



## DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y VALORES EN ADOLESCENTES MEDIANTE LA PRÁCTICA DEPORTIVA DEL BALONCESTO.

### DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND VALUES IN ADOLESCENTS THROUGH TRAINING OF BASKET BALL

Luis Fernando Martín-Fernández<sup>1</sup>, Rosa-María Rodríguez-Jiménez<sup>1</sup>, Ana de Cevallos Rodríguez<sup>1</sup>, Sonia García-Merino<sup>1</sup>  
Universidad Europea de Madrid<sup>1</sup>

Correspondencia: Rosa-María Rodríguez-Jiménez.  
rosamaria.rodriguez@universidadeuropea.es

#### RESUMEN

En este trabajo se presentan los resultados obtenidos del proyecto “Crece en Equipo” en relación a valores y aspectos emocionales. El proyecto se llevó a cabo durante el curso 2015-2016 en colaboración con la Fundación Mahou y la Fundación Balia; el objetivo general era el desarrollo de valores, inteligencia emocional y bienestar personal a través de un programa de entrenamiento de baloncesto con jóvenes entre 12-16 años en riesgo de exclusión social. Los participantes realizaron entrenamientos y competiciones semanales, *masterclass* y otras actividades. Se analizó el desarrollo de aspectos emocionales y valores mediante metodología cualitativa, con una recogida de datos llevada a cabo a través de diarios reflexivos y sesiones de *focus-group*, que fueron grabadas en audio. Los resultados mostraron asociaciones significativas entre diferentes aspectos de la inteligencia emocional, las relaciones interpersonales y el desarrollo de valores. En particular, el análisis cualitativo permitió a partir de la saturación de la información recogida extraer cuatro metacategorías: comunicación, trabajo en equipo, inteligencia emocional y satisfacción con el programa. Los participantes señalan ha-

ber aumentado su grado de autoco-  
nocimiento así como su satisfacción  
con el programa. Los resultados  
permitieron conocer en profundidad  
el proceso y detectar áreas de mejora  
para sucesivas ediciones.

**PALABRAS CLAVE:** baloncesto;  
inteligencia emocional; valores; me-  
tología cualitativa.

#### ABSTRACT

In this paper, results of the project “We grow together” regarding values and emotional characteristics are presented. The project was carried out during the course 2015-2016 in conjunction with Foundation Mahou and Foundation Balia. The aim of the project was the development of values, emotional intelligence and well-being through an educational program of basket-ball. Participants were middle adolescents under social risks. They took part in weekly training sessions, competitions, *masterclass* and other activities. The development of values and emotional intelligence was analysed using qualitative methodology. Data were collected through reflexive diaries and *focus-group* sessions which were registered in audio format. Results showed clear connections among emotional intelligence, personal rela-



tionships and values. Specifically, four big categories were extracted: communication, teamwork, emotional intelligence and program satisfaction. Self-knowledge seems to be increased according to the evidences. Participants also showed a high level of satisfaction with the entire program. Results allowed to know the process in depth and to detect areas of improvement for future editions.

**KEY WORDS:** basket-ball; emotional intelligence; values; qualitative methodology.

## INTRODUCCIÓN

La importante influencia de la actividad deportiva en la sociedad de hoy, dado el enorme valor potencial en muchos de nuestros ámbitos y entornos en los que nos movemos (educativo, salud-bienestar y ocio) es indudable. Cuando nos enfrentamos a un entrenamiento deportivo, existen muchas variables que se ven implicadas en él y que se integran tanto en el plano motor, cognitivo, como el afectivo (Segura, 2006). Estas variables se correlacionan de tal forma que, pueden ayudar o bien obstaculizar el propio entrenamiento, tanto en el rendimiento como en el resultado, e incluso son extrapolables a otros entornos de la vida como el social o el familiar (Escartí et al., 2009).

En consecuencia, el deporte puede usarse como herramienta para adaptar intervenciones en todas aquellas variables implicadas en la actividad física y que no se pueden trabajar desde otras disciplinas por falta de medios, logística, adherencia, etc., logrando resultados muy positivos dentro de determinados sectores de la población, como es el

caso de presente estudio, adolescente en riesgo y/o situación de exclusión social (Rodríguez, 2004). La práctica deportiva ha demostrado aportar muchas ventajas a nivel emocional, de tal manera que las emociones positivas (alegría, diversión, felicidad) prevalecen sobre las negativas (ira, miedo, tristeza, frustración) y ambiguas (sorpresa, esperanza, compasión), quedando éstas relegadas a un segundo plano cuando se trata de juegos competitivos y colaborativos (Lavega et al., 2011). Las sensaciones placenteras extraídas del deporte, concebidas dentro de la educación emocional y en valores, pueden orientarse hacia una mejora del bienestar personal y social de los individuos (Escartí et al., 2009).

“Crecemos en equipo” nace de la necesidad de crear un programa de educación en valores y emociones a través del deporte y el ocio saludable como herramienta para mejorar la calidad de vida de los adolescentes. Cerca de un centenar de jóvenes entre 12 y 16 años, de diez nacionalidades diferentes y residentes en barrios seleccionados de Madrid y Guadalajara formaron seis equipos de baloncesto según las categorías infantil y cadete, y divididos por sexos. Sus entrenadores eran jóvenes, que como ellos, participaron en proyectos parecidos de la Fundación Balia hace unos años, aspecto que incrementa la motivación de los chicos siendo éstos su referente. Aparte de sus entrenamientos y competiciones semanales, contaron con *masterclass* impartidas por ex deportistas de élite y paraolímpicos, talleres y jornadas de multideporte, con el apoyo del Consejo Superior de Deportes.



El proyecto se enmarca dentro del compromiso de la Fundación Mahou San Miguel, en colaboración con la Fundación Balía, con el fin de dar oportunidades a los que presentan mayores dificultades. Con el objetivo de evaluar el impacto del proyecto en los participantes, se incorporó la Universidad Europea de Madrid, a través de una cátedra de investigación. Se realizaron test físicos y se evaluó la mejora en inteligencia emocional y en el desarrollo de valores a lo largo del programa con el fin de conseguir los siguientes objetivos:

1. Mejora del bienestar desde el punto de vista físico (medida de capacidades físicas y habilidades personales).
2. Mejora del bienestar desde el punto de vista emocional (inteligencia emocional, satisfacción personal percibida y generalización en otros contextos).

Se trataba de utilizar la formación deportiva para complementar la formación de los adolescentes en materias como la inteligencia emocional y el desarrollo de valores, pero al mismo tiempo inculcar el deporte como una alternativa de ocio y hábitos saludables que se convirtiese así en una herramienta para el crecimiento personal. Igualmente se pretendía que los hábitos, conductas y valores incorporados trascendiesen la mera práctica deportiva trasladándose a otros contextos (familia, escuela, barrio). Los resultados en referencia al objetivo 2 son los presentados en este artículo.

## MÉTODO

La metodología elegida inicialmente para medir el objetivo 1 fue de tipo mixto. Por una parte, se preten-

día medir el nivel de inteligencia emocional mediante un procedimiento pre-post test mediante el Test de Inteligencia emocional de la Fundación Botín para adolescentes (adaptación del Test MCEIT de Inteligencia Emocional de Salovey y Meyer, 1983). Dicho test se pasó a los participantes al principio del programa, pero se descartó su utilización al finalizar el mismo por dos motivos: por una parte, el momento pre-test no fue previo al inicio de los entrenamientos en sí; y por otra parte, la muestra de participantes no era homogénea. La Fundación Balía se encargó asimismo de evaluar la satisfacción del programa al finalizar el mismo.

Por otra parte, se decidió analizar el impacto del programa en relación a los aspectos emocionales y al desarrollo de valores mediante metodología cualitativa, puesto que ésta es la más adecuada cuando lo que se pretende es reflexionar y comprender el proceso en su globalidad. La recogida de datos en este caso se realizó mediante diarios reflexivos y *focus-group*. Los diarios reflexivos se rellenaban una vez al mes, en un tiempo de asamblea entre participantes y entrenadores. Los participantes disponían de un guión sencillo, a modo de entrevista semi-estructurada que les guiaba a la hora de poder reflexionar sobre el proceso. Con el objetivo de garantizar la confidencialidad los participantes empleaban un pseudónimo en los diarios reflexivos. En Figura 1 se presenta dicho cuestionario. Los *focus-group* se realizaron dos veces durante el desarrollo del programa. En dichas reuniones (de duración máxima 60'), tanto entrenadores como participantes dialoga-



ban sobre el programa. En estos *focus-group* un grupo de investigadores registraba con material de audio las reflexiones realizadas, una vez obtenidos los permisos y autorizaciones necesarios. Con el objetivo de dar algo de estructura y ayudar a los

entrenadores a dinamizar el *focus-group* se diseñó un pequeño guión que se presenta en la Figura 1, y para que las reuniones fueran más efectivas, se llevó a cabo una sesión de formación a los entrenadores.

**Figura 1:** Guión para la dinamización de los focus-groups.

<p><b>FOCUS GROUP “CRECEMOS EN EQUIPO”</b></p> <p style="text-align: right;"><b>Fecha:</b> .....</p> <p>Este guión pretende tan solo ayudar a organizar el tiempo del focus group, y dar algo de estructura. Es importante tratar de que los participantes no hablen a la vez, y de que intenten ser lo más concretos posibles a la hora de hablar. Al mismo tiempo, se debe dejar tiempo para que puedan exponer preocupaciones y sugerencias, evitando que una única cuestión monopolice todo el tiempo disponible. También, es importante recalcar que todas las opiniones (jóvenes y entrenadores) son igualmente valiosas para nosotros.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Cómo consideráis que se están desarrollando los entrenamientos?</li><li>2. ¿Qué problemas habéis detectado si es que ha surgido alguno?</li><li>3. ¿Cómo se han solucionado dichos problemas? ¿Creéis que se han solucionado del modo correcto o creéis que se debería haber hecho de otro modo?</li><li>4. ¿Cómo es la relación entre los participantes y entre ellos y los entrenadores?</li><li>5. ¿Qué es lo que más os gusta de todo lo que estáis haciendo?</li><li>6. ¿Qué es lo que menos os gusta?</li><li>7. ¿Creéis que estáis aprendiendo algo que os sirva para vuestro día a día (con la familia, en el colegio,....)? ¿El qué?</li></ol>
---

## RESULTADOS

Los resultados fueron obtenidos mediante análisis de contenido. Para ello, una vez transcrita toda la información obtenida a través de los diarios reflexivos y los focus-group, se siguieron las siguientes fases:

1. Lecturas sucesivas del material transcrito.
2. Codificación de las evidencias (participantes y/o entrenadores; lugar de entrenamiento; diario reflexivo /focus-group; fecha).
3. Identificación de unidades de significado.
4. Extracción de temas.

5. Organización de estos temas en sub-categorías hasta la saturación de contenidos.

6. Establecimiento de categorías y metacategoría. Esta fase se realizó mediante el empleo de triangulación; este método consiste en la participación de un nuevo investigador que haya estado ajeno al proceso y que comparta la discusión de resultados.

La metodología cualitativa se diferencia de la cuantitativa en que el análisis de datos no se realiza al finalizar el proceso, y una vez se dispone de toda la información. Es un método en el que a modo de “espiral” se realiza análisis de datos a



y recogida de los mismos en paralelo. Éste fue el procedimiento a seguir en este caso. Finalizado el análisis de datos se extrajeron cuatro metacategorías y las categorías indicadas a continuación. Se aportan las definiciones tomadas en consideración para la organización de la información disponible, al igual que algunas evidencias representativas de las categorías encontradas. Para la codificación de las evidencias se utilizaron las siguientes siglas: Participante (P)/ Moderador (M)/ Entrenador (E)/ Moderador y Entrenador (M-E); Infantil (inf)/ cadete (cad); Masculino (masc)/ femenino (fem)/ masculino y femenino (masc-fem); Latina/ Tetuán/ Guadalajara; Día/ mes/ año; Focus Group (FG)/ Diaria Reflexivo (DR).

**Metacategoría 1: COMUNICACIÓN:** Proceso que consiste en la transmisión de información entre un emisor y un receptor que decodifica e interpreta un determinado mensaje.

**Categorías:**

**Características:** engloba la cualidad o circunstancia que es propia o peculiar de una persona o una cosa y por la cual se define o se distingue de otras de su misma especie.

**Valor de la comunicación:** cualidad de lo que resulta importante en el ámbito de la comunicación en este contexto.

**Establecimiento de normas:** procedimiento que refleja la regla que debe ser respetada y que permite ajustar ciertas conductas o actividades.

**Tabla 1.** Metacategoría Comunicación, junto con sus categorías y algunas evidencias.

METACATEGORÍA	CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	EVIDENCIAS
COMUNICACIÓN	Características	Libertad de expresión	"podéis decir lo que pensáis siempre y cuando, de manera educada, ¿vale? pero deciros que pensáis libremente" (M, cad, fem, Tetuán, 11/5/16, FG).
		Distintos estilos	"si, pero aquella vez que perdimos un partido por tu culpa" (P, inf, masc-fem, Latina, 23/2/16, FG).
	Valor de la comunicación	Incitación a participar	"¿alguien más que quiera opinar sobre ello? Recordad que quiero participación" (M-E, cad, masc-fem, Guadalajara, 25/2/16, FG).
		Comprensión	"yo entiendo que tu tengas problemas en casa, pero tu entiendo que una vez que llegues aquí, yo estoy aquí todo el rato, gastando bromas" (E, inf, fem, Latina, 10/5/16, FG).
	Establecimiento de normas	Apelación a las normas	"sin insultos ni malas palabras y luego es importante escucharse y respetarse los turnos de palabras" (M, cad, fem, Tetuán, 11/5/16, FG).

**Metacategoría 2: TRABAJO EN EQUIPO:** competencia relacionada con el hecho de que un número de personas con capacidades complementarias, comprometidas con un propósito, realizan una tarea conjunta.

**Categorías:**

**Diferenciación grupal:** Posicionamiento de un grupo con respecto a otro desde una perspectiva de identidad social, y de comparación social. El propio grupo (endogrupo) es



reforzado a través de las comparaciones que realizan sus miembros con respecto a los otros (exogrupo).

**Dificultades:** Problemas, inconvenientes o barreras que se han de superar.

**Aprendizaje:** Proceso de asimilación de información mediante el cual se adquieren nuevos conocimientos, técnicas o habilidades.

**Práctica deportiva:** realización de una actividad física reglamentada, en

este caso baloncesto, normalmente de carácter competitivo, que puede mejorar la condición física de quien lo practica.

**Valores:** Principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas. Creencias fundamentales que nos ayudan a elegir un comportamiento u otro.

**Evolución del trabajo en equipo:** Proceso de cambio del grupo en el tiempo

**Tabla 2 (I).** Metacategoría Trabajo en equipo, junto con sus categorías y algunas evidencias.

METACATEGORIA	CATEGORIA	SUBCATEGORIA	EVIDENCIAS
TRABAJO EN EQUIPO	Diferenciación grupal	Endogrupo	"No hay como que, solo un equipo, hay las que vienen y las que no. Las que vienen pues bien, y las que no, pues no vendrán" (P. cad. fem. Toluá, 11/5/16, FG).
		Exogrupo	"cuando viene alguien nuevo, pues eeeing, me cuesta aceptarla" (M. cad. fem. Toluá, 11/5/16, FG).
	Práctica deportiva	Entrenamientos	"es super cansado en intentar conseguir un nivel de concentración en el entreno para que sea efectivo" (M. inf. fem. Latina, 10/5/16, FG).
		Partidos	"el último partido nadie se picó y jugamos bastante bien" (P. inf. masc. Latina, 5/6/16, DR).
	Dificultades	Exigencia	"Son muy competitivas, no nos gusta perder" (P. inf. fem. Latina, 26/1/16, DR).
		Compromiso	"Que no hay compromiso, y falta mucha gente" (P. cad. fem. Toluá, 30/3/16, DR).
		Relaciones desadaptativas	"con algunas bien y con otras no, porque inventan cosas para que nos llevemos mal" (P. cad. fem. Guadalajara, 29/3/16, DR).
		Contacto físico	"parecía que os peleabais todas contra todas y parecía un combate de gladiadores" (M-E, cad. fem. Guadalajara, 12/5/16, FG).
	Aprendizaje	Soluciones	"que han surgido problemas por fallos que han ocurrido en los partidos y se han solucionado pues hablando todos en grupo, reconocimiento los errores" (P. cad. masc-fem. Guadalajara, 25/2/16, FG).
		Autoconocimiento	"he aprendido a ver lo que hay detrás de eso, los problemas personales que puede tener cada una" (M-E, cad. fem. Guadalajara, 12/5/16, FG).
		Autocontrol	"hay que entender que si te dan no es con intención, y es verdad que a veces sierta mal. Pero bueno, hay que saber autocontrolarse y creo que vosotros lo hacéis muy bien" (M. inf. fem. Latina, 10/5/16, FG).
	Evolución	Técnicas deportivas	"Que cada vez aprendo más entrenando" (P. cad. fem. Toluá, 27/1/16, DR).
		Mejoras a lo largo del año	"La mejora que experimenta el equipo gracias a los ejercicios variados" (P. cad. fem. Toluá, 29/2/16, DR).
Posibilidad de mejorar		"tengo que mejorar, practicar más" (P. cad. masc. Guadalajara, 12/5/16, FG).	
Ninguna mejora		"No estoy mejorando. Estoy igual o peor" (P. cad. fem. Toluá, 30/3/16, DR).	



**Tabla 2 (II).** Metacategoría Trabajo en Equipo, junto con sus categorías y algunas evidencias.

Valores	Responsabilidad	-“creo que eso es una responsabilidad vuestra” (M cad fem, Tetuán, 11/3/16, FG).
	Compañerismo	-“el hecho de unirse todos, para un mismo objetivo también sirve para muchas cosas” (P, cad, masc-fem, Guadalajara, 25/2/16, FG).
	Respeto	-“que si queremos que los rivales nos respeten, también nos tenemos que respetar un poco entre nosotros” (M-E, cad, masc-fem, Guadalajara, 25/2/16, FG).
	Motivación	-“llego motivada” (P, cad, fem, Tetuán, 27/1/16, DR).
	Deportividad	-“Deportividad” (P, cad, masc-fem, Tetuán, 24/2/16, FG).
	Superación	-“Quiero mejorar porque el baloncesto para mí es como una vía de escape porque nunca me falta cuando estoy mal” (P, cad, fem, Tetuán, 30/3/16, DR).
	Constancia	-“pero poco a poco lo conseguiremos” (P, cad, fem, Guadalajara, 29/3/16, DR).

Metacategoría 3: INTELIGENCIA EMOCIONAL: Capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno/a mismo/a y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios (Salovey y Mayer, 1990).

Categorías:

Percepción emocional: Habilidad para identificar y reconocer los sentimientos propios y ajenos. Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales fisiológicas y cognitivas que éstas conllevan. Implicaría la facultad para discriminar acertadamente la honestidad y sinceridad de las emociones expresadas por los demás.

Facilitación emocional: Habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas. Esta habilidad se centra en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo y cómo nuestros estados afectivos ayudan a la toma de decisiones. También ayu-

dan a priorizar nuestros procesos cognitivos básicos, focalizando nuestra atención en lo realmente importante.

Compresión emocional: Habilidad para desglosar el complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan. Además, implica poder anticipar y pensar sobre la causas que generan el estado anímico y las futuras consecuencias de nuestras acciones, conocer cómo se combinan los diferentes estados emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias, y reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros.

Regulación emocional: Esta habilidad es la que alcanza los procesos emocionales de mayor complejidad, es la regulación consciente de las emociones para lograr un crecimiento emocional e intelectual. Capacidad para estar abierto a las emociones (positivas y negativas) y reflexionar sobre ellos.



**Tabla 3.** Metacategoría Inteligencia Emocional, junto con sus categorías y algunas evidencias

METACATEGORÍA	CATEGORÍAS	SUBCATERÍAS	EVIDENCIAS
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Percepción emocional	Percepción explícita	"Pues, que cuando ganamos pues que me siento bien, no sé" (P. inf. mazz. Latina, 23/2/16; FG).
		Percepción implícita	"porque yo alguna vez te he visto con una cara de cromó..." (M. cad. fem. Tetuán, 11/5/16, FG).
	Facilitación emocional	Optimismo	"son muy optimistas en el sentido de se pierda un partido y piensan en el siguiente" (P. cad. fem. Tetuán, 30/3/16, DR).
		Pesimismo	"tenia asimilado que íbamos a perder" (P. cad. fem. Tetuán, 11/5/16, FG).
		Exceso de confianza	"es que lo que nos pasa es que cuando jugamos contra las primeras jugamos genial, y luego jugamos contra las penúltimas y nos ganan porque como que nos bajamos el nivel" (P. cad. fem. Tetuán, 11/5/16, FG).
		Indecisión	"No, no, estoy pensando, a ver qué digo" (P. inf. fem. Latina, 10/5/16, FG).
	Comprensión emocional	Emociones primarias	"feliz porque meti tres canastas." (P. cad. fem. Guadalajara, 26/4/16, DR).
		Emociones secundarias	"Sorprendido porque hemos remontado un equipo que creíamos que íbamos a perder" (P. cad. mazz. Tetuán, 28/1/16, DR).
	Regulación emocional	Gestión emocional	"si perdéis partidos y lo gestionáis así es porque lleváis un trabajo detrás de muchas cosas" (M. cad. fem. Tetuán, 11/5/16, FG).
		Crecimiento emocional	"se demuestra lo que nos hemos esforzado, y que hemos trabajado bien" (P. inf. fem. Latina, 10/5/16, FG).

Metacategoría 4: SATISFACCIÓN CON EL PROGRAMA: Mide hasta qué punto los mecanismos puestos en marcha cumplen la meta de bienestar desde la perspectiva de quien participa de él.

Categorías:

Organización: Modo en el que se organiza el proceso: actividades realizadas, la secuenciación, el tiempo empleado,...

Relaciones interpersonales: Son relaciones sociales en las que se da una interacción recíproca entre dos o más personas, en la cual interviene la comunicación que nos ayuda a obtener información ajena.

Aplicaciones en otros contextos: Se refiere a lo extrapolable de lo aprendido durante la aplicación del programa a otros ámbitos personales de los participantes y que no abarcan lo meramente deportivo.





**Tabla 4.** Metacategoría Satisfacción con el Programa, junto con sus categorías y algunas evidencias.

METACATEGORÍA	CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS	EVIDENCIAS
SATISFACCIÓN CON EL PROGRAMA	Organización del programa	Tiempo	-“que no ganamos ningún partido porque es muy poco tiempo de entrenamiento” (P, cad, masc, Guadalajara, 23/2/16, DR).
		Actividades	-“antes eran mucho más diferentes, pero como tenemos... eee... le hemos dicho a N. que cambie ejercicios y eso, y ahora hacemos ejercicios más dinámicos y que podemos usar en los partidos” (P, cad, masc-fem, Tetuán, 24/2/16, FG).
		Material e instalaciones	-“Que nosotros podamos elegir el color de la camiseta, el nombre y nuevos balones” (P, cad, masc, Tetuán, 28/1/16, DR).
	Relaciones interpersonales	Con los entrenadores	-“El buen rollo que hay entre alumnos y entrenador” (P, inf, masc, Latina, 29/3/16, DR).
		Con los compañeros	-“Pues que todas me caen bien, unas más que otras, pero todas son muy buenas” (P, inf, fem, Latina, 31/3/16, DR).
		Conflictos	-“Que no hay compromiso, y falta mucha gente” (P, cad, fem, Tetuán, 30/3/16, DR).
	Aplicaciones en otros contextos	En el colegio	-“ahora estoy haciendo pruebas de baloncesto” (P, cad, fem, Guadalajara, 12/5/16, FG).
		En el ocio	-“enseño a mis amigos” (P, cad, masc-fem, Guadalajara, 25/2/16, FG).

## CONCLUSIÓN

La colaboración entre tres entidades que comparten un interés común en su compromiso con la sociedad, y en particular con la educación entre los más jóvenes ha generado experiencias positivas y enriquecedoras en todo un colectivo de adolescentes, mostrando así la importancia de la colaboración entre distintas instituciones (Rodríguez et al., 2012).

Del análisis de los resultados obtenidos se pueden extraer que los participantes muestran satisfacción con la actividad, en particular, con la relación con los entrenadores. La comunicación con los entrenadores parece ser fluida, generando un ambiente de confianza propicio a manifestar las propias opiniones. Mayor dificultad aparece entre los propios participantes donde se observan estilos comunicativos muy diferentes.

Los participantes afirman haber mejorado a lo largo del programa, si bien esto no se extrapola demasiado

a contextos fuera del entrenamiento y partidos (colegio, casa,...). Lo que sí se ha conseguido, ha sido incrementar el grado de conocimiento de sí mismos durante el programa.

El trabajo en equipo aparece lógicamente reflejado en el análisis de datos. Se detectan algunas dificultades a nivel de grupo y cómo solventarlas, sobre las cuales se podría incidir con propuestas específicas realizadas durante los entrenamientos, pero cuyos objetivos fueran la mejora del trabajo en equipo. Aparecen diferencias entre los partidos y los entrenamientos: consideran que el tiempo dedicado a los entrenamientos es escaso. Aparecen algunas críticas a ciertos participantes por su falta de compromiso e interés con la actividad. Sería interesante incidir en la adherencia al programa. Esta falta de compromiso genera algunos conflictos entre ellos y una cierta frustración y malestar en los que son constantes en la asistencia. Manifiestan



tan la influencia que esta falta de compromiso tiene en el rendimiento en los partidos. Esto podría estar en relación con el hecho de que los valores y los aspectos emocionales se podrían trabajar con mayor profundidad. Los entrenamientos y los partidos generan movilización emocional, como se ve en la metacategoría Inteligencia Emocional, y en las evidencias que se muestran en ella. Parece necesario incidir a este nivel posibilitando actividades orientadas de modo explícito al desarrollo de la inteligencia emocional, ya que es un aspecto fundamental a desarrollar entre los adolescentes desde diferentes instituciones y ámbitos educativos en nuestro país (Fernández-Berrocal y Extremera, 2005). En lo que se refiere a los valores trabajados aparecen responsabilidad, compañerismo, respeto al otro, motivación, constancia, superación y deportividad pero no hay demasiada elaboración a ese nivel. Sería interesante la elección de algunos de estos valores e incidir con actividades específicas que pudieran fomentar su desarrollo, usando el deporte como herramienta ya sea de manera transversal o desde una perspectiva particular que catalogue estos valores, siendo el contexto de la práctica deportiva un excelente lugar para el desarrollo de valores sociales y personales de alumnos y deportistas (Suárez y Llamas, 2004).

## REFERENCIAS

- Berrocal, P. F., & Pacheco, N. E. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (54), 63-94.
- Escartí, A., Buelga, S., Gutiérrez, M., & Pascual, C. (2009). El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: el programa de responsabilidad personal y social. *Revista de psicología general y aplicada*, 62(1-2), 45-52.
- Gavira, J. F. (2007). La inclusión social a través del deporte. *EA, Escuela abierta: revista de Investigación Educativa*, (10), 253-272.
- Gill, P., Stewart, K., Treasure, E., & Chadwick, B. (2008). Methods of data collection in qualitative research: interviews and focus groups. *British dental journal*, 204 (6), 291-295.
- Hanin, Y. L. (2007). Emotions in sport: Current issues and perspectives. *Handbook of sport psychology*, (3), 31-58.
- Lavega, P., Rodríguez, J. P., Alonso, J. I., Araujo, P., Etxebeste, J., Jaqueira, A. R., & March, J. (2011). La expresión de las emociones en relación al factor victoria durante la práctica de juegos deportivos. *XIV Seminario Internacional de Praxiología Motriz, 12 al 15 de octubre de 2011, La Plata, Argentina. Educación Física y contextos críticos*.
- Martín, P. J. J., & González, L. J. D. (2005). Actividad física y deporte en jóvenes en riesgo: educación en valores. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(80), 13-19.
- Martinek, T. & Ruiz Pérez, L. M.



- (2005). Promoting positive youth development through a values-based sport program. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 1(1), 1-13. Recuperado de: <http://www.cafyd.com/REVIS TA/art11n11a05.pdf>. Visitada el 15-09-06.
- Morales, M. I. J., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de psicología*, 41(1), 69-79.
- Rodríguez, J. M. R. (2004). El deporte como herramienta de intervención pedagógica-social en el ámbito de la exclusión social. *Apunts. Educación física y deportes*, 3(77), 42-47.
- Rodríguez-Jiménez, R.M, Castaño, E., & Terrón-López, M.J. (2012). Educación en valores en el ámbito universitario. Propuestas y experiencias. Madrid: Narcea Ediciones.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación cognición y personalidad*, 9, 185-211.
- Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, P. (2006). Metodología de la investigación. *Méjico: McGraw-Hill*.
- Segura, A. G. (2006). La educación en valores a través de la educación física y el deporte. *Educación Física y Deportes*, (94), 9.
- Suárez, D. C., & Llamas, G. R. (2004). Los valores en el deporte. *Revista de educación*, (335), 9-20.