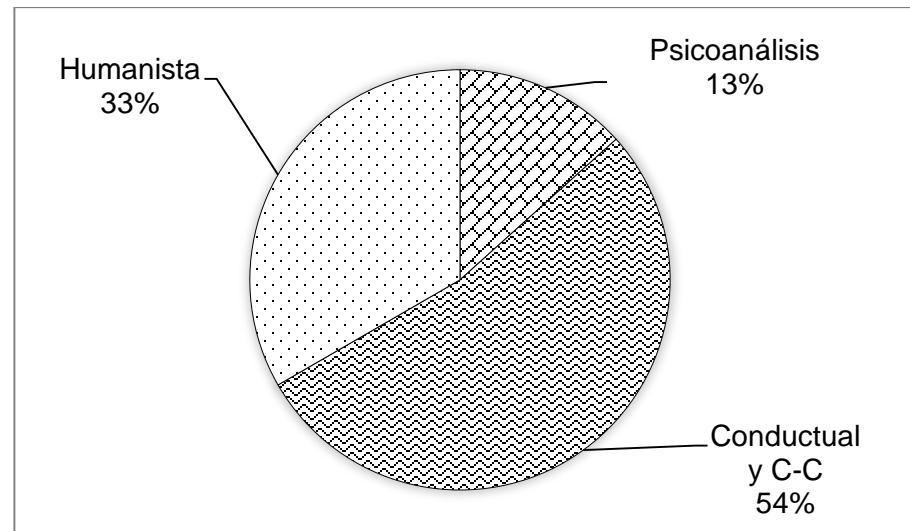
Interpretación

Por medio de las referencias en la historia clínica, observación, entrevistas y evaluaciones psicológicas, se cumplieron los criterios diagnósticos de 300.29 (f40.233) Fobia específica. Miedo a una lesión, que refiere miedo a una situación, es desproporcionado al peligro real que plantea el objeto, dura típicamente seis meses o más y puede deteriorar alguna área del funcionamiento.

En el -DSM 5- existe el apartado: otros problemas que pueden ser objeto de atención clínica, que indica que no son trastornos mentales pero son problemas que pueden encontrarse en psicoterapia. V61.20 (Z62.820) Problemas de relación entre padres e hijos. Esta categoría indica que el principal objetivo es mejorar la relación padres e hijos, para disminuir las sensaciones de tristeza, apatía o rabia contra el otro miembro de una relación.

GRÁFICA 6

TRATAMIENTO PSICOLÓGICO



Fuente: Investigación de campo. 2017

Interpretación

En el abordaje terapéutico se utilizaron tres sistemas de psicoterapia: psicoanálisis, conductual y cognitivo - conductual y humanista; las técnicas utilizadas fueron: rapport, asociación libre, empatía, silla vacía, autoinstrucciones y autoafirmación, aplicadas según el diagnóstico del paciente, el enfoque de cada una permitió que el jugador encontrara soluciones para afrontar las dificultades que no permitían que su desenvolvimiento personal y deportivo fuera óptimo.

3.2 Programa de docencia

3.2.1 Resultados obtenidos

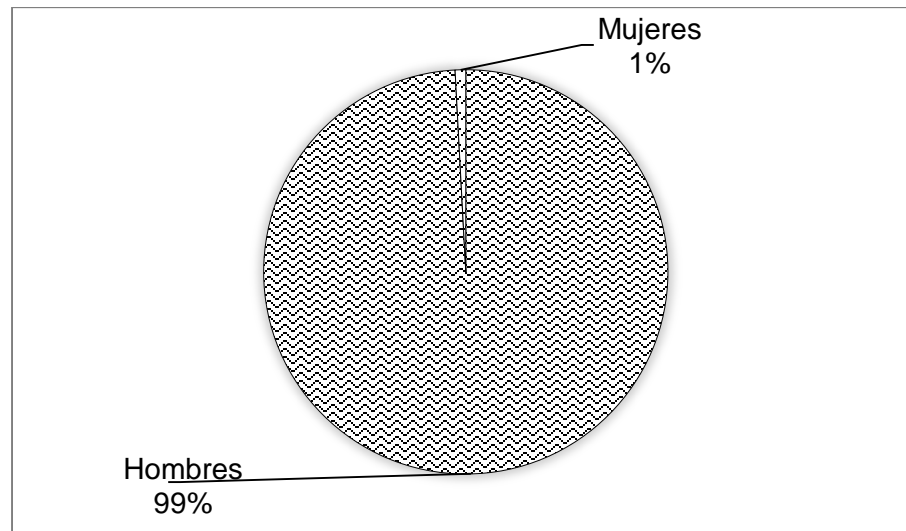
Se realizaron actividades psicoeducativas, enfocadas en las necesidades que presentaba cada uno de los equipos según las fechas del torneo clausura y apertura; al inicio del torneo fue importante reforzar los compromisos personales y grupales, afianzar la cohesión de equipo y la comunicación que se debe tener en la fase precompetitiva, competitiva y post-competitiva. Durante el intermedio de torneo se motivó a reestructurar los objetivos del grupo y evaluar su rendimiento deportivo.

Los talleres y charlas fueron dirigidos a los miembros del club social y deportivo Cobán Imperial y una actividad para aspirantes a bomberos voluntarios.

La mayoría de los asistentes fueron de género masculino, debido a que los equipos están conformados únicamente por hombres, asistieron algunas mujeres como parte de los aspirantes a bomberos de la compañía no. 82.

GRÁFICA 7

SEXO DE LA POBLACIÓN ATENDIDA EN DOCENCIA



Fuente: Investigación de campo. 2017

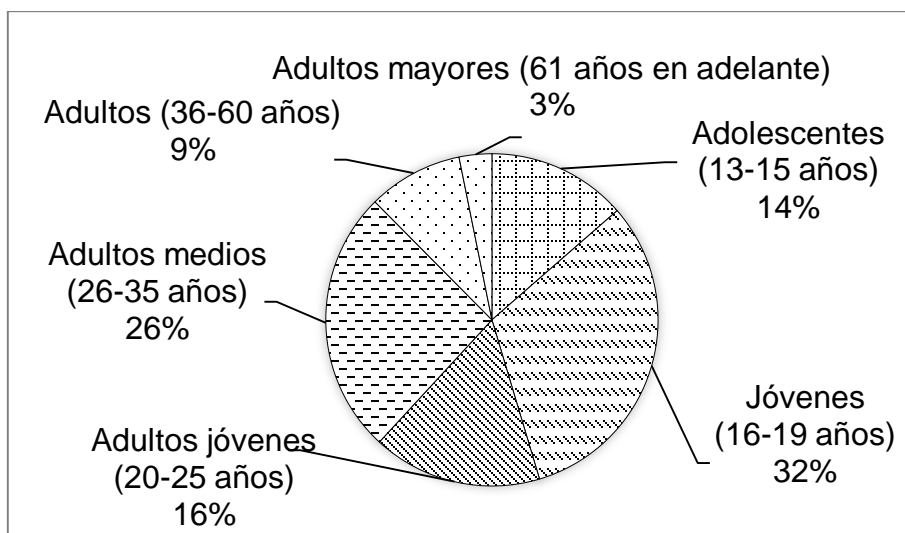
Interpretación

La mayor parte de talleres, charlas y cartel foro, fueron dirigidos a lo jugadores de las cuatro categorías, miembros de cuerpo técnico y fisioterapeuta del club, a este resultado se añaden la participación de jóvenes aspirantes a bomberos en la cual participaron únicamente dos mujeres.

En el mes de mayo, no había disponibilidad para programar una actividad de docencia en la unidad de práctica, ya que se encontraba finalizada la temporada 2016-2017, por ello se realizó un taller sobre autoestima, con jóvenes aspirantes a bomberos voluntarios de la 82cía. de Tactic, A.V.

GRÁFICA 8

EDAD DE LA POBLACIÓN ATENDIDA EN DOCENCIA



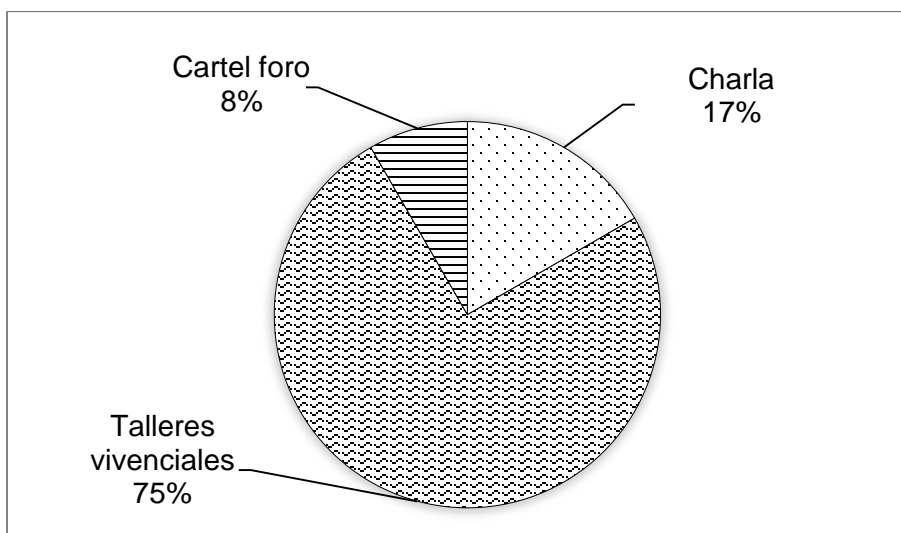
Fuente: Investigación de campo. 2017

Interpretación

En las actividades planificadas se obtuvo la participación de la categoría sub 15, que corresponden a adolescentes entre trece y quince años de edad, la sub 17 cuenta con jóvenes de dieciséis y diecisiete años, la sub 20 con edades entre dieciocho y veinte años; la categoría mayor tiene un rango de edad amplio, el jugador más joven tiene diecinueve años y el mayor treinta y tres años; la edad de los miembros del cuerpo técnico y médico de las cuatro categorías se encuentran en el rango de adultos y adultos mayores.

GRÁFICA 9

ACTIVIDADES REALIZADAS EN DOCENCIA



Fuente: Investigación de campo. 2017

Interpretación

Fueron ejecutadas doce actividades, entre ellas se registró: una charla con la categoría mayor, sobre el miedo al éxito.

El cartel foro de autoconocimiento, fue la primera actividad impartida a las categorías menores que permitió que los participantes dieran a conocer aspectos personales y deportivos de manera gráfica.

Seguido de talleres vivenciales para todas las categorías, la incursión de temas como: autoestima, identidad, compromiso, equipo de futbol, evaluación de objetivos; hicieron que los asistentes pudieran direccionar sus habilidades, metas, haciéndolos comprender la finalidad de cada tema.

CAPÍTULO 4

DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Aspectos generales

4.1.1 Título

Autorregulación emocional en jugadores de la categoría mayor del Club Social y Deportivo Cobán Imperial.

4.1.2 Carrera responsable

Por medio de la carrera de Psicología, específicamente a través del campo de la psicología deportiva.

4.1.3 Duración de la investigación

Este proceso duró ocho meses equivalentes al tiempo designado para el desarrollo del ejercicio profesional supervisado, a través de la observación dentro de la institución realizada en el mes de febrero y marzo, se determinó el tema a investigar y se inició la preparación teórica.

Durante junio y julio fue elaborado el diseño de investigación, que fue ejecutado en agosto y septiembre, en el mes de octubre se definieron las unidades de análisis y se interpretaron los datos obtenidos.

4.1.4 Ubicación programática

Se identifican elementos técnicos, teóricos y metodológicos establecidos por la Universidad de San Carlos de Guatemala.

4.1.5 Tipo de investigación propuesto

Es una investigación cualitativa con enfoque descriptivo, que se fundamenta en la observación y descripción del comportamiento de la población seleccionada, sin intervenir en su contexto.

4.1.6 Cronograma

TABLA 1
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	MES											INSUMO	
	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	Humano	Material	
Identificación y jerarquización de problemas	x											Jugadores y cuerpo técnico de la categoría mayor del CSD Cobán Imperial y epesista.	Lápices, hojas, guías de observación, entrevistas y bitácora.
Asesoría y revisión			x	x	x	x	x	x					
Elaboración del diseño			x	x									
Diseño de instrumentos				x	x								
Recolección y tabulación de datos							x	x					
Análisis e interpretación de resultados							x	x	x				
Conclusiones y recomendaciones								x	x				
Redacción de informe								x	x				
Entrega de informe										X			

Fuente: Investigación de campo. 2017

4.2 Aspectos específicos

4.2.1 Resumen

El objeto de estudio fue conocer las emociones que manifiesta el futbolista, el control que tienen sobre ellas y la manera en que las domina, en entrenamientos y partidos oficiales. Esto se debe que algunos jugadores se preocupan más por su condición física y no le dan la importancia necesaria al dominio y manejo de sus emociones.

La población fue intencional, esto debido a que se entrevistaron a cinco jugadores de la categoría mayor del club social y deportivo Cobán Imperial y al preparador físico, quienes comentaron a través de experiencias propias como es el control y regulación de emociones de un jugador profesional de fútbol.

Es de suma importancia para el club, debido que el jugador debe contemplar un buen manejo de sus emociones, para evitar conductas antideportivas que perjudiquen su profesión.

4.2.2 Planteamiento del problema

El club social y deportivo Cobán Imperial abrió el área de psicología para brindar atención a todas las categorías, ya que en años anteriores no contaban con profesionales o practicantes y en algunas ocasiones únicamente solicitaban a un psicólogo/psicóloga para la realización de talleres o charlas motivacionales dirigidas al equipo mayor.

Sin embargo, es importante acompañar a los jugadores dentro de los entrenos y partidos oficiales, para conocer su desenvolvimiento en el área deportiva y profesional.

A través del diagnóstico institucional, se encontraron diversas problemáticas dentro del Club Social y Deportivo Cobán Imperial, sin embargo, luego de entablar una conversación y primer acercamiento con el plantel de jugadores del equipo mayor que participa en la categoría principal del fútbol nacional.

En una conversación con el responsable del equipo, mencionó la falta de control de las emociones en varios jugadores, la manera en que las emociones se manifestaban durante las fases pre-competitivas y competitivas, habían algunos jugadores que enfrentaban una situación difícil y aun así, el rendimiento físico era bueno, al contrario de otros quienes actuaban de forma irritante durante todo el proceso. Fue observado el manejo inadecuado de las emociones en los entrenos que generaba un clima de intranquilidad y hostilidad para los demás implicados.

Las emociones son alteraciones rápidas del estado de ánimo que se experimentan, son provocadas por ideas, recuerdos o acontecimientos que producen reacciones inmediatas y permiten la actuación en función a lo que se siente en ese preciso momento. Se tomará como eje principal el control y regulación de manifestaciones emocionales.

Se conoce como el control emocional a la habilidad que tiene un individuo para gestionar de manera consciente las emociones, no es el exceso dominio o anulación de las mismas y la regulación emocional es la capacidad de ordenar las emociones para no afectar la salud emocional.

La información recopilada fue a través de cinco jugadores y un miembro del cuerpo técnico de la categoría mayor; uno de ellos

sudamericano y cinco de nacionalidad guatemalteca, provenientes de los departamentos de Alta Verapaz, Guatemala y El Progreso.

El equipo pertenece a la liga mayor, que es la máxima categoría del fútbol guatemalteco. Lo ideal sería que los jugadores actúen con profesionalismo y manejen sus emociones; el control inadecuado de las mismas provocaría actitudes o comportamientos que afecten su rendimiento deportivo.

Es importante conocer como el jugador es capaz de controlar una emoción y sobre todo la capacidad que tiene para regularla. El manejo de las emociones radica en el control y la regulación de las mismas, esto contribuye a mejorar el bienestar personal como las relaciones interpersonales.

4.2.3 Justificación del estudio

La emoción y cognición son procesos que tiene relación, al identificar el estímulo a través de la corteza visual se procesa la información en las áreas del cerebro, sin embargo, la corteza visual está ligada con la amígdala y es aquí donde se determina la capacidad emocional.

Se conoce como emoción a la reacción subjetiva al ambiente, para el ser humano una experiencia emocional involucra cogniciones que son utilizadas para percibir o valorar alguna situación. Existen teorías que dan a conocer las emociones como respuestas a una reacción fisiológica, sin embargo la teoría de Cannon-Bard, presenta que la emoción es producto de un estímulo y no está ligado directamente a una reacción fisiológica; por ejemplo si al jugador se le acelera el corazón no significa que sea porque siente miedo, sino que también es provocado por el deporte que práctica.

Al ser aplicado en el ámbito deportivo, específicamente el fútbol de liga nacional, se puede presentar como estímulo: golpes por parte del jugador rival, anotaciones o asistencias de goles, rendimiento personal, victoria o derrota de un partido; las situaciones anteriores podrían producir en el jugador una experiencia emocional agradable o desagradable.

Agradable porque provoca alegría, sorpresa o gozo y desagradable al producir tristeza, ira, culpa o preocupación. Esta última puede afectar al jugador y posteriormente al equipo, a través de lesiones, sanciones (tarjeta amarilla o roja) o sustituciones, que obstaculicen los objetivos grupales.

Por lo tanto, por medio de esta investigación se conocieron cuáles son las emociones que el jugador de fútbol profesional puede controlar y regular, ante diversos estímulos.

4.2.4 Marco teórico

a. Psicología

La etimología de la palabra Psicología proviene del griego Psiquis y Logos, al traducirse como su definición es tratado del alma. Se puede describir la psicología moderna como un estudio científico de la conducta humana, procesos mentales, sensoriales de un individuo; esta definición enfoca la parte cognitiva y conductual, según indica la psicología contemporánea.

Actualmente existen diversos campos de esta ciencia que son aplicables en diferentes áreas y la psicología del deporte es una de las que se observa en la actualidad.

b. Psicología del deporte

“La psicología del deporte es una ciencia en la que se aplican los principios de la psicología en el ámbito del deporte o a la actividad física. Generalmente estos principios se implementan para mejorar el rendimiento. Sin embargo, la verdadera psicología del deporte se interesa en mucho más que el rendimiento y considera que el deporte es un vehículo para el enriquecimiento humano”.⁴

Se establece que en el año 1925 la psicología deportiva nace, se le atribuye a Coleman Griffith el padre de la psicología del deporte en Estados Unidos. Este mérito fue por establecer el primer laboratorio dedicado a la psicología del deporte en la Universidad de Illinois también fue el primer psicólogo contratado por un equipo deportivo profesional.

Este campo de la psicología se ha extendido por todo el mundo con un desarrollo que ha superado las expectativas. La psicología deportiva se identificaba con estudios de psicomotricidad estos orientados a conseguir mejores prestaciones deportivas, pero también se daba mayor importancia al estudio de las motivaciones, a la asistencia psicológica para un mejor equilibrio del atleta.

Actualmente los psicólogos deportivos han ampliado enormemente el área de estudio y aplicación, al iniciar desde el estudio de la población deportiva y continuar con las posibilidades de mejora de la actuación.

⁴ Ricahrd H. Cox. *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones* (España: Editorial Médica Panamericana, S.A., 2007)5.

Su objetivo principal es la optimización de las capacidades mentales de los estados de ánimo y de la administración del estrés. Otros temas importantes son las investigaciones sobre la percepción en psicología, burn out y ansiedad. Es una materia dedicada al mejoramiento del rendimiento deportivo como de los aspectos sociales y psicológicos del enriquecimiento humano.

c. Emociones

Significa un estado de excitación o estremecimiento. Las emociones pueden iniciar con una cadena de conductas bastante complejas que van más allá de la simple aproximación o evitación. Si algo provoca ansiedad, podemos reunir información sobre ello y luego decidir acercarnos o alejarnos de lo que nos provoque. En ocasiones las emociones se parecen a los invitados no deseados.

Uno de los estudios más importantes para la identificación y clasificación de las emociones es de Robert Plutchik quien propuso que los seres humanos experimentan ocho categorías básicas de emociones que nos ayudan a motivar comportamientos de adaptación. Miedo, sorpresa, tristeza, repulsión, ira anticipación, alegría y aceptación; nos ayudan a ajustarnos a las exigencias del ambiente.

Varias emociones se combinan para producir una gama aún más amplia de experiencia. La anticipación y la alegría pueden convertirse en optimismo. La alegría y la aceptación pueden crear amor, la decepción es una mezcla entre sorpresa y tristeza.

En las ocho categorías propuestas, las emociones varían de intensidad, por ellos Plutchik menciona que hay solo ocho

categorías de emociones y dentro de ellas la intensidad varía y eso amplía la gama de emociones que sentimos, según los estímulos del ambiente.

La expresión de las emociones puede conocerse mediante una comunicación verbal y una comunicación no verbal. La verbal, se refiere a las veces en que no se quiere o no se puede comunicar las emociones con precisión, porque el individuo no las conoce y si las conocen, disminuye o negamos la emoción, sobre todo si esta es negativa. Comunicación no verbal, indica las acciones que el individuo realiza, a través de sus actos corporales se trasmite información ya sea por medio de las expresiones faciales, las posturas corporales, la entonación y la distancia física, por lo tanto podemos decir que el cuerpo es capaz de desmentir nuestros argumentos.

Toda manifestación facial es un dictador ostensible de las emociones, se puede saber mucho sobre el estado emocional de una persona al observarla, si sonríe, está molesto, llora, ríe o frunce el ceño.

Existen tres teorías fundamentales sobre la emoción:

- 1) Teoría de James –Langer, establece que la emoción es el resultado de reacciones viscerales o periféricas. La percepción es un estímulo lo que hace que el cuerpo pase por cambios fisiológicos que resultan ser la causa de las emociones.
- 2) Teoría de Cannon- Bard, esta sostiene que las emociones y las respuestas corporales ocurren no una después de otra, si no que simultáneamente.

- 3) Las teorías cognoscitivas, indican que la emoción resulta de la interacción de los procesos cognoscitivos y los fisiológicos.

Desde la perspectiva de las emociones, la competición deportiva envía muchas emociones que son generadoras de vivencias que demanda una alta dosis de pasividad.

Si admitimos que la práctica deportiva es una actividad humana, en ella el individuo obtiene y conquista valores, normas, patrones de conductas que adquieren aprendizajes.

La estabilidad y equilibrio emocional forma la base psicológica de un jugador de primera categoría cada deporte obtendrá un tipo de respuesta emocional diferente que varía en los distintos momentos del encuentro, y además cada jugador tiene un estilo o un temperamento específico. La emoción es una descarga involuntaria frente a los estímulos de la realidad, cada persona tiene una manera distinta de abordar situaciones conflictivas o estresantes. En el caso de los deportistas que se descontrolan si las cosas no le salen bien y agravan su situación deportiva.

El manejo de las emociones es una habilidad difícil de conseguir, se trata de integrar nuestras emociones en el pensamiento, en nuestra conducta para conseguir mejor rendimiento en la cancha.

Al momento de regular las emociones la información que nos proporcionan y canalizan adecuadamente nuestros sentimientos en función del estado dañino en que nos encontremos. Se debe de ser precavido en pensar que controlar es suprimir o reprimir las emociones. Existen situaciones donde es necesario ser parte

de malos momentos y aprender de ello para el desarrollo de jugadores.

4.2.5 Objetivos

a. General

Analizar la experiencia emocional de los jugadores de la categoría mayor del CSD Cobán Imperial; por medio de técnicas de investigación, para describir los aspectos relacionados con autorregulación emocional en la fase competitiva.

b. Específicos

- 1) Identificar las emociones que manifiestan los futbolistas durante la fase competitiva, a través de los instrumentos de investigación con el fin de comprender el fenómeno de estudio.
- 2) Describir la autorregulación emocional de futbolista a través su experiencia deportiva para determinar el dominio y manejo de sus emociones.

4.2.6 Hipótesis de la investigación

Si el jugador es capaz de controlar y regular sus emociones durante el partido oficial, aumentará la posibilidad de que su rendimiento deportivo profesional sea responsable y óptimo.

4.2.7 Metodología

Se ejecutó una investigación cualitativa, Hernández Sampieri menciona que el enfoque cualitativo utiliza la recolección de datos sin

medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación dentro del mismo proceso de investigación.

Es preciso mencionar que la investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entrono, detalles y experiencias únicas.

Basado en un diseño descriptivo Hernández, Fernández y Baptista, conceptualizan los estudios descriptivos como estudios que buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a un análisis.

La investigación cualitativa con diseño descriptivo mide aspectos o elementos del fenómeno investigado. Por ello, se deben elegir los conceptos relevantes para desarrollar la investigación correctamente. Estos estudios pueden brindar la posibilidad de realizar predicciones; su interés principal es medir la mayor precisión posible.

Por lo tanto, se buscó describir e interpretar como los jugadores de la categoría mayor del club Cobán Imperial logran controlar y regular de las emociones, durante la fase de competencia, en la cual se encuentran bajo la presión que ejerce el rival, las condiciones del campo, quarteta arbitral, el propio equipo, la junta directiva y la afición.

Esto se llevó a cabo por medio del muestreo homogéneo, ya que comparten un mismo perfil y características, lo cual impulsara a resaltar situaciones dentro del grupo investigado. Se utilizó un consentimiento informado para que los datos de los individuos sean resguardos de manera responsable.

4.2.8 Técnicas utilizadas en el proceso de investigación

Mediante la observación participativa, que es una técnica que consiste en la utilización del sentido de la vista para captar cualquier hecho, fenómeno o situación relativa a la investigación. Esta fue participativa, en la cual el investigador forma parte del grupo de estudio.

También la aplicación de entrevistas de preguntas abiertas. El investigador fue el responsable de planificar previamente las preguntas, mediante un tema establecido, secuenciado y dirigido.

La última técnica utilizada fue la bitácora también conocida como diario de campo, en ella se incluyeron datos acerca de la descripción del ambiente.

a. Instrumentos para registro y medición

Guía de observación participativa, es un instrumento que permite estar presente en las actividades de las personas en estudio dentro del área donde se desenvuelven. La entrevista, es una herramienta para intercambiar información, en ella el entrevistador realiza su labor con base en una guía de preguntas específicas y se sujeta exclusivamente a ésta y su orden. Dentro de la bitácora su función es documentar el procedimiento de análisis a través de anotaciones referentes al estudio aplicado.

b. Recolección de datos

Dentro de los entrenos y partidos se observó la conducta de cada uno de los jugadores y técnicos, así mismo como la aplicación de entrevistas de preguntas abiertas al plantel de

jugadores y entrenadores, estas se realizaron de manera individual para no interferir en las actividades deportivas, la entrevista cuenta con 11 preguntas abiertas las cuales fueron utilizadas para recolectar la mayor información que el jugador proporcione.

c. Análisis e interpretación de datos

En este inciso se utilizan nombres ficticios para mencionar experiencias de los jugadores del plantel, esto con el fin de resguardar su identidad.

Nuestra mente debe procesar estímulos del ambiente, compararlo con conocimientos anteriores y organizarlo, por ello se configuran las áreas y estructuras, y se forman los procesos cognitivos. Estos son procesos psicológicos, tienen relación con percibir, atender, recordar y pensar. De esta manera, facilitan la interpretación de estímulos. Los procesos superiores pertenecen a las habilidades de pensamiento y están presentes en las actitudes del individuo.

La emoción tiene relación con la cognición a través de su base biológica y es en el sistema límbico donde se procesan, las principales áreas involucradas son:

Amígdala, su conexión con el hipotálamo, el núcleo septal, el área prefrontal y el núcleo medio dorsal del tálamo, permite actividades afectivas como amistad o amor y expresiones como ira o el miedo. También ligada con las respuestas emocionales aprendidas. Esta el tálamo, a través de sus conexiones con los núcleos medios dorsal y anterior interviene en la regulación de emociones.

Hipotálamo, está involucrado con el placer y la ira, también es parte de la regulación de emociones, por su conexión con la glándula pituitaria. El tallo encefálico, es responsable de las reacciones emocionales.

Pero para describir el análisis de datos, es importante tener un concepto claro acerca de las emociones. La emoción, puede definirse como un estado afectivo. Su origen es innato y es influida por la experiencia.

Las emociones primarias como la ira, el miedo, la alegría, el amor, la sorpresa, el disgusto, el interés y la tristeza; son automáticas y cumplen su función en el organismo permite una reacción adecuada ante el estímulo.

Por lo tanto una emoción primaria no procesada, ni superada se convierte en una emoción secundaria y la asociación se desglosa como ira- rencor, miedo-ansiedad, amor-dependencia, entre otros.

Ocasionalmente el jugador no tiene pleno conocimiento acerca de sus emociones e incluso no identifica que siente. Esto le otorga la libertad de actuar de la forma más sencilla ante los estímulos externos y no permite que el proceso de autorregulación sea logrado adecuadamente, cuando el individuo actúa negativamente se le juzga por sus acciones antideportivas o a veces es felicitado; pero el deporte cuenta con reglas y disciplina que se pueden cumplir en su totalidad con una preparación mental y física.

Por consiguiente, el futbolista es un ser humano al que no se le puede apartar de sus emociones, porque a través de ellas se

refleja su mundo interior, vinculado con la cognición y la conducta.

Por medio de una triangulación de datos, que es la utilización de diferentes fuentes y métodos de recolección, se analizaron y se emitieron los siguientes resultados:

A través de una muestra intencional de cinco jugadores y un miembro del cuerpo técnico, que fueron seleccionados por la observación realizada en entrenamientos y juegos oficiales, durante el proceso de servicio.

En algunos de ellos, se observaba la dificultad para controlar y regular emociones, porque ponían en riesgo sus relaciones interpersonales, el respeto entre compañeros de equipo y otros que actuaban de una forma contraria, eran activos, respondían a los estímulos con emociones a través de un manejo adecuado de las mismas. Se seleccionó al profesor, por la empatía que genera con los jugadores y su comunicación con el plantel.

El jugador de fútbol profesional en la liga nacional no es ajeno a las manifestaciones emocionales. Este es un campo donde no todos aceptan la emocionalidad como parte esencial, debido que su prioridad es el estado físico, olvidándose de la manera en que deben actuar frente a las emociones y que esta no afecte a ninguno de los integrantes del equipo.

La experiencia de los jugadores acerca de cómo viven su emocionalidad es variada, ya que se encuentran emociones como la alegría, esta se puede percibir durante juego oficial, como lo mencionan los jugadores, quienes consideran que existe alegría por su trabajo. Es la esencia que no se pierde en el fútbol

el poder utilizar las habilidades para realizar el deporte que desde la infancia marcó su vida y ahora es su profesión.

El errar una jugada, un pase o un penal se convierte en enojo porque las cosas no sale según lo establecido por el técnico, esto es frustrante después de un juego perdido o un empate, ya que todos entrenan al máximo para dejar en la cancha el mayor esfuerzo, pero en el futbol se puede ganar, empatar o perder y las malas rachas dependerán de la capacidad mental o emocional que tenga el equipo.

Dentro del control emocional del equipo se reúnen diferentes criterios, debido a que algunas personas no controlan de forma asertiva sus emociones y reaccionan bruscamente ante un compañero, el rival, la afición, el cuerpo técnico o al árbitro. Es contraproducente porque no se aceptan las emociones, no se les da la atención que realmente se necesita para ellas.

El jugador en ocasiones se encuentra nervioso o no reconoce su estado emocional en el partido, el estado de incertidumbre que maneje puede perjudicar el rendimiento colectivo; porque si esta persona no sabe dominar su emoción, será víctima de la impulsividad y negatividad, el futbolista se desespera si a lo largo de tres jornadas no ha ejecutado un tiro de manera correcta o si los pases son errados. Si el jugador contempla esta idea no solo su rendimiento es afectado sino el resultado de un equipo, esas son las palabras que utilizó el futbolista que siente insatisfacción debido a sus emociones.

Sucede lo contrario con los jugadores que saben controlar sus emociones, mantiene tranquilidad, serenidad; uno de los jugadores menciona la importancia del control de las emociones

“Le digo a mi enojo que no es momento de que se manifesté. Es algo lo llena de satisfacción porque quiera que no a la hora de uno controlar eso o tranquilizarse las cosas le van a salir bien nuevamente”.⁵

A partir de las experiencias personales dentro del terreno de juego tanto en los entrenos, como partidos oficiales. Es importante el uso de frases en el plano mental que promuevan un control y regulación pertinente en el deportista, hay quienes tratan de repetirse frases motivadoras, otros tienden a hablarse a sí mismo dándose ánimos y quienes se repiten una palabra pero no le dan el valor adecuado; esto hace que el resultado no sea el deseado para el control de sus emociones.

Dentro de las observaciones al inicio del torneo se vio la tensión que existía cuando alguien se comunicaba de manera agresiva ante los demás, esto pone en riesgo el compañerismo tanto dentro como fuera de la cancha. También existían comentarios que eran ofensivos que repercutían en las emociones de los jugadores, sin embargo, actualmente la situación que antes era negativa ha tomado un rumbo distinto en la cual se ve marcado el compromiso de los jugadores como equipo, el compañerismo y apoyo mutuo.

La regulación emocional varía en la muestra, se pueden encontrar experiencias desagradables, como resultado de un inadecuado proceso de autorregulación, algunos jugadores indican que suelen enojarse con las conductas antideportivas del rival y cometen faltas que arriesgan el resultado del partido; el enojo inhibe una visión clara del juego y provoca

⁵ Gustavo López, Luisa Ochoa, (estadio José Ángel Rossi, octubre de 2017), grabación, (grabadora de voz).

desconcentración. Estas experiencias permiten conocer de manera simple, las causas y efectos de las conductas antideportivas.

En el equipo hay individuos que no regulan sus emociones adecuadamente y jugadores que experimentan sus emociones positivamente, por ejemplo:

“En un partido, termina pues yo ya me siento satisfecho, contento de que por x o y razón sucedió algo y yo hubiera expresado eso; capaz y no hubiera pasado nada, entonces me siento contento a la hora de no haber hecho eso en el partido. Porque cuando uno está en el partido igual por lo caliente del partido uno quiere expresar o decir tantas cosas que despuesito uno se arrepiente entonces es como una satisfacción de poder controlar esas emociones”.⁶

Ante una derrota el jugador es capaz de autoevaluar su rendimiento y establecer objetivos para el próximo partido, con el fin de desempeñarse de una mejor manera, para que no exista remordimiento por haber hecho las cosas mal o que el jugador se considere el partido como un fracaso no solo grupal si no también individual. Estos argumentos pueden predisponer negativamente el rendimiento del futbolista en la próxima jornada.

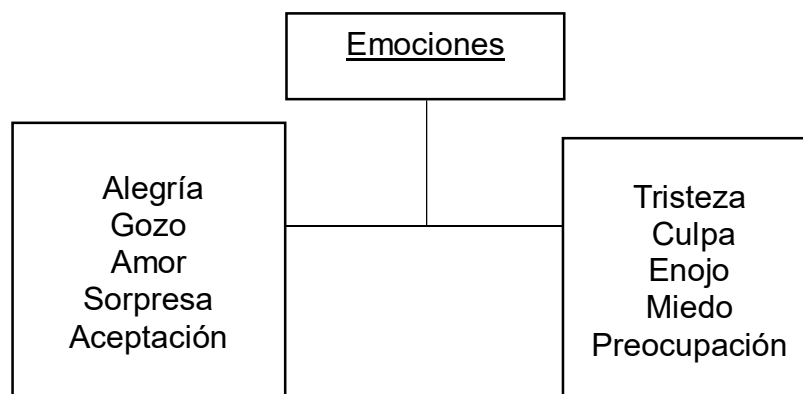
Estos son aspectos que invitan al jugador a no perder el dominio en ellas, ya que las experiencias emocionales del individuo se manifestarán a lo largo de su carrera profesional, pero dependerá de ellos buscar ayuda para mejorar su salud emocional.

⁶ Gustavo López, Luisa Ochoa, (estadio José Ángel Rossi, octubre de 2017), grabación, (grabadora de voz).

Por lo tanto, el control y regulación de las emociones en los jugadores puede ser de beneficio en el rendimiento del jugador, es necesario que tengan conceptos claros y técnicas que cumplan con promover una salud emocional adecuada. Ya que el jugador es un individuo que no solo se da a conocer en la cancha si no en diferentes ambientes en los cuales puede promover las manifestaciones emocionales de la manera adecuada.

ESQUEMA 2

EMOCIONES QUE MANIFIESTAN LOS JUGADORES EN LA FASE PRECOMPETITIVA Y COMPETITIVA



Fuente: Investigación de campo. 2017

4.2.9 Resultados esperados y su impacto

Luego de administrar los instrumentos citados anteriormente, se describe como el jugador de futbol profesional del club social y deportivo Cobán Imperial controla y regula manifestaciones emocionales. Se logró determinar algunos de los estímulos que percibe el futbolista, que en ocasiones es utilizada como una excusa para actuar deliberante y que detiene el proceso automático de las emociones.

Se considera que el impacto de esta investigación, sea de interés para las personas que están relacionadas con el deporte, específicamente con el fútbol de liga nacional y así se reconozca al jugador como un ser integral, a quien no se le puede separar de sus emociones; al contrario a los jugadores a quienes se les dificulta el proceso, se le deben presentar alternativas para su dominio y manejo, esto mejorara proporcionalmente su rendimiento deportivo y su cotización en el mercado laboral.

4.2.10 Aspectos éticos y de ambiente

Debido a la naturaleza de la investigación, esta no requiere de experimentos directos que involucren a seres humanos, animales, tejidos o productos biológicos; no se hace necesario contar con el aval de la Dirección Regional del Área de Salud, antes de su aprobación final.

Tampoco se involucra el manejo de recursos naturales (flora y fauna) o manejo del ambiente, por ello no se hace necesario contar con una carta de no objeción de la Dependencia Regional del Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales.

Sin embargo, fue aplicado el consentimiento informado a los jugadores y preparador físico, quienes autorizaron utilizar la grabación para fines de investigación.

4.2.11 Publicaciones y divulgación

Fueron entregadas tres copias del informe del proceso de investigación, uno en el Club Social y Deportivo Cobán Imperial, uno más a la carrera de psicología y en la presentación del seminario final de EPS.

4.3 Estrategia

4.3.1 Presupuesto

TABLA 2
PRESUPUESTO DE LA INVESTIGACIÓN

Material	Costo	
Fotocopias	Q	40.00
Lápices	Q	25.00
Lapiceros	Q	25.00
Impresiones	Q	25.00
Transporte	Q	100.00
Costo de la investigación	Q	1 500.00
Total	Q	1 715.00

Fuente: Investigación de campo. 2017

4.3.2 Recursos empleados en la investigación

La investigación se llevó a cabo con cinco jugadores y un miembro del cuerpo técnico, que pertenecen a la categoría mayor del club y una epesista de la institución. Se utilizaron fotocopias de consentimientos informados, entrevistas, guías de observación y bitácora.

CONCLUSIONES

1. Los programas ejecutados en el Ejercicio Profesional Supervisado, orientaron a los miembros del Club Social y Deportivo Cobán Imperial en el reforzamiento de su integralidad como ser humano; conformada por aspectos personales, profesionales, sociales y culturales.
2. La psicoterapia permitió que el paciente fuera capaz de generar pensamientos positivos, que mejoraron su desenvolvimiento personal y las relaciones intrapersonales e interpersonales. En el perfil psicológico se registraron aspectos motivacionales, emocionales y conductuales, que orientaron al jugador para optimizar su rendimiento deportivo. .
3. Se fortaleció la comunicación, cohesión de grupo, identidad, compromiso, autoestima, de los jugadores y el cuerpo técnico como parte del su crecimiento integral, por medio de charlas, talleres y cartel foro.
4. Se identificaron las emociones que los jugadores experimentaron en la fase competitiva. Se analizó el comportamiento de los futbolistas, algunos de ellos fueron capaces de autorregularse adecuadamente y mejorar su rendimiento deportivo durante el partido; a otros jugadores se le dificultó este proceso, lo que provocó desconcentración y conductas antideportivas.

RECOMENDACIONES

1. La junta directiva debe considerar la inclusión permanente de un profesional de la Psicología como miembro del plantel, para atender las necesidades de orden psicológico, y coadyuvar en la implementación de estrategias como la evaluación mensual de rendimiento físico y motivacional, psicoterapia o talleres, que optimicen el rendimiento físico y motivacional de los jugadores del club.
2. Al cuerpo técnico, implemente un expediente por cada jugador de las categorías menores y mayor del club, que incluya el perfil psicológico, proceso psicoterapéutico y registro de rendimiento físico, táctico y técnico para mejorar su desempeño personal y profesional.
3. La junta directiva debe adquirir los servicios de un profesional, para desarrollar talleres o charlas, que propicien el crecimiento integral de los jugadores, para complementar su formación deportiva y buscar que su desenvolvimiento en el terreno de juego sea el adecuado.
4. Al cuerpo técnico y junta directiva se les recomienda considerar la contratación de un profesional en el área de psicología, que oriente a los jugadores a través de técnicas de afrontamiento, relajación u otras, para lograr una mayor autorregulación de sus emociones. Esto beneficiará el rendimiento físico y emocional, y contrarrestará actitudes antideportivas que perjudiquen la carrera profesional de los futbolistas.

BIBLIOGRAFÍA

- American Psychiatric Association –APA-. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-V*. México: Editorial Médica Panamericana, 2014.
- Báez y Pérez de Tudela, Juan. *Investigación cualitativa*. España: ESIC Editorial, 2009.
- Beyebach, Mark y Marga Herrero de Vega. *200 tareas de terapia breve*. España: Herder, 2010.
- Casacov, Eduardo. *Introducción a la psicología*. Córdoba, Argentina: Editorial Brujas, 2005.
- Cobán y sus costumbres. <https://cobanysuscostumbres.blogspot.com> (23 de febrero de 2017).
- Consuegra Anaya, Natalia. *Diccionario de psicología*. Bogotá, Colombia: Ecoe Ediciones, 2010.
- Cox, Richard H. *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones*. España: Editorial Médica Panamericana, 2007.
- Esquivel, Wilfredo Denies. *Entrenamiento del cerebro del atleta: enfoque psicopedagógico*. Guatemala: Litografía & Imprenta Apolo, 2003.
- Goleman, Daniel, Et al. *Primal leadership: learning to lead with emotional intelligence*. Estados Unidos de América: Harvard business school press, 2002.
- Hernández Catalán, Thelma A. *Compendio: Técnicas proyectivas menores*. Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala, 1996.
- Hernández Sampieri, Roberto, Et al. *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill, 2010.
- Instituto Nacional de Estadística –INE-. *Población por departamento. Censos Nacionales integrados IX de población y VI de habitación*. Guatemala: INE, 2002.

----- . *Caracterización departamental: Alta Verapaz 2013*. Guatemala: INE, 2014.

Mestre Navas, José Miguel. *La regulación de las emociones: una vía a la adaptación personal y social*. Madrid, España: Ediciones Pirámide, 2012.

Misión y visión del Club Social y Deportivo Coban Imperial. <https://www.facebook.com/CSDCobanImperial> (23 de febrero de 2017).

Morris, Charles G. *Psicología: un nuevo enfoque*. Estados Unidos de América: Prentice-Hall, 1987.

Pallarés Querol, Miguel. *Emociones y sentimientos: donde se forman y como se transforman*. España: Marge Books, 2010.

Redorta, Josep, Et al. *Emoción y conflicto: aprenda a manejar las emociones*. España: Ediciones Paidós, 2006.

Reyes Ortega, Michel André. *Regulación emocional en la práctica clínica: una guía para terapeutas*. México: Editorial El Manual Moderno, 2016.

Ruiz Sánchez, Juan José y Justo José Cano Sánchez. *Las psicoterapias*. España: Ediciones Úbeda, 2003.

Tamorri, Stefano. *Neurociencias y deporte: psicología deportiva procesos mentales del atleta*. España: Editorial Paidotribo, 2004.

Traje típico de Cobán. <https://www.degaute.com/artman/publish/cultura-vestimenta-guatemala/trajes-tipicos-de-coban-alta-verapaz.shtml#.WMhrXYHhC1s> (24 de febrero de 2017).

Valdés Casal, Hiram M. *La preparación psicológica del deportista: mente y rendimiento humano*. España: INO Reproducciones, 2002.

V.º B.º



Margarita Pérez Cruz
Bibliotecaria General
CUNOR



ANEXOS

FOTOGRAFÍA 1
CATEGORÍA MAYOR CSD COBÁN IMPERIAL



Tomada por: Sergio Hernández. 2017

FOTOGRAFÍA 2
CATEGORÍA SUB 20 CSD COBÁN IMPERIAL



Tomada por: Sergio Hernández. 2017

No. 008-2019

El Director del Centro Universitario del Norte de la Universidad de San Carlos de Guatemala, luego de conocer los dictámenes de la Comisión de Trabajos de Graduación de la carrera de:

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Al trabajo titulado:

INFORME FINAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO, REALIZADO EN EL CLUB SOCIAL Y DEPORTIVO COBÁN IMPERIAL, UBICADO EN COBÁN, ALTA VERAPAZ

Presentado por el (la) estudiante:

LUISA FERNANDA OCHOA MILIÁN

Autoriza el

IMPRIMASE

Cobán, Alta Verapaz 14 de enero de 2019.

Lic. Erwín Gonzalo Eskenasy Morales
DIRECTOR



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
Centro Universitario del Norte
Km 210 Finca Sachamach, Cobán Alta Verapaz