

# COHESIÓN DE EQUIPO

Es una variable psicológica de gran importancia en los deportes colectivos.

Para Carron, Brawley y Widmeyer “es un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido con la finalidad de conseguir sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros”. Esta perspectiva refleja la naturaleza multidimensional, no estática y emotiva del concepto.



Hay que distinguir entre dos disposiciones:

a).- La dimensión social de la cohesión (los aspectos sociales de la pertenencia al equipo)

Se basa en las *relaciones subjetivadas* o preferencias personales de los miembros del equipo deportivo.

b).- La dimensión deportivo/competitiva de la cohesión (los aspectos de tarea, u objetivo, del equipo)

Basada en las *relaciones objetivadas*, es decir, del proyecto deportivo en función del cuál el grupo existe.

Para la conveniente articulación de un grupo deportivo, deben dominar las relaciones objetivadas sobre las subjetivadas.

---

Durante la temporada o periodo competitivo determinado en el que nos hallemos, debemos encontrar el nivel conveniente de cohesión social y de tarea, de forma que podamos obtener los beneficios que la cohesión de equipo nos puede proporcionar.



El sistema conceptual de cohesión de Carron señala que existen 4 antecedentes principales que afectan al desarrollo de esta variable en el ámbito del deporte:

- *Factores ambientales.* Son las fuerzas normativas que mantienen juntos a los miembros de un equipo.
- *Factores personales.* Aquellas características individuales que pueden influir en la cohesión como pueden ser la motivación para participar, las actitudes o el nivel de compromiso con el equipo.
- *Factores de equipo.* Corresponden con las normas de productividad, el deseo de éxito, la eficacia colectiva o las experiencias de compromiso con los roles.
- *Factores de liderazgo.* Estilos y conductas de liderazgo que exhiben los deportistas.

Estos factores conducen al equipo a la cohesión de tarea y a la cohesión social necesaria para obtener los resultados individuales o de grupo planificados.

### **BIBLIOGRAFÍA.**

- José María Buceta: "Intervención específica en deportes de equipo". Apuntes del Master de psicología de la actividad física y del deporte. UNED.
- Garcés de los Fayos, E.J.; Olmedilla A.; Jara P. (2006): Psicología y deporte. CAP 12. El funcionamiento de los equipos deportivos: Dinámica externa e interna y liderazgo deportivo. Alexandre García-Mas.

Autor: J. Enrique Rincón. Psicólogo Deportivo.