



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



El modelo GEPE de práctica basada en la evidencia: integrando la evidencia científica en la práctica aplicada

Yago Ramis, Miquel Torregrossa, Susana Pallarés, Carme Viladrich y Jaume Cruz

Universitat Autònoma de Barcelona, España

RESUMEN: El GEPE (Grupo de Estudios en Psicología del Deporte y la Actividad Física) es un grupo de investigación que combina funciones de investigación, docencia y consultoría en el ámbito de la Psicología del Deporte. En cuanto a esta función de consultoría, y con la intención de integrar en su práctica aplicada la evidencia científica, este grupo ha desarrollado un modelo de cinco pasos para estructurar la respuesta a las demandas que recibe de distintas organizaciones deportivas. Los cinco pasos incluidos son (1) Actualización documental, que permite conocer los últimos avances de la disciplina en el ámbito desde el que se plantea la demanda; (2) Análisis de necesidades, en el que se seleccionan y analizan las demandas concretas de las personas informantes; (3) Intervención, que comprende la integración de la evidencia científica y la necesidad percibida por la entidad para plantear el abordaje más operativo; (4) Evaluación, que comprueba los efectos derivados de la intervención planteada; y (5) Seguimiento, en el que se comprueba la permanencia de los cambios de la intervención en el tiempo. Este modelo puede servir de guía para las personas que se dedican a la Psicología del Deporte y quieren darle valor a la actualización de los últimos avances publicados en nuestra disciplina haciendo su práctica aplicada más rigurosa e innovadora para ofrecer el mejor servicio a sus clientes.

PALABRAS CLAVES: Práctica basada en la evidencia, investigación acción, análisis de necesidades, psicología del deporte.

The GEPE model of evidence-based practice: integrating scientific evidence into applied practice

ABSTRACT: The GEPE (Research Group in Sport and Exercise Psychology) is a research group combining research, teaching, and consultancy work in the field of Sport Psychology. In the consultancy field, and in order to integrate scientific evidence into its applied practice, this group developed a five-step model to structure the response to demands from different sport organisations. These five steps include: (1) Literature update, which allows us to know the most recent advances of our discipline in the field from which the demand comes; (2) Needs analysis, where the specific demands of relevant informers are selected and assessed; (3) Intervention, encompassing the integration of scientific evidence and the perceived need in order to propose the best operational approach; (4) Assessment, which serves to verify the impact of the selected; and (5) Monitoring, to check the durability over time of changes derived from the intervention. This model may serve as a guide for sport psychologists who want to take advantage of the most recent advances published in our discipline, thus making their applied practice more rigorous and innovative in order to offer the best service to their customers.

KEYWORDS: Evidence-based practice, action research, needs analysis, sport psychology.

O modelo GEPE da práctica baseada em provas: integrando provas científicas na prática aplicada

RESUMO: O GEPE (Grupo de Estudos em Psicologia do Desporto e Atividade Física) é um grupo de investigação que conjuga funções de investigação, docência e consultoria no campo da Psicologia do Desporto. No âmbito dessa função de consultoria e com a intenção

FINANCIACIÓN: Este trabajo se ha realizado en parte gracias a dos subvenciones del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades DEP2014-52481-C3-1-R y RTI2018-095468-B-I00

Yago Ramis, Miquel Torregrossa, Susana Pallarés, Carme Viladrich y Jaume Cruz son psicólogos del Grup d'Estudis de Psicologia de l'Esport i l'Activitat Física (GEPE) perteneciente a la Universitat Autònoma de Barcelona.

La correspondencia sobre este artículo debe enviarse al Dr. Yago Ramis Edifici B - B5/142 Campus de la UAB. 08193 Bellaterra (Cerdanyola del Vallès) · Barcelona. E-mail: yago.ramis@uab.cat



Este es un artículo Open Access bajo la licencia <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

de integrar as provas científicas na sua prática aplicada, este grupo desenvolveu um modelo de cinco etapas para estruturar a resposta aos pedidos que recebe de diferentes organizações desportivas. As cinco etapas incluídas são: (1) atualização documental, que permite conhecer os últimos avanços da disciplina no âmbito a partir do qual o pedido é feito; (2) análise de necessidades, na qual os pedidos específicos dos inquiridos são selecionados e analisados; (3) intervenção, que inclui a integração de provas científicas e a necessidade constatada pela entidade para propor uma abordagem mais operacional; (4) avaliação, que verifica os efeitos resultantes da intervenção proposta; e (5) acompanhamento, no qual a permanência das mudanças de intervenção no tempo é verificada. Este modelo pode servir como um guia para pessoas dedicadas à Psicologia do Desporto e que valorizem a atualização em relação aos últimos avanços publicados sobre a nossa disciplina, tornando a sua prática aplicada mais rigorosa e inovadora para oferecer um melhor serviço aos seus clientes.

PALAVRAS-CHAVE: práctica baseada en provas, investigación-ação, análise de necesidades, psicología del desporto.

Artículo recibido: 23/08/2019 | Artículo aceptado: 06/10/2019

Práctica basada en la evidencia

Una de las preguntas a las que como psicólogos y psicólogas del deporte debemos responder a menudo es “Psicología del Deporte... ¿investigación o práctica aplicada?”. Sin embargo, ¿es viable desvincular una de la otra? Considerando que la Psicología del Deporte es una disciplina eminentemente aplicada, una investigación en este ámbito que no responda a las demandas percibidas por los agentes sociales del mismo (i.e., deportistas, entrenadores, familias) no parecería demasiado relevante. Y a su vez, una práctica aplicada que se basa exclusivamente en intuiciones o experiencias previas no contrastadas científicamente se considerará poco rigurosa y de baja credibilidad. La necesidad de conectar la práctica y la investigación es una idea recurrente en nuestra disciplina (Holt et al., 2018; Martens, 1979), y se evidencia que las intervenciones en el campo de la Psicología del Deporte deben responder a las demandas de los usuarios, pero a su vez, basar estas aplicaciones en la evidencia científica. Precisamente, el concepto de Práctica Basada en la Evidencia (PBE) se refiere a la integración de la mejor investigación disponible a la experiencia práctica del profesional adaptada al contexto y a las preferencias, cultura y características del usuario (APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice, 2006). Por este motivo, este trabajo se centrará en el concepto de Práctica Basada en la Evidencia para definir el modelo que actualmente se utiliza desde el *Grup d'Estudis de Psicología de l'Esport i l'Activitat Física* (Grupo de Estudios de Psicología del Deporte y de la Actividad Física; GEPE) para responder a las demandas de distintas organizaciones deportivas.

El GEPE (<http://twitter.com/gepeuab>) es un grupo de investigación aplicada sensible a la evolución de nuestra disciplina. Si se evalúa la Psicología del Deporte de manera histórica (e.g., Vealey, 2006) se comprueba que esta ha evolucionado desde una concepción exclusivamente posi-

tivista o post-positivista (i.e., existe una realidad única que es solamente aprehensible mediante el método científico, basado en experimentos, grupos control y replicabilidad) a una realidad en la que el post-positivismo convive con otras perspectivas más fenomenológicas o socioconstruccionistas (i.e., cada colectivo percibe y construye su propia realidad describible a la par que modificable a partir de una ciencia más basada en la transferencia y el rigor que en la replicabilidad). Esta evolución de perspectivas ha ido afectando la definición de los programas de intervención (ver Tabla 1) inicialmente concebida en términos cuasi experimentales en los que la intervención conductual se concebía casi como análoga a un tratamiento farmacológico con la que el receptor de la misma cambiaría su conducta y, por lo tanto, los efectos serían directamente observables. Esta perspectiva inicial ha ido dando paso, a principios de los 2000, a una concepción mucho más permeable a las necesidades percibidas por el entorno y las intervenciones han dejado de centrarse exclusivamente en la modificación de conducta y tratan de reconocer también las características personales de cada usuario, incluyéndose aspectos motivacionales en los contenidos de las formaciones (e.g., Smith, Smoll, y Cumming, 2007) para, progresivamente, ir individualizando tanto las conductas objetivo de la intervención (e.g., Sousa, Cruz, Torregrosa, Vilches, y Viladrich, 2006; Sousa, Smith, y Cruz, 2008) como, en la última década, los propios objetivos de la intervención (e.g., Harwood, Barker, y Anderson, 2015).

Respecto a esta evolución, el GEPE, ha intentado ir revisando y actualizando sus programas de intervención y, como se puede comprobar en la Tabla 1, ha ido desarrollando distintas adaptaciones de los programas vigentes en cada época. Por este motivo actualmente este grupo ha diseñado un modelo de consultoría en cinco fases, basado en la evidencia, que estructura el plan de actuación ante las distintas demandas de entidades deportivas.

Tabla 1. Evolución histórica de los programas de intervención en Psicología del Deporte (año 1970-actualidad)

	Etapa			
	1970-1990	1990-2010	2010-2015	Actualidad
Objetivo de intervención	Estilo de comunicación (conducta)	Orientación motivacional	Motivación autodeterminada	Necesidad percibida por las personas usuarias
Característica diferencial	Lógica cuasi-experimental	Individualización de objetivos de intervención	Intervenciones basadas en la evidencia	Equilibrio entre permeabilidad y rigor
Ejemplos de implementación	Coach Effectiveness Training (CET; Smith, Smoll, y Curtis, 1979)	Áreas TARGET (Ames, 1992)	Empowering Coaching (Duda et al., 2013)	Modelo de las 5C's (Harwood, Barker, y Anderson, 2015)
Adaptación en el GEPE	Evaluación conductual en entrenadores de baloncesto	Programa de Asesoramiento Personalizado a Entrenadores (PAPE)	Formación de entrenadores de Fútbol Base en el Proyecto PAPA	Programas de intervención motivacional con profesores de Ed. Fís.
Publicación GEPE	Cruz (1987)	Sousa, Cruz, Torregrossa, Vilches, y Viladrich (2006)	Castillo, Ramis, Cruz, y Balaguer, (2015)	Pons, Ciruela, Jordana y Ramis (2017)

Nota: Tabla de elaboración propia para este artículo

Modelo GEPE de PBE

Complementariamente a los proyectos de investigación y revisión en los que participa el GEPE (e.g., Chamorro, Torregrossa, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, y Amado, 2015; Pons, Ramis, García-Mas, López de la Llave, y Pérez-Llantada, 2016; Ramis, Torregrossa, Viladrich, y Cruz, 2017), de un tiempo a esta parte, este grupo ha recibido demandas de organizaciones deportivas en general (e.g., Borrueco, Alcaraz, Ramis y Cruz, 2019), y clubes deportivos en particular (e.g.,

Jordana, Pons, Borrueco, Pallarés y Torregrossa, 2019) para realizar algún tipo de práctica aplicada puntual relacionada con la Psicología del Deporte (e.g., formación, intervención, implementación de servicios). En este sentido y para sistematizar la respuesta a estas demandas, se desarrolla el Modelo GEPE de Práctica Basada en la Evidencia (ver Figura 1). El modelo se estructura en cinco pasos que se describen a continuación.

Actualización documental

Esta primera fase tiene como finalidad conocer como se está trabajando y qué se está publicando con relación al objeto de la demanda recibida. A pesar de no tratarse de una revisión sistemática, se basa en el mismo principio por el cual el uso de palabras clave en las principales bases de datos científicas permite reconocer las últimas publicaciones de relevancia (e.g., Alcaraz, Pons, Angulo-Brunet, y Cruz, 2017; Jordana, Torregrossa, Ramis, y Latinjak, 2017). La actualización documental permite tomar decisiones respecto de la fundamentación teórica y de los procedimientos más adecuados tanto para la evaluación como la intervención.

Análisis de necesidades

La segunda fase, aunque conceptualmente se sitúa después de la actualización documental, se inicia desde el momento de recepción de la demanda. En este momento ya

**Figura 1. Modelo GEPE de Práctica Basada en la Evidencia**

Nota: Elaboración propia para este artículo

se determina quién será nuestro interlocutor a lo largo de la colaboración y se delimita el alcance del proyecto en función del tiempo y los recursos que la organización le puede dedicar a esta. Detectados los puntos críticos objeto de análisis y, habiendo realizado la actualización documental, se seleccionan los agentes implicados tanto a nivel individual como organizacional tales como: el usuario final (e.g., deportista, entrenadora, árbitro), la figura responsable del servicio (e.g., coordinación deportiva, directiva) así como otras figuras implicadas (e.g., familias). En función de la cantidad de figuras y del tipo de información se selecciona la metodología más adecuada para la detección de necesidades (e.g., grupos focales, cuestionarios, observación). Una vez obtenida y analizada esta información se propone un formato de intervención que se consensua con la organización demandante (ver Pallarès et al., 2019).

Intervención

Una vez acordada con la organización, se diseñan las acciones, se fijan los objetivos y los responsables para cada fase de la intervención. El formato y los contenidos de esta intervención tratan de aunar la información recolectada en las dos fases anteriores: la actualización documental nos garantiza que aquello que se está llevando a cabo es efectivo y útil a los objetivos de la demanda y, el análisis de necesidades garantiza que la intervención responde a las expectativas y motivaciones de las personas receptoras de la misma. Aunque la implementación de la intervención se diseña a priori y tiene una estructura, un formato y una duración determinadas, en sus distintas fases se incluyen momentos de devolución de información para que las personas usuarias puedan valorar qué elementos de la intervención son más efectivos y cuáles deberían desarrollarse más y poder ir así regulando o corrigiendo la propia intervención mientras se implementa (ver Pallarès, S., Miró, S., Pérez-Rivases, A., Toregrosa, M., Viladrich, C., Ramis., Y. y Cruz, J. (2019).

Evaluación

La evaluación del programa es continua desde el momento del diseño, sin embargo, una vez finalizada la intervención, se hace una valoración de si la acción desarrollada ha tenido los efectos esperados. De acuerdo a los criterios clásicos de valoración de programas de formación (Fernández-Ballesteros, 2001; Kirkpatrick y Kirkpatrick, 1994), los elementos a evaluar una vez implementada una acción o una intervención incluyen: la satisfacción de las personas usuarias, el

aprendizaje de nuevos conocimientos, la implementación de los aprendizajes y el efecto final de la intervención en el entorno. La evaluación de la satisfacción y del aprendizaje se puede llevar a cabo mediante encuestas y pruebas al finalizar la intervención o, de manera más cualitativa y como se ha comentado en la fase anterior, durante la propia implementación para poder ir regulando los ritmos y las formas de la intervención. Por su parte, la implementación de los aprendizajes y los efectos finales se evalúan una vez la acción de intervención ha finalizado.

Seguimiento

Lograr que nuestras acciones tengan un efecto inmediato en las personas usuarias es un éxito en sí mismo. Sin embargo, el objetivo final de estas intervenciones es que tengan una continuidad en el tiempo. Por ejemplo, que las entrenadoras conserven recursos para trabajar con sus deportistas, que los árbitros sean capaces de controlar sus emociones a lo largo de la temporada o que un club utilice un protocolo de acción para los estudiantes-deportistas. Esta fase, por lo tanto, pretende reevaluar los elementos de implementación y efectos finales en un momento más distante a la intervención. La forma de este seguimiento, en función de los recursos disponibles, puede implicar una reevaluación de las personas usuarias o puede basarse en una entrevista con algunas de las personas informantes de la fase de análisis de necesidades para comprobar que, efectivamente, se han producido cambios y que estos se han mantenido en el tiempo.

Proceso recursivo. El modelo de consultoría planteado se inicia a partir de una demanda externa y conceptualmente finaliza en la fase de seguimiento. Sin embargo, para garantizar una actualización del conocimiento, en nuestra disciplina, es preciso que los grupos y personas del ámbito de la Psicología del Deporte divulguen el conocimiento que van adquiriendo. El hecho de transmitir y publicar tanto las investigaciones como, en este caso, las experiencias profesionales, es también una fase primordial en el modelo GEPE. Este paso permite a otras personas contar con información actualizada y rigurosa a la hora de diseñar sus propios programas de consultoría. Por este motivo se considera el modelo planteado como recursivo en tanto que la divulgación de la experiencia realizada sirve de documentación actualizada para futuros programas propios o ajenos.

Discusión

A medida que las organizaciones deportivas y los profesionales de las ciencias del deporte normalizan la psicolo-

gía en su entorno, aumenta la cantidad de personas que se interesan por formarse en esta disciplina. En consecuencia, y en paralelo al crecimiento de centros públicos y privados que ofertan formación en Psicología del Deporte, aumenta también el grado de intrusismo laboral y la necesidad de regulación profesional de aquellas personas que trabajan con rigor y con base en la evidencia científica (Medina et al., 2015). Este trabajo pretende ser un ejemplo de cómo se pueden integrar los últimos avances conceptuales, metodológicos y procedimentales a nuestra práctica profesional aplicada.

Diversos trabajos han delimitado las funciones que pueden desarrollar los y las profesionales de la Psicología del Deporte (e.g., García-Naveira, 2010), sin embargo, atendiendo al manual más utilizado en este campo (Weinberg y Gould, 2019) las funciones de los psicólogos y las psicólogas del deporte son principalmente tres: (a) consultoría, (b) investigación y (c) docencia. Como grupo que sostiene uno de los primeros y más instaurados Másteres de Psicología del Deporte de España y que se ha programado de manera ininterrumpida durante más de 30 años, formando a varias generaciones de psicólogas y psicólogos del deporte, el GEPE afronta habitualmente un dilema interesante: Nuestra docencia se debe fundamentar tanto en la investigación como en la consultoría aplicada y, por lo tanto, exige actualización y aplicabilidad de nuestros conocimientos a cuantos más contextos deportivos mejor. Sin embargo, considerando que desde el GEPE se forman a las futuras generaciones de profesionales de Psicología del Deporte, ante una demanda de trabajo de consultoría, este grupo debe plantear una oferta claramente diferenciada que no represente una competencia desleal para las personas que formamos. Es por ello que el modelo GEPE de PBE tiene tres premisas fundamentales: (a) la primera es que, la entidad que hace la demanda, termine por gestionar de manera autónoma su realidad una vez finalizada la consultoría, (b) en caso de que la demanda requiera la integración de un o una profesional de la Psicología del Deporte de manera permanente, se propondrá la derivación del caso a figuras de confianza externas al grupo, (c) en el caso de que la demanda caiga fuera de las áreas de experticia del grupo esta será derivada a otro tipo de profesionales.

Tal como se ha comentado a lo largo del documento, el modelo GEPE de PBE contempla un proceso de permeabilización y regulación constantes que permite adaptarse a las necesidades percibidas por parte de la entidad demandante, así como a las dificultades que se encuentran durante el proceso de implementación. En base a este ejercicio autocrítico destacamos dos limitaciones habituales de la implementación. La primera y más evidente es el tiempo que

requiere para aplicarse. Desde el momento en que se hace la demanda hasta que se considera completado el trabajo de consultoría puede pasar una temporada completa. Esto se debe a que la evaluación y el seguimiento deben hacerse comparando los efectos en momentos del año equiparables a los del análisis de necesidades. Esta demora puede hacer impacientar a un tipo de cliente que espere obtener cambios substanciales en poco tiempo. Para paliar este hecho se recomienda generar reuniones o documentos de devolución en cada fase del modelo que permita al cliente conocer qué tareas se están llevando a cabo y qué información están generando en cada momento. Además del factor tiempo, este tipo de práctica precisa que las personas implicadas tengan una formación especializada tanto en estrategias de investigación (i.e., actualización documental y evaluación) como en prácticas de intervención, lo que obliga a contar con un equipo profesional con formación psicológica superior y reglada. Alternativamente, este modelo de PBE podría llevarse a cabo por un equipo multidisciplinar en el que distintas figuras, especialistas en distintos aspectos, ejercieran responsabilidades concretas sin que el rigor del modelo se viera afectado. Esta opción sin duda abriría líneas de trabajo futuras para colectivos y asociaciones de profesionales que quieran aunar la práctica aplicada con el rigor procedural.

Aplicaciones prácticas

Por encima del interés en explicar cómo se trabaja en el GEPE ante las demandas de intervención, el objetivo de este artículo es que sirva como modelo o guía para aquellas personas relacionadas con la Psicología del Deporte que trabajan en la práctica aplicada. A menudo, la literatura científica puede parecer ajena o no adaptada a las necesidades que se perciben en la práctica profesional, por eso, con este trabajo se ha pretendido la generación de orientaciones sobre la manera más adecuada de pautar la evaluación y la intervención de las organizaciones o personas del ámbito deportivo y hacerlo de una manera rigurosa, basada en la evidencia científica de nuestra disciplina y convincente como respuesta a las demandas percibidas. Por otra parte, y retomando la importancia de la divulgación comentada en la sección anterior, se debe animar a las personas que, habitualmente desarrollan su práctica en el ámbito aplicado, a compartir y publicar también la manera en que ellos y ellas trabajan, permitiendo así la actualización de la disciplina para adaptarla a las demandas recientes y aumentando el conocimiento colectivo sobre diversas experiencias profesionales.

Referencias

- Alcaraz, S., Pons, J., Angulo-Brunet, A. y Cruz, J. (2017). Intervenciones para la promoción de actividad física basadas en la teoría de la autodeterminación: Una revisión narrativa (2011-2016). *Revista de Psicología Del Deporte*, 26(Suppl. 3), 116-123.
- Ames, C. (1992). *Achievement goals, motivational climate, and motivational processes*. In *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign: IL: Human Kinetics.
- APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-Based Practice in Psychology. *American Psychologist*, 61, 271-285. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.39.6.658>
- Borrueto, M., Alcaraz, S., Ramis, Y. y Cruz, J. (2019). "No es solo pitar": Diseño e implementación de un taller de formación para árbitros y jueces de deporte escolar. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y la Educación Física*, 4, e12. <https://doi.org/10.5093/rpaedf2019a11>
- Castillo, I., Ramis, Y., Cruz, J. y Balaguer, I. (2015). Formación de Entrenadores de Fútbol Base en el Proyecto PAPA. *Revista de Psicología Del Deporte*, 24, 131-138.
- Chamorro, J. L., Torregrosa, M., Sánchez-Miguel, P. A., Sánchez-Olivella, D. y Amado, D. (2015). Desafíos en la transición a la élite del fútbol: Recursos de afrontamiento en chicos y chicas. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 10, 113-119.
- Cruz, J. (1987). Aportaciones a la iniciación deportiva. *Apunts. Educació Física*, 9, 10-18.
- Duda, J. L., Quested, E., Haug, E., Samdal, O., Wold, B., Balaguer, I., ... Cruz, J. (2013). Promoting Adolescent health through an intervention aimed at improving the quality of their participation in Physical Activity (PAPA): Background to the project and main trial protocol. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 319-327. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839413>
- Fernández-Ballesteros, R. (2001). *Evaluación de programas una guía práctica en ámbitos sociales, educativos y de salud*. Madrid, España: SÍNTESIS.
- García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: Aportaciones y retos futuros. *Papeles Del Psicólogo*, 31, 259-268.
- Harwood, C. G., Barker, J. B. y Anderson, R. (2015). Psychosocial Development in Youth Soccer Players: Assessing the Effectiveness of the 5Cs Intervention Program. *The Sport Psychologist*, 29, 319-334. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0161>
- Holt, N. L., Pankow, K., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D. J., ... Tamminen, K. A. (2018). Factors associated with using research evidence in national sport organisations. *Journal of Sports Sciences*, 36, 1111-1117. <https://doi.org/10.1080/02640414.2017.1357830>
- Jordana, A., Pons, J., Borrueto, M., Pallarès, S. y Torregrosa, M. (2019). Implementación de un Programa de Asistencia de Carrera Dual en un club multideportivo privado. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y la Educación Física*, 4, e9. <https://doi.org/10.5093/rpaedf2019a8>
- Jordana, A., Torregrosa, M., Ramis, Y. y Latinjak, A. T. (2017). Retirada del deporte de élite: Una revisión sistemática de estudios cualitativos. *Revista de Psicología Del Deporte*, 26, 68-74.
- Kirkpatrick, D. L. y Kirkpatrick, J. D. (1994). *Evaluating training programs*. San Francisco, CA: Berrett-Koehler Publishers.
- Martens, R. (1979). About smocks and jocks. *Journal of Sport Psychology*, 1, 94-99. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsp.1.2.94>
- Medina, C., Navarro, J. B., Baños, I., Martinena, P., Vicens-Vilanova, J., Barrantes-Vidal, N. ... Obiols, J. E. (2015). La División de Psicología del Deporte del COP a favor de la regulación profesional y la lucha contra el intrusismo. *Infocop Online*. Recuperado de http://www.infocop.es/view_article.asp?id=5652ycat=46
- Pallarès, S., Miró, S., Perez-Rivases, A., Torregrossa, M., Viladrich, C., Ramis, Y. y Cruz, J. (2019). Motivaciones hacia la actividad física de adolescentes, adultos mayores y exdeportistas. Un análisis cualitativo. Manuscrito enviado para publicación.
- Pons, J., Ciruela, J., Jordana, A., y Ramis, Y. (2017, Julio). Improving physical activity levels at specific populations: The ACTIP program. En C. Viladrich (Chair), *Enhancing adherence to physical activity through customized training to motivated leaders*. Symposium llevado a cabo en el Congreso Mundial de Psicología del Deporte de la ISSP, Sevilla.
- Pons, J., Ramis, Y., Garcia-Mas, A., López de la Llave, A. y Pérez-Llantada, M. C. (2016). Percepción de la Ansiedad Competitiva en relación al Nivel de Cooperación y Compromiso Deportivo en Jugadores de Baloncesto de Formación. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 16(3), 45-54.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C. y Cruz, J. (2017). The Effect of Coaches' Controlling Style on the Competitive Anxiety of Young Athletes. *Frontiers in Psychology*, 8(April), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00572>
- Smith, R. E., Smoll, F. L. y Cumming, S. P. (2007). Effects of a Motivational Climate Intervention for Coaches on Young Athletes' Sport Performance Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(1), 39-59. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.29.1.39>
- Smith, R. E., Smoll, F. L. y Curtis, B. (1979). Coach Effectiveness Training : A Cognitive-Behavioral Approach to Enhancing Relationship Skills in Youth Sport Coaches. *Journal of Sport Psychology*, 1, 59-75. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.1.1.59>
- Sousa, C., Cruz, J., Torregrosa, M., Vilches, D. y Viladrich, C. (2006). *Revista de Psicología Del Deporte*, 15, 263-278.
- Sousa, C., Smith, R. E. y Cruz, J. (2008). An Individualized Behavioral Goal-Setting Program for Coaches. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 2, 258-277. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jcsp.2.3.258>
- Vealey, R. S. (2006). Smocks and jocks outside the box: The paradigmatic evolution of sport and exercise psychology. *Quest*, 58(1), 128-159. <https://doi.org/10.1080/00336297.2006.10491876>
- Weinberg, R. S. y Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (7th Edition). Champaign, IL: Human Kinetics.