

Sentido de vida en deportistas jóvenes que no llegaron al profesionalismo

Daniel Felipe Durán Mongua

Universidad Santo Tomás

Psicología

Docente asesor:

Claudia Ligia Esperanza Charry

2020

Nota del autor

Daniel Felipe Durán Mongua

Universidad Santo Tomás, Bogotá, Colombia, División de Ciencias de la Salud, Facultad de Psicología.

Dirección Electrónica: danielduran@usantotomas.edu.co

Tabla de contenido

Introducción	6
Justificación	8
Problematización	10
Objetivos	14
Objetivo general	14
Objetivos específicos	15
Marco Teórico	15
Marco epistemológico	15
<i>Fenomenología hermenéutica</i>	15
<i>Constructivismo</i>	17
Marco disciplinar	19
<i>Sentido de vida</i>	19
<i>Ciclo de vida</i>	21
Marco interdisciplinar	22
<i>Carrera deportiva</i>	23
<i>Transiciones</i>	23
Marco legal	24
Metodología	27
Participantes	27
Instrumentos	31
Análisis de datos	33
Procedimiento	34
Consideraciones éticas	36
Valoración de riesgo	36
Principio de beneficencia	38
Principio de no maleficencia	38
Principio de Justicia	39
Principio de autonomía	39
Devolución de la información	39
Consentimiento informado	39
Protección de datos	40
Beneficios para los participantes	40
Resultados	41
Análisis cuantitativo	42

Análisis cualitativo	45
Análisis comparativo	60
Discusión	62
Conclusiones	73
Aportes, limitaciones y sugerencias	75
Aportes	75
Limitaciones	77
Sugerencias	78
Referencias	79

Lista de tablas

Tabla 1.	34
Tabla 2.	42
Tabla 3.	43
Tabla 4.	44
Tabla 5.	46
Tabla 6.	50
Tabla 7.	54
Tabla 8.	58

Resumen

La siguiente investigación tiene como objetivo identificar los cambios en el sentido de vida en jóvenes deportistas que se retiraron voluntariamente de su carrera deportiva sin haber alcanzado el nivel profesional. Para esto, se realizó un abordaje teórico desde la perspectiva humanista existencial y constructivista, y se tomaron como categorías disciplinares el sentido de vida y ciclo de vida. En relación con lo anterior, se planteó una metodología mixta con predominio del componente cualitativo desde una perspectiva fenomenológica-hermenéutica, mientras que la parte cuantitativa se apoya en un diseño transversal descriptivo. Por otro lado, la muestra estuvo compuesta por cuatro participantes que se encontraban entre los 20 y 22 años de edad, que habían entrenado y competido en un deporte durante los últimos 10 años o más. Los datos se recolectaron por medio del Test del Sentido de la Vida (PIL) y también mediante entrevista semiestructurada. Los resultados cualitativos se componen de cuatro categorías que son sentido de vida, carrera deportiva, ciclo de vida y afrontamiento, mientras que los datos cuantitativos se hicieron por la calificación del PIL según lo proponen Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) y Noblejas (1994). Lo anterior permitió discutir sobre cómo el sentido de vida en los participantes se encuentra un proceso de cambio constante después del retiro deportivo, lo cual se observa en las decisiones que han tomado que están dirigidas a iniciar estudios universitarios, trabajar, y significar de manera diferente el deporte.

Palabras clave: carrera deportiva, joven, sentido de vida, retiro deportivo

Abstract

The following research aims to identify changes in the sense of life in young athletes who voluntarily retired from their sports career without having had the professional level. For this, a theoretical approach was made from the existentialist and constructivist humanist perspective, and the meaning of life and life cycle were taken as disciplinary categories. In relation to the above, a mixed methodology with a predominance of the qualitative component from a phenomenological-hermeneutic perspective was proposed, while the quantitative part is supported by a descriptive cross-sectional design. On the other hand, the sample was made up of four participants who were between 20 and 22 years old, who had trained and competed in a sport during the last 10 years or more. Data is collected through the Meaning of Life Test (PIL) and also through a semi-structured interview. The qualitative results are composed of four categories that are sense of life, sports career, life cycle and coping, while the quantitative data were made by the PIL qualification as proposed by Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) and Noblejas (1994). The above could argue about how the sense of life in the participants is a process of constant change after sports retirement, which is observed in the decisions they have made that are aimed at starting university studies, working, and meaning differently the sport.

Keywords: sports career, youth, sense of life, sports retirements

Introducción

El presente trabajo aborda el concepto de sentido de vida, el cual se entiende como un descubrimiento personal que surge en cualquier momento y circunstancia (Martínez y Castellanos, 2012). Dado que cada persona tiene experiencias, actitudes y pasiones las cuales van formando su sentido de vida, por esta razón, se busca comprender cómo la experiencia del retiro deportivo en jóvenes transforma su sentido de vida, especialmente en aquellos casos en que el deportista no logra el profesionalismo, y cómo esto se configura actualmente en un nuevo proyecto de vida.

Teniendo en cuenta lo anterior, según la Confederación Sudamericana de Fútbol (CONMEBOL) el 95 % de los jóvenes deportistas no logran alcanzar el profesionalismo (CONMEBOL, 2012). Adicionalmente, de acuerdo con las cifras de Jaramillo y Narváez (2011), el índice de deserción voluntaria es de 95.65% en regiones como Santander, Atlántico y Tolima y, sumado a lo anterior, las investigaciones en psicología deportiva en Colombia son de apenas del 10% según los datos recogidos en el trabajo de Calderón y Lesmes (2016). Por todo esto, se considera pertinente trabajar con esta población y, a partir de ello, se planteó como objetivo general identificar los cambios en el sentido de vida de los deportistas que afrontaron el retiro deportivo.

Por otra parte, cabe resaltar que las revisiones hechas por Blanco (2009) y Gonzáles, Valdivia, Cachón y Romero (2016) desde la disciplina de cultura física, recreación y deporte, encontraron que la mayoría de sus estudios son de tipo cuantitativos y centrados en el rendimiento deportivo.

El problema del que parte este estudio es el abordaje de la transición que pasan los jóvenes en relación con el sentido de vida, cuando se presenta el retiro deportivo. Dado que, las investigaciones en psicología deportiva en su mayoría se centran en el rendimiento, y no

hay abordajes sobre los deportistas que decidieron retirarse en la juventud y qué cambios han tenido en su vida.

Además, esta investigación es relevante porque brinda una perspectiva mixta, la cual permitió conocer desde el punto de vista de bienestar, los cambios en los jóvenes por medio de sus experiencias, actitudes y pasiones por las que pasaron en el momento del retiro, y cómo ellos comprenden actualmente sus contextos familiares, escolares, deportivos y sociales.

El trabajo inicia con la justificación, en la cual se explica la relevancia, pertinencia e importancia de esta investigación. A continuación, en la sección de problematización se expone cuál es el problema de este estudio, su magnitud y algunos antecedentes; en seguida, en la sección de marco teórico se dan a conocer los conceptos y teorías utilizados, y en el apartado de metodología se detalla el diseño, el procedimiento y los instrumentos. Se continúa con la sección de consideraciones éticas, donde se detallan los conflictos deontológicos entre el investigador y los participantes. En la sección de resultados se presenta el análisis de las entrevistas mediante matrices elaboradas a partir de las categorías sentido de vida, ciclo de vida, afrontamiento y carrera deportiva, así como los datos de la prueba aplicada a los participantes y las comparaciones de ambos resultados. Finalmente, se presenta la discusión en la que se relacionan los resultados de esta investigación con la literatura actual y se responde a la pregunta problema; después se encuentran las conclusiones que sintetizan los principales hallazgos, y para terminar los aportes que la investigación da a la disciplina, los participantes, el investigador, el problema y la línea; las limitaciones que se dieron del proceso investigativo y sugerencias para nuevos proyectos, intervenciones y estudios.

Justificación

En la actualidad el deporte es de vital importancia, puesto que está presente en diferentes ámbitos de la vida humana y se tiene el supuesto de que los deportistas son los mayores representantes de la modernidad, por lo que varios jóvenes optan por el deporte como un proyecto de vida o como una forma de representar a su país (Gutiérrez y Luna, 2018). Esto es preocupante, puesto que la carrera deportiva implica muchos sacrificios y muy pocos llegan a ser jugadores profesionales (Fernández, 2017). Por este motivo, es pertinente analizar qué sucede con aquellos jóvenes que no llegan a ser profesionales, identificar sus problemáticas y analizar cómo cambia su sentido de vida posterior a la retirada deportiva, ya que el 85,5% de los retiros deportivos que suceden en fútbol, ya sea en profesionales o amateur, se dan de manera voluntaria y hacen parte de un proceso dinámico de toma de decisiones (Hernández, Moro, Muniesa y Galocha, 2018).

En relación con lo anterior, a partir de una revisión teórica se encontró que la edad promedio de retiro se encuentra alrededor de los 20 años; sin embargo, no hay claridad actualmente sobre qué les pasa a estos deportistas y qué se proponen a futuro (Ramos, 2007). Adicionalmente, gran parte de los estudios realizados son de tipo cuantitativo multifactorial y unifactorial, orientados a examinar el rendimiento deportivo, y, según Blanco (2009) y Díez, Zubiaur y Requena (2014), no hay investigaciones que se centren en conocer otras dimensiones del deportista (Carter-Thuillier, Carter-Beltrán, Barría y Nahuelcura, 2016). Todo esto pone en evidencia que sería pertinente indagar qué sucede después del retiro deportivo, para comprender los cambios familiares, sociales y académicos mediante una metodología mixta, que amplíe y profundice la visión del fenómeno y no se centre exclusivamente en el rendimiento deportivo. Adicionalmente, existen pocos estudios sobre el sentido de vida en deportistas, como el realizado por Limón, Lara y Sarmiento (2015) en

practicantes de artes marciales o el de Muñoz y Montes (2017) titulado “Voleibol sentado: un deporte que da sentido a la vida”.

Por otro lado, a pesar de que muchos deportistas afirman que tienen diferentes posibilidades en caso de no llegar a ser profesionales, investigaciones como la de Murzi y Czesli (2016) muestran que existe una tendencia en los jugadores entre 12 y 14 años a considerar el fútbol como una carrera profesional o un proyecto fundamental en su vida, por lo que el deporte que practican se convierte en algo más que una satisfacción para ellos. Por esta razón, se busca investigar sobre los jugadores que no llegaron a ser profesionales y cómo estos vivieron el retiro deportivo, ya que mientras algunos tienen una transición sin problemas, otros entran en depresión, estrés o pérdida de identidad (Ingunza, 2017).

Desde una mirada disciplinar, para la psicología es importante el tema del sentido de la vida, porque es un proceso de construcción personal que ocurre de forma dinámica y constante, y que ayuda a estructurar el ser en diferentes etapas de la vida, en este caso, en la etapa de la juventud, lo que implica una comprensión de la existencia y experiencia por la que pasa el ser humano (Velazco, 2004). En cuanto a la población, esta investigación aportó a reflexionar sobre su propia existencia, analizando su proceso de afrontamiento del retiro deportivo y teniendo hoy día unas metas a corto, mediano y largo plazo, por otra parte, algunos de los participantes afirmaron que fue importante porque “uno no piensa en esas cosas muchas veces”, por lo que hubo un proceso en que ellos examinaron su experiencia, en donde reflexionaron y generaron cambios propios en un diario vivir.

El presente estudio, le permitió al investigador afianzar habilidades investigativas, además de asumir el rol de psicólogo de una forma en la que la preparación, planificación y elaboración del proyecto es de vital importancia para conocer bien a la población, tener estrategias de contención de emociones y ser riguroso a la hora de investigar.

Adicionalmente, el investigador logró comprender las diferentes dimensiones en el deportista, ya que la mayoría de estudios en psicología deportiva se enfocan en el rendimiento.

Finalmente, el presente trabajo se ancla a la línea de investigación *Subjetividad e identidades* de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, dentro del núcleo problémico “ciclo vital”, dado que se pretendió describir el comportamiento, los vínculos y las transiciones por las que pasaron jóvenes entre 20 y 22 años luego de afrontar una fase de retiro deportivo, así como su comprensión en los últimos años de su sentido de vida.

Problematización

Para comenzar se presentarán algunas de las investigaciones que se han realizado sobre psicología del deporte, en primer lugar, se encuentran los trabajos de Rial, Marsillas, Isorna y Louro (2013) que hablan sobre las recomendaciones para el apoyo psicológico a jóvenes deportistas en los centros de alto rendimiento. Otro estudio es el de Gutiérrez y Luna (2018) quienes comentan la percepción de la psicología del deporte, desde las narrativas de los deportistas profesionales que hicieron parte.

Dentro de los trabajos que se encontraron sobre sentido de vida en el deporte se destacan los realizados por Limón, Lara, y Sarmiento (2015), en el que hallaron que la relación con el instructor-deportista genera mayor confianza y seguridad para aprender los movimientos técnicos en el deporte, además de generar mayor autoconfianza; también, está el estudio realizado por Muñoz y Montes (2017), que toman al voleibol sentado, un deporte que da sentido a la vida a las personas discapacitadas, en el que sus principales resultados fueron que en esta modalidad deportiva les brindó a los participantes una herramienta para darle sentido a su vida posterior a perder una extremidad de su cuerpo.

Otras investigaciones sobre el sentido de vida, se encuentra la realizada por Borrero y Granja (2014), en la que hablan sobre el sentido de vida en hinchas de equipo de fútbol,

donde sus principales aportes fueron ver la identidad de los tres seguidores en los momentos posteriores a los partidos y en sus barrios. En su investigación, Martin, Fogarty y Albion (2014) hablan sobre los factores que influyen en la toma de decisiones profesionales en el atletismo adolescentes y adultos. Adicionalmente se encuentran los estudios hechos por (Valladares, 2004; Villaquiran y Molano, 2019), quienes abordan el sentido de vida en el karate y en las carreras universitarias; también se halla el estudio hecho por Velazco (2004), que habla de las diferentes etapas de la vida, desde una perspectiva de la existencia y experiencia por la que pasa el ser humano.

Por otra parte, los estudios que diferencian entre un deportista de alto rendimiento, profesional, en formación, entre otros, se encontraron los realizado por Moreno, Muniesa, Bielsa y López de Subijana (2017), Sola (2015), Rascado, Boubeta, Folgar y Fernández (2014), Sarremejane (2016), Vicente-Rodríguez et al. (2016) y Rhea, Hunter y Hunter (2006).

Finalmente, en relación con los estudios de carrera deportiva se encontraron los siguientes, el primer autor es Bausá (2018), quien habla de los beneficios de los deportistas de élite no profesionales; el segundo es Fernández (2017), el cual analiza el perfil humano y profesional de un gran deportista, en este caso de Marcial Pina Morales; también se encuentran los autores que hablan del retiro en el deporte como los hechos por Carlín, Salguero y de los Fayos (2009), Blanco (2018) y Ingunza (2017).

De las anteriores investigaciones, se analiza que el sentido de vida en el deporte se trabaja bajo el concepto de evitar el vacío existencial o encontrarle sentido a la misma, también, cómo el deporte se consolida como proyecto de vida en la infancia o en la adultez tardía. Sin embargo, no hay abordajes sobre los deportistas que decidieron retirarse en la juventud y qué cambios han tenido en su vida. Por otro lado, no se tiene una diferencia clara entre deportista de alto rendimiento, profesional, en formación, entre otros, por lo que cada

país determina sus propias nociones, eso genera que el retiro deportivo en el contexto colombiano sea poco estudiado y se opte por mirar este tema en deportistas profesionales.

Adicionalmente, esta investigación retomó algunos conceptos clave, el primero que se va a abordar es el sentido de vida, el cual permite comprender las emociones, sentires y percepciones que los participantes dan a lugares, compañeros y contextos que hicieron parte en algún momento de su vida y en los que se encuentran actualmente (Muñoz y Montes, 2017). En el caso de los seres humanos, el sentido de la vida está directamente relacionado con su profesión, ya que les proporciona experiencias, razones y motivos para hallar uno de los principales componentes del sentido de la vida, el cual recibe el nombre de voluntad de sentido, que se define como una fuerza interior bipolar en la que por un lado él se haya el significado de la vida y por el otro, cómo la persona va cumplir lo que se planteó (Gottfried, 2016). Para quienes se han dedicado al deporte desde la infancia, las satisfacciones en los momentos de éxito y frustraciones en los momentos en los cuales no se obtuvieron los resultados esperados, acaban siendo parte fundamental de su sentido de vida.

Sin embargo, en los casos en los que los jóvenes (ya sea por motivos de salud, económicos, familiares, entre otros) deben suspender sus entrenamientos y aislarse de la práctica del deporte, se requiere redefinir el sentido de la vida, es decir, buscar una nueva razón, algo diferente al deporte que los impulse a lograr sus objetivos, los cuales también deben ser replanteados frente a esta nueva situación para su futuro (Velazco, 2004).

Dado lo anterior, se entiende que todos los componentes de la existencia humana tienen diferentes caminos, son variados y únicos, y que algunos de ellos se mantienen, pero también pueden surgir nuevas experiencias posteriores al retiro deportivo que le permiten al joven deportista reestructurar su sentido de vida (Arbeláez, 2018).

A lo largo de la historia, las investigaciones en el deporte se han orientado principalmente a tratar de mejorar el rendimiento deportivo y la calidad de vida de quienes lo

ejercen. Uno de los primeros conceptos que surgió en el campo deportivo es el término de carrera deportiva y desde principios del siglo XXI se viene hablando sobre una redefinición de las transiciones en la carrera deportiva (Carlín y de los Fayos, 2012).

Es por ello que el segundo concepto de esta investigación es carrera deportiva que propone Wylleman, Alfermann y Lavallee (2004), las cuales describen las etapas que atraviesa cualquier deportista, según estos autores, la primera etapa es el inicio de la especialización deportiva, la segunda consiste en la transición a la formación intensiva en el deporte elegido, la tercera es el paso a alto rendimiento y deportes para adultos, la cuarta involucra el cambio de deportes de aficionados a deportes profesionales, la quinta es la transición de la culminación al final de la carrera deportiva y la última etapa es el final o retiro de la carrera deportiva.

En esta investigación se va a explorar la última etapa de la carrera deportiva: el final o retiro, haciendo referencia a la definición de Cervelio (2002) citado por Ingunza (2017), según la cual se entiende el retiro “como aquella situación en la que los deportistas han terminado su compromiso explícito con una determinada modalidad deportiva” (p. 6). En este sentido, a partir del término retiro deportivo se han realizado algunos estudios cuantitativos como el de Carlín, Salguero, Rosa y de los Fayos (2009) que indican que los estudiantes universitarios abandonan el deporte por la escasa habilidad, baja condición física, bajo rendimiento, poca cohesión grupal y falta de diversión. También, Blanco (2018) en su investigación muestra que los jóvenes atletas presentan deserción por falta de tiempo para responder a sus obligaciones académicas, conflicto con los grupos, motivación por otra modalidad deportiva, obligaciones laborales y familiares, escenarios deportivos inadecuados, incumplimiento de sus expectativas e interés hacia otras actividades. En el estudio de Chávez, Calero y Saavedra (2015) los estudiantes de la escuela superior de Chimborazo llegaron a la deserción por factores socioeconómicos y físicos; finalmente, el estudio de Carter-Thuillier et

al. (2016), mencionan que el apoyo psicosocial es escaso para los deportistas que entran en una fase de retiro deportivo, por lo tanto, proponen diseñar una intervención concreta en pro de esta población.

Además de lo anterior, según la CONMEBOL (2012) el 5% de los futbolistas logra alcanzar el profesionalismo, mientras que el 95% solo se queda con la formación en el deporte. Esto muestra que el retiro es una situación frecuente en los jóvenes deportistas, situación que hace quedar en incertidumbre respecto a lo que sucederá después de esa etapa y los obliga a buscar alternativas para su futuro teniendo que redefinir su sentido de vida, lo cual los lleva a ciertos cuestionamientos como: “¿para qué sirve la vida? y ¿qué significa la vida?” (Jaramillo, Carvajal, Marín y Ramírez, 2008).

Finalmente, el presente trabajo se ancla a la línea *Subjetividad e Identidades* de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás, dentro del núcleo problémico “*Subjetividad e identidades en el ciclo vital*”, dado que busca mirar los cambios que hubo en los participantes en su comportamiento, vínculos y transiciones en la vida familiar y social luego de afrontar una fase de retiro deportivo, así como su comprensión en los últimos años de su sentido de vida.

A partir de lo anterior, surge la pregunta que guía esta investigación: ¿Cómo se ha transformado el sentido de vida a través de la carrera deportiva en jóvenes que no llegaron al profesionalismo?

Objetivos

Objetivo general

Comprender como se ha transformado el sentido de vida a través de la carrera deportiva en jóvenes que no llegaron al profesionalismo.

Objetivos específicos

- Describir la experiencia del retiro deportivo en jóvenes que no llegaron al profesionalismo.
- Identificar qué factores componen el sentido de vida de los participantes después de la experiencia del retiro deportivo
- Analizar la relación entre el sentido de vida y la carrera deportiva en jóvenes que no llegaron al profesionalismo

Marco Teórico

Marco epistemológico

Este trabajo se apoya en los postulados de la fenomenología hermenéutica y el constructivismo, los cuales permiten entender cómo comprenden, crean y construyen su experiencia y su conocimiento los participantes.

Fenomenología hermenéutica

La fenomenología trata de comprender el sentido de la experiencia del ser humano, y para entender este concepto se deben tener en cuenta dos términos, el primero es la intencionalidad, que es definida por De Castro, García y González (2017) “como la necesidad de integrar el deseo y la voluntad en la acción (...) la dirección y orientación del proyecto vital del ser humano en su situación concreta en el mundo” (p 107). Esto implica acercarse y conocer la experiencia que tiene la persona en diferentes situaciones, y cómo les atribuye un significado. El segundo término a considerar es el de conciencia del ser humano, que según De Castro, García y González (2017) integra “el conocimiento racional con la vivencia implicada en dicho conocimiento” (p 20), lo cual significa que cada persona tiene limitaciones y posibilidades únicas de acuerdo con la manera en que percibe sus decisiones.

Por otro lado, la hermenéutica se va a abordar desde Packer (s.f.) “como un intento de describir y estudiar fenómenos humanos significativos de manera cuidadosa y detallada” (p3). En este sentido, hay que comprender que cada ser humano pasa por una cultura que maneja su forma de expresarse y comprender la realidad de una forma única e irrepetible (Arráez, Calles y Moreno, 2006). De acuerdo con lo anterior, surge el concepto de la intencionalidad, la cual es entendida según De Castro (2011):

Cómo nosotros percibimos e interpretamos el mundo, (...) sobre todo acerca de cómo estamos presentes ante el mundo. Nosotros no sólo somos parte del mundo, como objetos separados de éste, sino que siempre constituimos el mundo al mismo tiempo que somos parte de él (p 17).

Esta comprensión hace que la posición de que cualquier persona tenga una intención al momento de relacionarse con el otro, en donde se debe comprender a las personas como únicas y con características particulares. En conclusión, es la co-construcción entre el mundo y el ser humano la que resalta la experiencia particular de cada individuo.

Finalmente, la fenomenología hermenéutica estudia el mundo mediante la reflexión y la escritura, los cuales permiten analizar las dimensiones de relación y lógicas del conocimiento del otro, además de interrogar acerca del significado y sentido de la experiencia (Ayala, 2008). Lo anterior, permite dar cuenta de los prejuicios, disposiciones e interpretaciones en las situaciones que se encuentran sus participantes, tratando de comprender cómo el individuo crea y construye su conocimiento (De Castro, García y González, 2017). Otro término importante dentro de la fenomenología hermenéutica es el sentido, ya que resalta los valores de cada ser humano y cómo éste intenta protegerlos y expresarlos en cualquier momento de su cotidianidad, esto se hace para darle valor y sentido a la existencia, que tenga relevancia, es decir salirse de los constructos teóricos y ver las necesidades del ser humano (De Castro, 2011).

Constructivismo

Partir de una postura constructivista implica entender el sentido de vida como el proceso interno de una persona que se encuentra en constante aprendizaje, así mismo, desde esta perspectiva la construcción del conocimiento parte de un proceso individual, que se genera en la mente del ser humano, donde están almacenadas sus representaciones del mundo (Serrano y Pons, 2011). Por lo que la presente investigación parte de la experiencia que ha atravesado la persona, teniendo en cuenta sus significados, cambios y lo que piensa actualmente de su proceso de retiro deportivo.

Teniendo en cuenta lo anterior, el constructivismo parte de tres características esenciales, las cuales dan a entender la forma en que se genera el conocimiento desde esta perspectiva. La primera característica es el cambio en la forma de comprender el conocimiento, en este sentido el constructivismo tiene un corte relativista en contraposición con la ciencia tradicional empirista, pues plantea una construcción hecha propiamente por el sujeto y no por una recreación del objeto. La segunda característica es crucial, porque el individuo está inmerso de forma activa en el proceso de construcción del conocimiento. La tercera y última, menciona que es imposible separar al sujeto de lo histórico-cultural, ya que el ser humano le atribuye a esto un significado (Castellaro, 2011).

Uno de los principales exponentes de la teoría constructivista es Piaget, quien explica el aprendizaje como un proceso interno que relaciona la información nueva con las representaciones que se encontraban anteriormente, lo que conlleva a la persona a una revisión o reorganización de la misma (Serrano y Pons, 2011), es por ello que el desarrollo del aprendizaje es instrumental y para eso se plantean dos conceptos que están en constante relación: asimilación y acomodación (Castellaro, 2011).

La asimilación es un proceso en el que sujeto moldea la información recibida y la incorpora a los esquemas preexistentes, por lo que cuando ya es compatible con los esquemas

actuales se genera equilibrio en la persona; mientras que, la acomodación es el proceso por el que la persona atraviesa cuando la información nueva que entra discrepa con la ya existente, y estos dos procesos generan que tenga un cambio en su proceso de conocimiento a lo largo de su vida (Linares, 2007).

En la presente investigación, el constructivismo se articula al concepto que propone Frankl de sentido de vida, ya que permite identificar los hechos más importantes de la vida de los participantes y el significado que han construido en las diferentes situaciones y experiencias por las que han atravesado (Sehuanes, Uribe y Villar, 2017).

Además, este trabajo se apoya en la perspectiva piagetiana ya que el conocimiento es construido, el cual tiene un significado que es interpretado y procesado por cada individuo, lo cual impulsa a la persona por medio de su experiencia a generar autonomía. Esto conlleva a una conexión con el humanismo porque concibe al individuo desde su cognición y su conducta, agregando qué piensa y hace, desde una perspectiva existencial donde se le otorgan al sujeto virtudes, crecimiento y valores en el momento de aprender y tener diferentes tipos de experiencia (González, 2015).

Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, la perspectiva mixta permite acercarse a múltiples puntos de vista y diferentes formas de comprender una situación. Además, al comparar distintas voces y tipos de datos posibilita dar una mirada contextual sobre el fenómeno investigado (Cabrera y Rosales, 2016; Viteri, 2012). En este orden de ideas, el anclaje de la perspectiva mixta con el constructivismo parte que ambos comprenden que cada persona tiene una manera diferente de significar sus experiencias y dar sentido a su realidad. Por esta razón obtener distintas voces y datos que puedan ser contrastados se logra una imagen de la realidad de las diferentes perspectivas, que pueden ser complementarias entre sí.

Adicionalmente, la perspectiva mixta permite evaluar los cambios en su experiencia en el deporte, el retiro y sus retos a futuro, además, para el investigador es una manera de

comprender la situación del problema e ir construyendo conocimiento a partir de lo leído y con lo experimentado con los participantes (Pérez, 2005).

Marco disciplinar

A continuación, se expone el concepto de sentido de vida desde la perspectiva de la psicología existencial, ya que ésta permite comprender las razones, los valores y motivos que orientan a la persona a construir un proyecto de vida, y que en este caso se relaciona con la experiencia y el deporte. Entonces, cuando se presenta el retiro deportivo se genera una situación de incertidumbre que produce una redefinición del proyecto de vida, por esta razón, se aborda el concepto de ciclo vital para comprender los nuevos roles que se asumen en la familia, amigos y sociedad, lo cual es relevante para conocer cómo ha cambiado su diario vivir antes y después del retiro deportivo en diferentes contextos.

La relación entre el sentido de vida y el ciclo vital permite comprender cómo el deporte se consolida como un proyecto de vida en la infancia o en la adultez tardía. Además, para brindar una perspectiva sobre la situación de los deportistas que decidieron retirarse en la juventud y qué cambios han tenido en su vida, ya que generalmente los estudios en psicología deportiva se centran en el rendimiento, lo cual desconoce otras situaciones y dimensiones que se enfrentan los deportistas.

Sentido de vida

La psicología humanista surge en los años 60 y se constituyó como la tercera fuerza (junto con el conductismo y el psicoanálisis) que analiza la naturaleza del ser humano de una manera comprensiva, sistemática y observando los puntos altos y bajos que atraviesa cualquier persona en su vida. Entre sus máximos representantes se encuentran Fritz Perls, Viktor Frankl, Carl Rogers y Abraham Maslow (Carpintero, Mayor y Zalbidea, 1990). La presente investigación describe el sentido de vida desde el punto de vista existencialista a

partir de la propuesta de Frankl, la cual se enfoca en la realización personal de los participantes y las interpretaciones subjetivas sobre la vida (Azabache, 2018). Es por ello, que surge uno de los conceptos importantes dentro de la psicología humanista, el sentido de la vida, que fue abordado en varias ocasiones por Frankl (1991), quien describe que éste no se transmite, no viene de la tradición y es único e irrepetible. Todas las personas, en algún momento de su vida, entran a cuestionarse sobre el ¿para qué? de las cosas que hacen y el por qué alcanzar sus metas, y es en ese momento donde aparece la pregunta por el sentido de la vida. No obstante, según Frankl (1991), el hombre no se pregunta a sí mismo cuál es su sentido, sino que es la vida misma la que le plantea los interrogantes a los que debe responder, con lo que los retos se responden no solo con acciones, sino también con responsabilidad (Frankl, 1991).

El ser humano tiene cuestionamientos en cualquier situación que la vida le ponga al frente; sin embargo, su reflexión debería ir más allá de las situaciones cotidianas, puesto que “se debe analizar el sentido de la vida como un granero en el que el pasado se salva como una cosecha, un presente en el que todo lo que se haga, crea, viva y sufra, se hará solo una vez y que si se cumple el sentido se guardará en ese granero que evita cuadros patológicos como los de la depresión, suicidio y baja autoestima” (Frankl, 1991 p 120).

Desde su experiencia de reclusión en un campo de concentración, Frankl formuló una terapia que llamó logoterapia, la cual identifica tres valores que permiten a la persona reconocer su sentido de vida, estos son los creadores, vivenciales y actitudinales, que tratan de responder a las posibilidades de acción, amor y sufrimiento del ser humano. El primer valor está ligado con la creación y la realización del proyecto de vida, no directamente con su ejecución, sino con la capacidad de altruismo; el segundo es la capacidad y la experiencia de tener el sentido de amar y compartir con otra persona; y el tercero lo constituyen las actitudes que tiene la persona en su experiencia como lo es la compasión, la valentía y el sentido del

humor (Sehuanes, Uribe y Villar, 2017).

Existen varios autores actuales que parten de la teoría planteada por Frankl, uno de ellos es Alfred Längle (2005), quien establece que una persona debe en primer lugar aceptar su estar en el mundo, luego su propia vida y finalmente su identidad, posteriormente, hace referencia a la comprensión del concepto de sentido desde una visión filosófica y psicológica. Otra investigación que sobresale es la realizada por Guberman y Pérez (2005), quienes desarrollaron la técnica denominada “intención paradójica”, la cual tiene un doble principio: el miedo provoca aquello que se teme, y la hiperintención bloquea la realización del efecto que se desea. Otros trabajos relacionados con este tema fueron realizados por Freire (2002), quien desarrolló una perspectiva antropológica del sentido de la vida; Calderón (2008) investigó la logoterapia como técnica psicoterapéutica para disminuir la ansiedad en personas de la tercera edad; López (2010) indagó sobre el sentido de vida en miembros de maras con el objetivo de determinar si estos, a través de valores de actitud, habían podido darle sentido a su vida, evaluar los valores creativos por medio de sus acciones y aportes al mundo y analizar los valores vivenciales a través de su experiencia de vida; y Samayoa (2009) investigó sobre la relación entre la calidad de vida y el sentido de vida en jóvenes participantes del movimiento de Encuentros de Promoción Juvenil, teniendo como objetivo establecer si existía relación entre la calidad de vida y el sentido de vida de dichos jóvenes.

Ciclo de vida

De acuerdo con Levinson (1986), existen nueve etapas del adulto: la primera transición es desde los 17 a los 22 años, la cual involucra una estructuración e individuación de la vida en el ser humano; entre los 22 y 28 años los seres humanos construyen y desarrollan los desafíos que se trazan en la fase anterior; en la tercera etapa, que va desde los 28 a los 33 años, se analiza lo que se hizo y se prepara para estructurar la siguiente parte de la vida; la cuarta etapa va de los 33 a los 44 años y allí se culminan las aspiraciones juveniles.

En la quinta etapa, entre los 40 y los 45 años, se dan enormes cambios, ya que se entra a la edad adulta media; luego, entre los 45 y 50 años, se estructura la base de una nueva era; la séptima etapa es de los 50 a los 55 años, en la que se establece, modifica y mejora lo elaborado en la anterior fase; la octava etapa transcurre entre los 55 y 60 años, donde termina la edad adulta media y la novena etapa, que va desde los 60 a los 65, es la base de la adultez tardía.

Considerando esta propuesta, los participantes de este estudio se encuentran en el final de la primera etapa e inicio de la segunda, momento en el que los jóvenes forman una estructura provisional para enfrentar la vida. Este proceso de individuación comienza teniendo nuevas formas de relacionarse con la familia, amigos, estudios y trabajo, por lo que en este ciclo se empiezan a elaborar proyectos, metas y, además, se trata de establecer un rol en la sociedad, lo que involucra en muchos casos la salida del hogar y la formación de un nuevo núcleo familiar. Todo esto lleva al joven a tener momentos de estrés y de satisfacción en diferentes aspectos como el avance profesional, la creatividad, la realización de metas a corto, mediano y largo plazo, las relaciones de pareja y el afrontamiento de las exigencias que le hacen la familia, la comunidad y la sociedad (Levinson 1986).

Marco interdisciplinar

Para comenzar se va a retomar lo escrito por Segura, Aballe y Espinosa (2018), quienes plantean que los fenómenos sociales están interrelacionados, requieren una reflexión colectiva y una mirada desde diferentes disciplinas. También, Carbajal (2010) propone que la interdisciplinariedad es una integración entre diferentes disciplinas y que transforma los conceptos, metodologías y enseñanzas. Finalmente, Vázquez y Manassero (2016) afirman que la interdisciplinariedad trata de resolver problemas complejos, trayendo o exportando paradigmas y conceptos de diferentes disciplinas.

Dado lo anterior, esta investigación justifica su enfoque interdisciplinar presentando un concepto que se comparte entre psicología y cultura física, este es carrera deportiva, ya que involucra aspectos psicológicos y deportivos, por esta razón es imposible describirlo desde una sola perspectiva disciplinar.

Carrera deportiva

Existen diferentes momentos en la carrera deportiva que poseen sus propios desafíos, Alfermann y Stambulova (2007) los describen como una progresión de etapas que incluyen la iniciación y participación continua en un deporte competitivo y organizado, el desarrollo, la perfección y un final o retiro que puede ser voluntario o involuntario. La primera etapa involucra la elección, por parte del jugador, de una actividad deportiva enfocada en conquistar el máximo rendimiento individual en diferentes competencias. Dicho rendimiento puede ser medido de diferentes maneras, ya sea por el tiempo que estuvo el individuo en el deporte, si ejerció a nivel local, nacional o internacional, o si alcanzó un nivel amateur o profesional. En la fase final o retiro, los deportistas dejan de participar en competencias en el nivel que alcanzaron a llegar; sin embargo, pueden seguir entrenando o participando en el deporte con fines recreativos, además de desarrollar una identidad diferente con respecto a sus nuevos roles sociales.

Transiciones

El establecimiento de estas etapas, está en directa conexión con un modelo transicional aplicado a la carrera deportiva que ayuda a comprender al jugador de una manera global, es decir que se comprenda de manera psicológica, social y emocional (Pizarro 2015). Por lo que en esta investigación se va a retomar lo expuesto por Alfermann y Stambulova (2007), quienes definen las transiciones como fases normativas o no normativas que se presentan en cada jugador en su carrera, ya que cada etapa tiene unas demandas específicas relacionadas con la práctica del deporte, las competencias, la comunicación y los estilos de

vida, las cuales debe afrontar el deportista para continuar con éxito cada faceta y adaptarse a la siguiente.

Para estos autores, las transiciones normativas tienen que ver con la especialización en el deporte, el paso de una categoría a otra o incluso la vida después del deporte, mientras que, las transiciones no normativas vienen como consecuencia de eventos puntuales como lesiones o cambios de equipo, compañeros o del mismo entrenador. Las transiciones, ya sean normativas o no normativas, generan conflictos entre lo que quiere y debe hacer el deportista, lo que conlleva a un equilibrio dinámico entre cada nuevo recurso y barrera.

El proceso por el que pasa el deportista es influenciado por factores externos como la disponibilidad de apoyo social y financiero del atleta, y por factores internos como el conocimiento, las habilidades, los rasgos de personalidad, la motivación, entre otros. Sin embargo, existen situaciones contrarias que no actúan como agentes facilitadores sino como barreras de transición. Desde el modelo propuesto por Alfermann y Stambulova (2007), los recursos de transición implican todos los factores internos y externos que facilitan los procesos de afrontamiento; mientras que las barreras de transición cubren todos los factores internos y externos que interfieren con el manejo efectivo, es decir, falta de conocimientos o habilidades necesarias, conflictos interpersonales, ausencia de buenas condiciones para la capacitación, falta de apoyo financiero o social, dificultades para combinar el deporte con la educación o el trabajo. El modelo considera las demandas que debe enfrentar el deportista y los determinantes que atraviesan en su carrera como lo son la identidad, libertad de decisión, planificación post-carrera y el apoyo personal y social en cada etapa, lo que permite estudiar al individuo de forma total y no solo como deportista (Pizarro 2015).

Marco legal

En el siguiente apartado se exponen las leyes que acogen este trabajo, y que le permiten dar contexto y orientación frente al accionar ético en el proceso investigativo. De

acuerdo con lo dicho, se realizará un recorrido por el contexto legal que regula lo deportivo en el país. En primer lugar, se encuentra la Ley 181 de 1995, que establece la diferencia entre deporte profesional y deporte formativo. El primero se refiere a las personas naturales que reciben una remuneración económica, en conformidad con las normas impuestas por las diferentes federaciones internacionales; mientras que el segundo tiene como fin colaborar en el desarrollo integral del sujeto y está presente en toda carrera deportiva del individuo, además se encuentra disponible en la educación formal, no formal y en programas de desescolarización.

La ley 181 define también: a) el deporte de alto rendimiento como aquel tipo de práctica deportiva enfocada en el proceso integral hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de cualquier deportista que esté activo; b) el deporte social comunitario, como aquel que retoma el deporte como una práctica recreativa y de bienestar físico para la comunidad, que trata de integrar a la personas y busca mejorar la calidad de vida; c) el deporte universitario, el cual brinda un bienestar a sus estudiantes de educación superior, como programa académico y pretende generar bienestar a los estudiantes; d) el deporte asociado, en el cual todas las entidades privadas deben tener un orden jerárquico para que se lleven a cabo actividades y programas deportivos ya sean municipales, departamentales, nacionales e internacionales que mejoran a los deportistas de alto rendimiento; e) el deporte competitivo, que está asociado a certámenes, eventos y torneos, tiene el objetivo de lograr un nivel técnico calificado y se rige bajo las normas del deporte asociado y el deporte aficionado, que no tiene ninguna remuneración económica para los jugadores o competidores, distinto del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente.

Teniendo en cuenta lo anterior, cabe aclarar que el proceso por el cual pasan los participantes de esta investigación es de tipo formativo, se encuentra regulado por el

Ministerio de Educación y lo planifica el Sistema Nacional del Deporte, como enseñanza y utilización del tiempo libre, perfeccionamiento personal y servicio a la comunidad.

En Colombia, el deporte está regido, a nivel nacional, por el Ministerio de Educación Nacional, el Instituto Colombiano Del Deporte (actualmente denominado como Ministerio Del Deporte), el Comité Olímpico Colombiano y las federaciones de cada deporte. Las anteriores instituciones generan políticas y reglas en diferentes organizaciones y competencias; sin embargo, el componente mixto de la organización no genera claridad frente a quién se debe acudir o cómo producir proyectos para llegar a toda la población colombiana. A nivel departamental, se encuentran las ligas deportivas, clubes y entes departamentales, y a nivel municipal y distrital, los clubes deportivos, los comités deportivos y demás entidades distritales o municipales que están en contacto directo con los deportistas; pero, como se evidencia en la ley del deporte, la mayoría de organizaciones son privadas, por lo que el aporte del Estado es poco para el deporte en Colombia.

Adicionalmente, se encontró que la ley 181 regula y maneja el retiro deportivo en Colombia, específicamente, se concede un beneficio económico de cuatro salarios mínimos legales vigentes y el derecho a entrar al régimen solidario de salud. Para acceder a esto, los deportistas deben encontrarse sin empleo, además de que sean reconocidos y hayan obtenido títulos en su trayectoria. No obstante, los términos que se emplean son ambiguos, ya que no se especifica si deben ser títulos distritales, departamentales, nacionales o internacionales los que se deben tener, además, el reconocimiento no tiene claridad, ya que este puede ser por redes sociales, número de veces que salen en prensa o cómo los recuerde el deporte al cual se dedicaron. Por último, en lo que respecta a los jóvenes que pasan por el retiro deportivo no se tiene ninguna regulación que brinde un acompañamiento o estrategia para apoyarlos en la construcción de un proyecto de vida diferente al deporte.

Finalmente, este estudio al centrarse en un fenómeno psicológico, se inscribe a la Ley 1090 de 2006, enunciada por el Colegio Colombiano de Psicólogos, en donde se establecen los criterios deontológicos y bioéticos de la investigación en la disciplina. En este sentido, se acogen los principios de beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia, veracidad, solidaridad, fidelidad y lealtad, para tener un accionar ético, el cual se refleja en la rigurosidad de la investigación tanto en su parte conceptual, como metodológica, ya que se busca el mayor beneficio para los participantes. Además, se parte de crear un acercamiento con la población, en el que se respeten las diferencias culturales, sociales y de pensamiento, a través de una postura comprensiva de las experiencias de los participantes, en donde la integridad de la persona no se vea afectada. Igualmente, se tuvieron en cuenta los alcances y limitaciones del psicólogo en formación.

Metodología

La presente investigación se apoya en una metodología de corte mixto, específicamente, se utilizó un diseño anidado o incrustado (DIAC), el cual es definido por Hernández Sampieri (2011) como “la recolección simultánea de datos cuantitativos y cualitativos donde un método es predominante y guía el proyecto” (p 571). De acuerdo con lo anterior, este trabajo tuvo un mayor peso el método cualitativo, que específicamente se basa en un modelo fenomenológico hermenéutico, en donde la construcción del conocimiento parte de la profundidad y la interpretación de la información recolectada, y también son importantes factores como la apertura a la emergencia de datos y la posibilidad al cambio (Martínez, 2011).

En relación con la metodología mixta, esta pretende generar una perspectiva más amplia y profunda de un fenómeno, ya que tiene la posibilidad de analizar diferentes tipos de datos desde diversas fuentes. Esta característica permite generar un análisis que contempla

una visión comprensiva y contextual importante, porque pone en contraste diferentes puntos de vista frente a un fenómeno, lo cual permite profundizar los marcos de referencia para comprender los resultados obtenidos y así mismo, tener nuevas preguntas y caminos para investigar (Cabrera y Rosales, 2016).

En este sentido, la metodología mixta retoma del método cualitativo la capacidad de captar la realidad social, enfocándose en comprender la experiencia, subjetividad y discursos de las personas que hacen parte del estudio, por medio de la percepción de los participantes de su propio contexto. Además, explora los conocimientos, valores y actitudes que comparten los sujetos en un determinado momento de su vida, como es el caso de la presente investigación.

Para profundizar en el método cualitativo se retomó la fenomenología, según Solano (2006), esta es “la búsqueda de descubrir los significados de los fenómenos experimentados por individuos a través del análisis de sus descripciones (...) su principal enfoque se centra en la atención en la experiencia vivida de una persona y obtiene significados compartidos” (p 5). Y, finalmente, la fenomenología hermenéutica tiene que ver, como lo expone Núñez (2012), con el origen de la búsqueda del fenómeno a través de la naturaleza y las relaciones del ser, lo anterior significa abordarlo teniendo en cuenta una interpretación por parte del investigador sobre el contexto que vive el participante, para colocarse en los zapatos de este, por lo que en esta investigación se trató de comprender la experiencia que tuvo la persona en su proceso de finalización de la carrera deportiva.

En cuanto a la investigación cuantitativa lo define Hernández, Fernández y Baptista (2014) “Como una recolección de datos para probar hipótesis con base a medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (p 4). En ese sentido, el presente estudio buscó una definición del sentido de vida a partir de los

valores actitudinales, creadores y vivenciales, y con ello obtener una imagen actual del sentido de vida de los participantes.

Teniendo en cuenta lo anterior, se utilizó un diseño de tipo transversal descriptivo, ya que se aplica una sola vez para tratar de comprender el sentido de la vida que se manifiesta en este momento específico de la existencia de los participantes, lo más real y detalladamente posible.

Igualmente, al utilizar un método mixto se buscó identificar si el sentido de vida se encuentra en una zona de indefinición en aquellos jóvenes que no llegaron al profesionalismo, esto quiere decir que el retiro deportivo implicaría una reestructuración de los valores actitudinales, creadores y vivenciales que componen el sentido de vida. Esta hipótesis se puso a discusión teniendo en cuenta los datos cuantitativos y los datos cualitativos, por esta razón se utilizó la prueba PIL, la cual detalla diferentes componentes del sentido de vida de los participantes desde una perspectiva mixta, además se hizo una comparación para contrastar lo puesto en la prueba, las entrevistas y la teoría.

Finalmente, la parte cuantitativa aportó una imagen actual de los diferentes componentes del sentido de vida de los participantes, lo cual fue comparado con los resultados de otros estudios relacionados con el retiro deportivo en jóvenes obteniendo una visión amplia del problema. Mientras que, la parte cualitativa permitió explorar la experiencia de los participantes a partir de los cambios experimentados en su sentido de vida después del retiro, y su relación con otros contextos como el familiar, el laboral y el educativo. La relación entre estos métodos aportó contrastar los resultados para comprender de manera global la construcción del sentido de vida de cada participante y así mismo, la coherencia entre los datos cualitativos y cuantitativos proporcionó confiabilidad a este estudio.

Por otra parte, esta investigación es un estudio de múltiples casos, debido a que es una herramienta que mide y registra la conducta de los participantes, y puede verse reflejado en

perspectivas cuantitativas y cualitativas, mediante archivos, entrevistas, observación y objetos físicos (Martínez, 2006). Esto se evidencia en las personas que hicieron parte de este estudio, en los momentos de comprensión, cambios y reflexiones que han tenido a lo largo de su historia en la construcción de su sentido de vida y existencia. Así mismo, se consideró pertinente implementar este diseño, ya que es riguroso y flexible para abordar el fenómeno y la población desde diferentes dimensiones que componen al ser humano.

Participantes

La población a la que va dirigida la investigación consiste en jóvenes de 20 a 22 años que hayan entrenado y competido en un deporte durante los últimos 10 años o más. El muestreo fue de tipo intencional, y se seleccionaron cuatro participantes, considerando las características del estudio, en donde resalta la metodología cualitativa, puesto que la preocupación principal no está relacionada con el tamaño de la muestra, ya que no se pretende una generalización (de tipo estadística) en los resultados, sino más bien la profundización en las descripciones e interpretaciones que se realizan (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Se tuvieron en cuenta como criterios de inclusión: Que estén entre las edades entre los veinte y los veintidós años, vivir en Bogotá, haber entrenado y competido en un deporte, además de haber iniciado en el mismo hace diez años o más. Por otra parte, entre los criterios de exclusión se tomaron en cuenta el haber competido de manera profesional y retirado de la carrera a causa de una lesión, dado que el interés primordial de esta investigación está alrededor de aquellos jóvenes que consiguieron llegar a la fase de alto rendimiento, pero no lograron llegar a ser profesionales y su retiro ocurrió de manera voluntaria. En este punto, es importante anotar que la diferencia entre un deportista de alto rendimiento y uno profesional, consiste en que el segundo recibe remuneración económica por su actividad deportiva, mientras que el primero no (Sola, 2015).

Instrumentos

En cuanto a la recolección de información, se utilizaron tres herramientas: la primera, fue la grabadora de voz, la cual se implementó en toda la sesión posterior a la firma del consentimiento informado; el segundo instrumento que se usó fue el Test del Sentido de la Vida (PIL); y el tercero, una entrevista semi estructurada.

En relación con el PIL, este es un instrumento diseñado por James C. Crumbaugh y Leonard T. Maholick (1969), dirigido a personas entre los 20 y 70 años de edad, cuyo objetivo es evaluar el “sentido de vida” o su contraparte “vacío existencial” a través de una estructura cuantitativa y cualitativa (García-Alandete, Martínez, Lozano y Gallego-Pérez, 2011). Está compuesto por tres secciones: la parte A cuenta con 20 ítems que se responden en una escala tipo Likert de 7 puntos, cada ítem cuenta con diferentes puntos de anclaje dependiendo de su contenido; mientras que, en la parte B se solicita al participante que complete 13 frases sobre el sentido de su vida y, finalmente, en la parte C se escribe un párrafo donde las personas expresan libremente su situación de vida actual, describiendo en detalle los propósitos, metas y ambiciones, así como su progreso respecto a ellos.

La primera parte tiene una puntuación mínima de 20 y máxima de 140; la segunda y tercera parte tienen un carácter cualitativo y no se les asigna ninguna puntuación (Gottfried, 2016). En Colombia, la validación de la parte A del PIL fue realizada por Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012), quienes evaluaron la confiabilidad del instrumento por el método de dos mitades (pares-impares) obteniendo un índice de 0,81 a través del Coeficiente de correlación de Pearson; por el método test- re test, obteniendo coeficientes desde 0,66 hasta 0,83, con intervalos de tiempo de 1, 6, 8 y 12 semanas; y por el método de consistencia interna obteniendo coeficientes Alfa entre 0.86 y 0.97. En cuanto a la validez de constructo de la sección A, Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) proponen una estructura de tres factores que puede llegar a tener utilidad clínica y teórica: el primero de ellos es el sentido desde la capacidad de

establecer metas, el cual hace referencia a la proyección que tiene la persona sobre sí misma y cómo se visualiza posteriormente, así como el valor que le otorga a sus experiencias, donde prima la sensación de control sobre la vida. Este primer factor está compuesto por los ítems 7, 10, 11, 13, 16, 17, 18, 19 y 20. El segundo factor tiene que ver con el sentido desde el componente hedónico de la vida, que se define como un significado afectivo o emocional a la propia vida y cotidianidad (compuesto por los ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 9). El tercer y último factor está relacionado con la sensación de logro, la cual se interpreta como la sensación de realización y de haber alcanzado algo en la vida, pero desde una retrospectiva de la misma (ítems 8, 12, 14 y 15). Esta propuesta de Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) se utilizó como guía en el presente trabajo a la hora de analizar las puntuaciones de los participantes en cada uno de los factores de la sección A del PIL. Con respecto a las secciones B y C del instrumento, estas fueron incluidas dentro del análisis cualitativo, ya que este es relevante para comprender el sentido de vida, además de proyectos, metas a futuro y cómo afrontan algunas situaciones.

Respecto a la entrevista semiestructurada, esta estuvo organizada inicialmente alrededor de tres categorías: carrera deportiva, ciclo de vida y sentido de vida. Para la categoría de carrera deportiva, las preguntas orientadoras fueron: ¿Cuál fue el motivo de su retiro? ¿Durante el momento de retiro, cómo era su relación con el entrenador y compañeros? ¿Qué otros factores influyeron en su decisión de retirarse? ¿Qué significó para usted haberse retirado de su carrera deportiva? ¿Cómo eran sus horarios antes y después del retiro? ¿Cuáles eran las expectativas que tenía cuando estaba en la carrera deportiva? ¿Qué cambios hubo a partir de la decisión del retiro? ¿Cómo fue su trayectoria deportiva?

La segunda categoría en la que se trabajó fue la de ciclo de vida y sus preguntas orientadoras fueron: ¿Qué esperaba su familia de usted como deportista? ¿Cómo se ve en cinco años? ¿Cómo ve que es su familia dentro de cinco años? ¿Qué le gusta hacer a parte del deporte? ¿Su familia lo apoyaba en el deporte?

La tercera categoría fue el sentido de vida y sus preguntas orientadoras: ¿Actualmente qué piensa de ese deporte? ¿Actualmente cuál cree que debería ser su rol en el deporte? ¿Qué valores le dejó el deporte? ¿Cuáles de esos valores se mantienen hoy en día y cuáles han cambiado? ¿Qué actividades disfruta hacer en compañía de su familia? ¿Le teme a la frustración?

Análisis de datos

Para el caso de los datos cualitativos se utilizó el análisis de contenido, ya que esta técnica permite según Abela (2002) “la interpretación de textos ya sean escritos, grabados donde se recolectan toda clase de registro de datos (...) es su capacidad para albergar un contenido que leído e interpretado adecuadamente nos abre las puertas al conocimiento de diversos aspectos y fenómenos de la vida social” (p 2). Para esto, se establecieron tres categorías iniciales (sentido de vida, ciclo de vida y carrera deportiva) y se elaboró la matriz que se observa en la tabla 1, la cual permitió una mejor comprensión de los datos recolectados, además de contribuir al reconocimiento del contenido oculto que a primera vista no hubiera sido identificado por parte del investigador en las secciones B y C del PIL y en la entrevista semiestructurada.

Para el análisis de los datos cuantitativos (puntajes obtenidos en la parte A de la prueba PIL) se utilizaron estadísticas descriptivas (media, desvío, mínimo, máximo) y para la interpretación se tuvieron en cuenta los tres factores propuestos por Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) - capacidad de establecer metas, componente hedónico de la vida y sensación de logro- y los baremos desarrollados por Noblejas (1994). Finalmente, se hizo un relación y comparación entre los resultados cualitativos y cuantitativos, para ver las similitudes, diferencias y nuevas situaciones que por separado no se habrían contemplado.

Tabla 1.*Matriz Utilizada para el Análisis de los Datos Cualitativos*

<i>Matriz de Análisis Categorical</i>		
Categorías	Unidades De Análisis	Interpretación

Procedimiento

La primera fase de la investigación comenzó como un proceso reflexivo para establecer el tema a estudiar, posteriormente se revisó la literatura, donde se limitó el fenómeno y se identificaron las categorías del presente trabajo, siguiendo por establecer su pertinencia y relevancia, además, se desarrolló una pregunta la cual guió el proceso investigativo, y se concluyó con el desarrollo conceptual y categorial del fenómeno.

En la segunda fase de la investigación se estableció el método que orientó el proceso. Para ello se consultó con varios docentes expertos y a partir de diversos análisis se optó por una metodología mixta con estudio de caso múltiple, junto con la aplicación de la prueba PIL y de una entrevista semiestructura.

Además, esta parte involucró la colaboración de la docente tutora en mirar la pertinencia de las categorías y la obtención, revisión y modificación de la prueba, después se elaboraron preguntas de la entrevista semi-estructurada de acuerdo a las personas que van dirigidas, su relevancia y como se relacionan con este trabajo. Adicionalmente se hizo un simulacro de intervención en donde se observó al investigador, al momento de aplicación de la prueba, también su desarrollo, hilo conductor y manejo del escenario, teniendo una retroalimentación de la importancia de las preguntas, duración y proceso del ejercicio.

Finalmente, se elaboró la plantilla de comité de ética, la cual tuvo una revisión detallada de los dilemas éticos y legales del presente trabajo, y concluyó con las recomendaciones del docente par, las cuales se tomaron en cuenta y se corrigieron.

La tercera fase de la investigación comenzó en el momento en que el investigador entró en contacto con los posibles participantes y acordó las condiciones del encuentro. Se tuvo en cuenta que el participante dispusiera de por lo menos una hora, dado que la recolección de datos se realizó en una única sesión con cada participante. Dicha sesión tuvo una introducción en la que se dio a conocer de forma verbal y escrita el consentimiento informado y, en seguida, se procedió a aplicar el PIL. Luego de esto, se realizó la entrevista semi-estructurada en la cual se indagó con mayor profundidad sobre los factores que estuvieron presentes antes, durante y después del retiro deportivo.

La recolección de la información se llevó a cabo entre el 3 y el 27 octubre de 2019, en el Campus San Alberto Magno de la Universidad Santo Tomás, en las cámaras de Gesell ubicadas dentro de las instalaciones, ya que estas ofrecen la oportunidad de grabar video y audio, además de aislar el sonido, lo que le permitió al participante tener más confianza con el investigador, puesto que es un sitio más cómodo y con fácil acceso.

En la cuarta fase del proceso investigativo se recopilaron las grabaciones de las entrevistas y de las pruebas PIL, posteriormente se hizo una transcripción y codificación de este contenido de la siguiente manera: la parte A del PIL, se calificó a partir de la validación hecha por Ortiz, Trujillo y Trujillo y lo realizado por Noblejas (1994), y para la parte B y C y la entrevista semiestructurada se utilizó la técnica de análisis de contenido, ya que se buscó la interpretación de los datos partiendo del punto de vista del participante para identificar elementos ocultos a primera vista (Páramo, 2011). Para esto, se optó por la construcción de varias matrices, una primera donde se analizaron los datos de la parte B y C del PIL, y luego

un segundo tipo de matriz que se elaboró con cada una de las entrevistas y sus respectivas categorías.

Para la elaboración de la discusión se estructuró cada apartado de acuerdo a las categorías establecidas, respondiendo con estas la pregunta problema y los objetivos propuestos, para después concluir con las limitaciones y sugerencias del presente ejercicio investigativo, para posteriores trabajos.

La quinta y última fase constó de la realización y devolución de resultados, la cual se hizo de manera personal con uno de los participantes en el Campus San Alberto Magno y de forma virtual con los otros tres, teniendo en cuenta la facilidad de acceso para los mismos. En esta sesión individual, se les informó el análisis de los resultados, cómo varió su sentido de vida a partir de la prueba y sus relatos, cuáles fueron las principales razones que tuvieron para culminar su carrera deportiva, además de platicar del proceso, aportes, limitaciones y sugerencias que ellos tuvieron del proceso investigativo.

Consideraciones éticas

Valoración de riesgo

La valoración del riesgo del presente trabajo se definió según la resolución 8430 de 1993 en la categoría de investigación con riesgo mínimo, puesto que no se pretende cambiar la conducta de los participantes o involucrar personas con una condición de vulnerabilidad. No obstante, este trabajo no estuvo exento de riesgos, ya que la persona podía atravesar por una situación de desbordamiento emocional en el momento de la aplicación de la entrevista, puesto que las preguntas pueden movilizar emociones, recuerdos y sentimientos que afectan al participante. Para ello, cabe reconocer que el ejercicio fue realizado por un psicólogo en formación, por ende, se revisaron técnicas de atención en crisis y primeros auxilios psicológicos, además de haber adquirido algunas competencias en todo el proceso formativo.

También, la presente investigación estuvo bajo la supervisión de una docente tutora, la cual realizó procesos de retroalimentación del ejercicio, antes, durante y después de la aplicación, para revisar y generar cambios en aras de prevenir posibles daños y definir estrategias de atención y/o remisión de los participantes en caso de ser necesario.

Por otra parte, el instrumento que se utilizó en la presente investigación cuenta con evidencia de validez en diferentes países (España, Argentina, Colombia, entre otros). En Colombia, Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) recogieron evidencia de la validez y confiabilidad de la parte A del PIL. La selección de instrumentos que cuentan con evidencia de buenas cualidades psicométricas y que, en lo posible, hayan sido trabajados en el mismo contexto cultural de donde se extrae la muestra, contribuye a salvaguardar el principio de beneficencia para el participante.

Orientado a este mismo principio, y considerando además el principio de no maleficencia, se realizó, antes de la aplicación de la entrevista, un simulacro en donde en compañía de la docente tutora se evaluaron las preguntas, su pertinencia e influencia y se retroalimentó todo el proceso. Adicionalmente, el investigador pasó por un proceso de autorreflexión junto con la docente tutora, en donde se evidenciaron sesgos y prejuicios que podrían perjudicar el proceso investigativo.

Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario explicitar la Ley 1090 de 2006, propuesta por el Colegio Colombiano de Psicólogos, la cual describe la deontología y bioética que rigieron este proyecto, en donde se destacó el uso de la evaluación de técnicas, el bienestar al usuario, la confidencialidad, la responsabilidad y la competencia. Por lo tanto, se hizo un ejercicio de búsqueda de una prueba válida y confiable, también se debatió el diseño cualitativo más pertinente, además se elaboraron unas medidas, pasos a seguir y precauciones que guiaron el acercamiento a los participantes, recolección de datos, análisis de resultados y devolución de los datos obtenidos.

Principio de beneficencia

El primero es el principio de beneficencia, quien según Amaya, Berrio y Herrera (2015) lo definen “como el mantener altos estándares de competencia en su trabajo en beneficio de los mejores intereses de los usuarios y de salvaguardar los derechos de las personas, grupos, comunidades e instituciones con las que interactúan profesionalmente” (p 2). Por lo que esta investigación tuvo en cuenta que el psicólogo a cargo trató de llevar al participante a una reflexión, reconocimiento y comprensión de su propia existencia y experiencia.

Principio de no maleficencia

El principio de no maleficencia, según Amaya, Berrio y Herrera (2015) se define “como la labor del psicólogo en esforzarse activamente en evitar causar daño en su ejercicio profesional” (p 4). Con lo anterior la labor del psicólogo en esta investigación debe ser principalmente de protección frente al uso de intervenciones que no están científicamente comprobadas, porque se podrían hacer interpretaciones inapropiadas, por lo que, para prevenir este suceso, se ha realizado una revisión bibliográfica del instrumento PIL, de sus propiedades psicométricas y estudios que se han realizado en población colombiana, con el fin de verificar la idoneidad y calidad de la prueba.

Respecto a la entrevista semi-estructurada se ha indagado en diferente bibliografía qué causas son las que generan el retiro deportivo y se han revisado las preguntas orientadoras junto con la tutora de trabajo de grado, de manera que se verifique su pertinencia y claridad. Por otro lado, se tuvieron que establecer y advertir los riesgos por los que los participantes atraviesan al hacer parte de este estudio y tener los medios garantizadores para interrumpir la intervención si llegara a tener consecuencias negativas para los individuos.

Principio de Justicia

El principio de justicia es descrito por Amaya, Berrio y Herrera (2015) “como el acto hecho por el psicólogo por el cual se reconoce que todas las personas tienen el derecho equitativo a los beneficios de la psicología, y procuran brindar de forma equilibrada la misma calidad en los procesos, procedimientos y servicios” (p 6). Este principio se ve reflejado en el momento de recolección de la información, evitando de parte del investigador cualquier tipo de prejuicio, discriminación y teniendo claros los límites en el uso de la información que brindan los participantes como lo son el consentimiento informado y la confidencialidad de la misma.

Principio de autonomía

El principio de autonomía lo describe Amaya, Berrio, y Herrera. (2015)” Como los psicólogos reconocen el derecho de las personas a su privacidad y autodeterminación”. Para evitar vulnerar este principio, se les informó a los participantes que eran libres de participar en el estudio y podían retirarse cuando ellos quisieran y que sin su consentimiento informado no se podía tener ningún tipo de intervención.

Devolución de la información

Finalmente, la devolución de resultados es parte fundamental de la investigación, ya que es un proceso que aclara dudas, recibe sugerencias y precisa detalles que los participantes hayan tenido a lo largo del proyecto, lo cual está vinculado a los principios de beneficencia y no maleficencia

Consentimiento informado

Para el proceso del consentimiento informado, primero: se contactó a los participantes vía telefónica o vía email, donde fueron citados en una sesión de una hora de acuerdo a su disponibilidad de tiempo, en el que se les hizo lectura del consentimiento y se

respondieron sus inquietudes, sugerencias, y principalmente, esto sirvió para establecer los acuerdos frente al proceso investigativo. Para la protección de la privacidad de los participantes, la información que se obtuvo en este estudio, mantuvo estricta confidencialidad de los datos personales de los participantes, sus familias o las instituciones involucradas. Solo se compartió con los directores, asesores y equipos de investigación en los espacios académicos y tutorías realizadas con el fin de avanzar con el proceso investigativo.

Protección de datos

La protección de los datos obtenidos fue sujeta a un proceso de encriptación, en donde aquellos registros escritos que dieron cuenta de cada una de las descripciones de los participantes se ocultaron por medio de las iniciales del primer nombre y apellido. En cuanto a los registros auditivos y digitales, estos fueron guardados en el servidor Google Drive al cual se encuentra adscrita la cuenta de correo institucional, y su único acceso es por medio de una contraseña, que se compartió entre el tutor y el investigador. Además, que la aplicación de las entrevistas se realizó en las cámaras de Gesell de la universidad, por su aislamiento de sonido, que permitió mayor confidencialidad y redujo el riesgo de filtración de la información a terceros.

Beneficios para los participantes

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, los beneficios de la investigación están encaminados a comprender e identificar los diferentes aspectos de la vida del participante, que lo llevaron al retiro deportivo, y a reconocer los cambios que se produjeron en el sentido de vida. Esto contribuye a reinterpretar el significado de sus acciones, pensamientos y sentimientos para reafirmar su sentido y proyecto de vida, además se identificó cómo afrontaron todo el proceso, qué estrategias utilizaron en su momento y cuáles de ellas se mantienen.

En relación con lo anterior, se buscó que en el momento de la aplicación se creará un espacio donde los participantes se sintieran cómodos y escuchados, por medio de preguntas abiertas y con la posibilidad de ser reformuladas teniendo en cuenta la situación. Igualmente, con el proceso de devolución de resultados se dio la oportunidad de conocer y opinar sobre el proceso investigativo, y realizar modificaciones teniendo en cuenta la percepción de los participantes, además de conocer los pensamientos, acciones y significados que cambiaron posterior a la intervención.

También, esta investigación da cuenta de la importancia de enfocarse en el retiro deportivo y sus implicaciones en la vida de los deportistas, que permitirá que se desarrollen futuras investigaciones sobre este tema, y continuar con procesos interventivos que busquen que el retiro sea una situación que se lleve de manera satisfactoria y con menor riesgo de generar crisis con consecuencias que afecten la salud mental de los deportistas.

Resultados

Se seleccionó una muestra de cuatro (4) personas que entrenaron en diferentes disciplinas deportivas, ya habían culminado sus estudios de secundaria y en el momento de esta investigación se encuentran cursando una carrera universitaria. La muestra se distribuyó de la siguiente manera: tres (3) hombres y una (1) mujer, de los cuales dos de ellos de veintidós (22) años de edad, uno de veintiuno (21) y el último de veinte (20) años de edad. Dos de ellos pertenecen al estrato socioeconómico cuatro y los otros dos al cinco. Finalmente, uno de los participantes pasó por el tenis, dos entrenaron fútbol y la mujer hizo su carrera en el patinaje.

A continuación, se van a exponer los principales resultados de la presente investigación, comenzando por los cuantitativos y luego los cualitativos.

Análisis cuantitativo

Se aplicó la prueba Purpose In Life (PIL) al 100% de los participantes, sus resultados se evidencian en la tabla 2 de la sección A del PIL categorizada por factores y participantes, lo cual permite el análisis del propósito de vida de cada uno de los integrantes de la muestra.

Tabla 2.

Resultados Para La Sección A Del PIL, Por Factor Y En Total, Para Cada Participante

Factores y Total	Participantes			
	E. T	G.G	M.F	W.C
Sentido desde la capacidad de establecer metas	31	37	36	35
Sentido desde el componente hedónico de la vida	35	35	32	33
Sentido desde la sensación de logro	20	16	14	22
Total	92	85	83	86

Fuente: Propia

En relación a las puntuaciones totales obtenidas por los participantes, y tomando como base los baremos españoles propuestos por Noblejas (1994), y las dos posibles interpretaciones que allí se consignan (siguiendo el criterio de Lukas o de Crumbaugh y Maholick), se considera pertinente recurrir a los planteamientos de Crumbaugh y Maholick (1969), puesto que estos mismos autores fueron retomados por Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) para llevar a cabo la validación del PIL en Colombia. Según Noblejas (1994), el criterio de Crumbaugh y Maholick, aplicado a los baremos españoles, implicaría la

organización de los puntajes totales en tres categorías: Si el resultado de la prueba arroja una puntuación menor que 90, indicaría la falta de un claro sentido de vida; puntuaciones entre 90 y 105 constituirían una zona de indefinición respecto al sentido de vida; y, finalmente, si se obtienen puntuaciones mayores que 105, esto evidenciaría la presencia de metas y sentido de la vida.

En este sentido, al revisar las puntuaciones totales obtenidas por los participantes en la sección A del PIL, se observa que el participante E.T se encuentra en una zona intermedia o de indefinición con respecto a su sentido de vida; mientras que los demás participantes, M.F, G.G y W.C, se ubican en el rango de ausencia de sentido de vida. Teniendo en cuenta las edades de los participantes y las actividades a las que se dedican, las cuales están encaminadas a su formación profesional y personal, se puede afirmar que se encuentran en la búsqueda de su sentido de vida.

Tabla 3.

Estadísticas Descriptivas Para La Sección A Del PIL.

Factores y total	Media	Desviación estándar	Puntajes mínimos	Puntajes máximos
Sentido desde la capacidad de establecer metas	34,75	2,27	31	37
Sentido desde el componente hedónico de la vida	33,75	1,29	32	35
Sentido desde la sensación de logro	18	3,16	14	22
Total	86,67	3,85	83	92

Fuente: Propia

Adicionalmente, se tomaron en cuenta los factores propuestos por Ortiz, Trujillo y Trujillo (2012) para la sección A del PIL: sentido desde la capacidad de establecer metas, sentido desde el componente hedónico de la vida y sentido desde la sensación de logro. Se puede observar que todos los participantes obtuvieron puntajes similares en cada uno de los factores. En la tabla 3 se presentan algunos descriptivos para cada factor y para la puntuación total: media, desviación estándar y los valores mínimo y máximo. En esta tabla se evidencia que hubo similitud entre los puntajes de los participantes, pues las desviaciones son pequeñas, lo que indica que los resultados se encuentran muy cercanos a la media sobre todo para el caso del segundo factor que corresponde al sentido desde el componente hedónico de la vida, lo que indica que en la vida de los participantes se presenta una tendencia a enfocar su sentido de vida hacia una pareja o familia. El factor que presentó mayor variabilidad fue *sentido desde la sensación de logro* (desviación igual a 3,16), lo cual indica que, algunos participantes han enfocado más su sentido de vida hacia las acciones como ayudar a otras personas, mientras los otros no lo consideran.

Tabla 4.

Puntuaciones Individuales Transformadas En Percentiles Para Cada Factor – Sección A Del PIL

Factores	Participantes			
	E.T	G.G	M.F	W.C
Sentido desde la capacidad de establecer metas	49,21	58,73	57,14	55,56
Sentido desde el componente hedónico de la vida	71,43	71,43	65,30	67,35
Sentido desde la sensación de logro	71,43	57,14	50	78,57

Fuente: Propia

Para la interpretación de estos factores no se cuenta con baremos. Sin embargo, se realizó una aproximación mediante la transformación de las puntuaciones directas de los factores en percentiles (ver tabla 4). Esta transformación nos permite observar que casi todas las puntuaciones se ubican entre el percentil 25 y 75. Las puntuaciones de todos los participantes en el factor “capacidad de establecer metas” se ubican cerca del percentil 50 y también, de manera consistente, en un percentil inferior con respecto a las obtenidas en el factor “componente hedónico de la vida”. En el componente “sensación de logro” se encuentra la única puntuación ubicada por encima del percentil 75 (obtenida por W.C), y es también el factor en el que los participantes obtuvieron puntajes medios altos, teniendo una distribución hacia la derecha (los resultados estuvieron entre un veinte y un quince por ciento por encima del percentil 50). Finalmente, en el factor *sentido desde la sensación de logro* se observó una mayor variabilidad, con puntajes ubicados entre medio y medio alto. A nivel individual se observa que, de manera consistente, M.F se ubicó por debajo de sus compañeros en los factores “componente hedónico” y “sensación de logro”; sin embargo, en el factor “capacidad de establecer metas” está dentro de las puntuaciones más altas.

Análisis cualitativo

Para la sistematización de los resultados cualitativos se elaboró una matriz por participante, la cual involucró las siguientes categorías: sentido de vida, ciclo vital, carrera deportiva (considerando aquí las etapas propuestas por Alfermann y Stambulova (2007)), y afrontamiento, esta última emergió durante las entrevistas, ya que fue una forma en la que los participantes asumieron algunas situaciones que se les presentaron en su diario vivir, ya fuera tomando decisiones con su familia o amigos.

Para la codificación de los trechos de las entrevistas, se organizaron las transcripciones de las intervenciones de los participantes en líneas, y a cada línea se le asignó

un número. Lo mismo se hizo con las respuestas obtenidas en la sección B y C del PIL (ver anexos 4.1, 4.2, 4.3, y 4.4). De esta forma, en las matrices que se presentan a continuación, en la columna de unidades de análisis, se encontrará el número correspondiente a la línea, seguida de las iniciales del participante (esto para lo relacionado con las entrevistas). Para la clasificación de las respuestas obtenidas en la parte B del PIL se utilizó la letra B, después el número correspondiente a la pregunta y, finalmente, las iniciales del participante. Para los trechos correspondientes a la sección C del PIL se utilizó la letra C, seguida de un número (que corresponde a la línea de la transcripción de la respuesta del participante – Ver anexos 4.1, 4.2, 4.3, y 4.4-), y finalmente las iniciales del participante.

La tabla 5 presenta el análisis de las entrevistas y de las secciones B y C del PIL realizada a W.C. Este participante entrenó fútbol y artes marciales mixtas, sin embargo, al final de la carrera deportiva prevaleció el fútbol, y jugó como delantero en el equipo Leeds Capital. Su retiro ocurrió a los 17 años, cuando entró a la universidad a estudiar fisioterapia. En el momento de la aplicación de esta entrevista cursaba quinto semestre.

Tabla 5.

Resultados De La Entrevista Y De Las Secciones B Y C Del PIL Para El Participante W.C

<i>Matriz de análisis categorial de W.C</i>			
Categorías	Unidades De Análisis	Interpretación	
Sentido de vida	[48 W.C; 64 W.C; 66 W.C; 80 W.C; B 5 W.C; C 1 W.C]	Para el participante el fútbol en sus primeros años era su objetivo de vida, pero con el paso de tiempo y al asumir otras responsabilidades, piensa ahora que el fútbol es una actividad complementaria, como se	

puede ver en el siguiente fragmento: “Yo ahorita lo veo como, siempre lo vi, como una manera de salir de la rutina y divertirme, pero, siempre lo he visto de esa manera, solo que llegó a un punto que lo veía como toda mi vida, jugar, toda mi vida era hacer eso, pero después, ya cambié la perspectiva”.

El participante tiene como meta ayudar a las personas, no solo centrarse en sí mismo, y esto se refleja en la parte C de la prueba: “Mis propósitos van ligados a todo mi proceso formativo como fisioterapeuta, como lo es graduarme para ayudar a la sociedad, crear mi propia clínica”.

Afrontamiento [60 W.C; 72 W.C; 84 W.C; 86 W.C; 88 W.C; 100 W.C; B 6 W.C]

Para el participante el deporte tiene un bajo impacto en la sociedad, mientras que la academia deja una mayor huella en la humanidad, lo cual se ve reflejado por medio del siguiente relato: “en mi perspectiva que obviamente el fútbol, es muy limitado lo que uno puede aportar, porque lo que decía da alegrías y toda la vaina, y pues llegado el caso, como ganan bastante dinero, crean fundaciones y cosas así, pero no es que aporten algo a la sociedad, como tal; entonces, lo académico, siempre me ha parecido más importante porque aportaba más, o sea, digamos en fisioterapia, si yo podía ayudar al menos a un deportista pues me sentía bien o si no es un deportista, es un niño, entonces en el fútbol sentía que se quedaba corto, en ese sentido, lo veía más como un hobby, no como una profesión”.

También, el participante piensa que el fútbol es limitado por toda la corrupción que existe para llegar a

ser profesional, esto se evidencia en el siguiente fragmento: “me veía como futbolista, antes de los 16-17, además, hubo muchos factores, uno era que yo al fútbol ya no lo veía tan agradable, ya que me di cuenta de todas las roscas y todas las vueltas que tocaban para ser futbolista, todo el problema de cómo uno veía que eran las tres cosas, palanca, suerte o dinero, si, entonces eso me molestaba poco, porque cuando yo estaba en Leeds, había un chico que era extranjero y era de dinero, en algunas ocasiones me bancaban por él, pero no había motivos, pues el motivo era que era amigo del técnico”.

Ciclo vital [58 W.C; 92 W.C; 96W.C; 98 W.C]

El participante cree que la responsabilidad y la disciplina fueron fundamentales para su identidad, ya que su familia ha sido lejana de las decisiones que él ha tomado, esto lo manifiesta por medio del siguiente segmento “la relación con mi familia siempre ha sido lejana, yo creo que también fue por el fútbol, porque yo tuve que viajar bastante tiempo y entrenaba mucho, entonces, no tuve una conexión con ellos porque nunca he estado, entonces sí hay afecto y sí hay lazos, pero no hay como comunicación, entonces pues a futuro, sé que voy a estar con mi familia pero no es que seamos la superfamilia”.

Además, el participante se traza metas a corto plazo, las cuales intenta cumplirlas cada dos o tres meses. Él afirma que “nunca me veo como a futuro, si no que me veo como a cortos lapsos, pero yo tengo como unas metas que están durante esos cinco años, que digamos es como ya estar graduados o si voy a seguir haciendo

una especialización, ya debo estar incorporado en un trabajo, también debo tener como algo con el deporte”.

Carrera deportiva	[4 W.C; 6 W.C; 28 W.C; 30 W.C]	En su carrera deportiva el participante comenzó su primera etapa (iniciación) practicando el fútbol los fines de semana con su tío, esto se evidencia en sus relatos: “pues siempre era con mi tío, siempre que veía que necesitaba guayos él me los compraba, él no pedía nada y me daba todo, siempre me acompañaba a los partidos, siempre que él me veía en el fútbol, él me ayudaba”. Es posible identificar la segunda etapa de la carrera deportiva de W.C. (desarrollo), cuando afirma “después de eso pasé a Leeds Capital, allá estuve mucho tiempo y ahí fue como el gran proceso de formación, porque ahí tuve torneos nacionales, jugué liga élite, duré bastantes años”. La tercera etapa (perfección) y cuarta etapa (retiro) la relata el participante de la siguiente manera: “estuve probándome en otros equipos como Santa Fe, pero la gran trayectoria fue en Leeds Capital” y en el final de su carrera deportiva estuvo “en Leeds capital fue el último equipo en el que jugué”.
--------------------------	---------------------------------	--

En la tabla 6 se presenta el análisis de las entrevistas y la prueba B y C del PIL realizada a E.T, quien practicó tenis por muchos años e intentó volver a jugar en la universidad, pero la falta de tiempo se lo impidió. Además, se retiró a los 15 años por el robo de todos sus instrumentos deportivos, por este motivo se dedicó a la música. Finalmente, en el momento del estudio manifestó que se encontraba en sexto semestre de antropología y en octavo semestre de psicología.

Tabla 6.

Resultados De La Entrevista Y De Las Secciones B Y C Del PIL Para El Participante E.T

<i>Matriz de análisis categorial de E. T</i>		
Categorías	Unidades De Análisis	Interpretación
Sentido de vida	[22 E.T;62 E.T; 64 E.T;66 E.T; 68 E.T; C 1 E.T]	El participante está enfocando sus esfuerzos y tiene varias ideas por desarrollar. En primer lugar, pretende terminar su carrera de psicología y antropología, posterior a eso quiere ser psicólogo deportivo por todo lo que experimentó en su vida, además, de retomar actividades de su pasado como la música. Esto se evidencia en el siguiente relato: “como un psicólogo antropólogo, con uno o dos álbumes, habiendo hecho más toques, desempeñándome en la psicología deportiva pensando en una maestría”. Además, el tenis le ha hecho adquirir al participante los valores del respeto, la paciencia y la adaptabilidad, en donde él manifiesta ser un mejor individuo, según sus siguientes palabras “sigo siendo respetuoso, en cierta medida soy paciente, y como que soy adaptable por todas las condiciones que me llevaron a dejar el tenis a nivel competitivo, buscaba alternativas desde antes de dejarlo, leía sobre psicología del deporte, veía videos, y me preguntaba”. Finalmente, el participante manifestó que sus metas y proyectos estaban enfocados en el tenis, antropología, psicología y la música, lo cual expresa en la parte C de la prueba de la siguiente manera “He vuelto a tomar clases de tenis y participar en algunas competencias. He compuesto

canciones y me he presentado en lugares. Además, estoy terminando mis carreras, aunque me falta desarrollar las habilidades necesarias para ser un buen psicólogo deportivo”.

Afrontamiento	[14 E.T; 16 E.T; 28 E.T; 40 E.T; 54 E.T; 58 E.T]	El participante actualmente piensa que el campo de la psicología deportiva es muy importante, ya que en su experiencia, la parte psicológica en el tenis fue un problema y esto se ve reflejado en el siguiente fragmento: “pues en general, yo tengo facilidad para jugar tenis, pero el coco me jode bastante y sentía más presión cuando jugaba dobles, porque tenía la presión del otro jugador, como ey juega bien, no sé qué, además porque tocaba coordinar entrenamientos para que estuviéramos los dos, buscar estrategias”. Por otra parte, el participante al terminar su carrera deportiva pasó por un proceso difícil en el que le costaba manifestar su experiencia, y esto se ve en el siguiente fragmento: “pero si me dolió, incluso después de varios años, me encontré con unos amigos y me preguntaron cómo qué tal el tenis, y al hablar sobre el tema sin darme cuenta se me aguaban los ojos al hablar sobre eso porque después de verme encaminado y hacer ese cambio, sí”.
----------------------	--	---

Ciclo vital	[36 E.T; 46 E.T]	La familia del participante lo inscribió y acompañó en la mayoría de actividades de música y tenis, haciendo cualquier tipo de trámite que la academia o federación le pidiera para competir, y esto se ve en el siguiente relato cuando dice: “yo era chiquito, tomaba clases de guitarra, también tenía un profesor particular que venía a mi casa a enseñarme clases de guitarra pero lo dejé, luego, empecé
--------------------	------------------	--

con el tenis de alto rendimiento y después veía mi guitarra, como que me volví a animar, luego fui a clases de guitarra pero el tenis interfirió un poco porque las clases eran los sábados en la tarde y los torneos de tenis a nivel nacional también, entonces no podía ir al final, entonces comencé a diario la música y pues también con lo del atraco, entonces ya empecé a alejarme un poquito del tenis y a dedicarme a la música, formamos una banda y hacíamos conciertos , toques”.

Carrera deportiva [2 E.T; 6 E.T; 8 E.T; 10 E.T; 16 E.T; 34 E.T; 42 E.T; 60 E.T; 66 E.T]

El participante en su primera etapa (iniciación) probó en varios institutos deportivos hasta que llegó al tenis, comenzó los fines de semana y lo manifiesta a través del siguiente relato: “Pues yo creo que empecé como todos, como jugando de todo un poquito, jugué fútbol, jugué squash, practiqué ping pong, básquetbol, hasta que llegué al tenis y empecé a practicarlo, primero pues yendo con el colegio un día a la semana”.

En su segunda etapa (desarrollo), el participante pasa a entrenar todos los días e incluso llegando a tener competencias nacionales y regionales. Esto se evidencia en el siguiente relato “después como que me gusto más, entonces terminé viéndolo también como la clase que nos daban entre semana, más lo fines de semana, después de eso me interesó más, como que tenía la habilidad para jugarlo, entonces me inscribí a alto rendimiento entre semana y comencé a practicar a alto rendimiento entre semana e iba los fines de semana por recochar, después de eso me emocioné, por así decirlo un poco más, sí, me inscribí a la Federación Colombiana de tenis”.

En la tercera etapa (perfección), el participante tenía cronogramas deportivos y participó en torneos internacionales, lo expresa de la siguiente manera: “yo tuve un proceso raro porque estuve en un nivel alto competitivo porque hasta me enseñaban cronogramas, donde me decían en estas temporadas tienes que jugar estos partidos nacionales, estos partidos internacionales, debes llegar a este ranking para entrar”. En su retiro deportivo intentó volver a retomar el deporte, pero ya por cuestiones de tiempo y universidad perdió el hábito.

La última etapa (retiro) del proceso, se dio cuando accedió a la universidad en la que tuvo un momento en la que decidió retomar el tenis unos años después de su primer retiro. Él lo manifiesta de la siguiente forma: “por ejemplo, intenté inscribirme a la selección de la universidad, pero lo hice mal, porque llevaba 3 - 4 años sin jugar. Entonces, mientras volví a adquirir la habilidad no alcancé a pasar, me presenté en el primer semestre, pero también fue por temas de pereza, porque yo viviendo tan lejos de la universidad y tener que llevar ropa de cambio, la toalla, las raquetas y a la vez las fotocopias, los cuadernos y otras cosas por Transmilenio, entonces no pasé. Después, me volví a inscribir los fines de semana, iba a los de alto rendimiento cuando podía, cuando las clases no se me cruzaban, y volví a jugar como torneos no a nivel nacional pero sí en festivales y cosas así”.

En la tabla 7 el participante G.G practicó fútbol durante toda su carrera deportiva, la mayoría de su trayectoria estuvo en la Equidad, al terminar el colegio se encontraba en su punto más alto de rendimiento, por este motivo se dedicó un año únicamente a entrenar en este deporte. En cuanto a su retiro, se debió a una promesa que hizo con sus padres, que

consistía en estudiar una carrera profesional, en este caso ingeniería. La tabla 7 presenta el análisis de la entrevista realizada a este participante, junto con la parte B y C del PIL.

Tabla 7.

Resultados De La Entrevista Y De Las Secciones B Y C Del PIL Para El Participante G. G

Matriz de análisis categorial de G.G		
Categorías	Unidades De Análisis	Interpretación
Sentido de vida	[49 G.G; 55 G.G;87 G.G; C 1 G.G]	El participante quiso cambiar la imagen sobre cómo lo veían en el colegio, al momento de entrar a la universidad, además de obtener una doble titulación y vivir fuera del país. Desde que tiene memoria, el participante siempre ha querido convertirse en futbolista y lo manifiesta mediante el siguiente relato: “mi deporte es el fútbol desde los 5 años entrenando, pero en sí desde que nací. Los primeros regalos, la primera muda de ropa fue un uniforme de fútbol, me empezaron a inculcar en la sangre y desde chiquito, así no entendiera nada, no estuviera consciente, desde los dos meses, desde el primer año, con mi papá en la sala, durmiendo con mi papá, viendo fútbol, cuando tuve la capacidad de pensar y recordar lo que pienso, lo que digo, lo que hago, yo quería entrenar, jugar”. Además, en la actualidad G.G. sigue entrenando y manteniéndose en forma, buscando equipos de fútbol dentro del contexto de la universidad, ya que expresa: “ lo primero que averigüé fue el equipo de fútbol de la universidad, entré y el entrenador me preguntó ¿qué sé de

fútbol?, esto, esto y me probé y de una vez entré, jugamos en ASCUN, estuve con unos compañeros de los Andes, y me contaron que así pasó con Duque, el que está en Millonarios, él estaba jugando con los Andes y lo vio alguien, por eso no pierdo la fe, no porque pasen milagros así sino uno nunca sabe”.

Para concluir esta categoría, cabe mencionar que el participante quiere en un futuro ser una mejor persona, que afronte los problemas y no se derrumbe ante las adversidades que se le presenten. El participante resalta su rol como ingeniero e influencer, y el haber logrado “acostumbrarse” a estudiar, ya que antes no le gustaba hacerlo. Esto lo expresa en la parte C de la prueba PIL, por medio del siguiente fragmento: “Ser un ingeniero exitoso e influenciador, además de saber hacer las cosas de la mejor manera, y lo más importante, ayudar a los demás. También, veo que ir por mitad de mi carrera es un gran avance para mí, que no soy una persona que le guste tanto el estudio, y por otro lado estoy haciendo las cosas como se debe, ser yo mismo y ser constante, y a pesar de las dificultades no dejarse tumbar y siempre mirar hacia adelante y recordar las metas que te trazaste al empezar”.

Afrontamiento [2 G.G; 28 G.G; 32 G.G; 75 G.G; 83 G.G]

El participante concibe el fútbol como una forma de divertirse y entretenerse, como una forma de pasar el tiempo, viendo, jugando y aprendiendo del mismo en todo su proceso como deportista, dejando de lado la parte del dinero y de la fama. Lo anterior se ve en el siguiente fragmento: “los números era lo que menos se me dificulta, tenía un don, sin estudiar me iba bien, por eso a la parte académica no le prestaba mucha atención, sino era entrenar

y entrenar, igual soy en la universidad, hay veces me dicen que si no tengo que estudiar, sí, pero estoy viendo fútbol o en otros compromisos, depende de lo que esté haciendo, generalmente estudio viendo fútbol, siempre he sido así, sigo siendo igual”.

Ciclo vital	[16 G.G; 20 G.G; 47 G.G; 59 G.G; 71 G.G;]	Los padres estuvieron cerca en la toma de decisiones, ya que cuando el participante decidió dedicarse un año al fútbol, recibió gran apoyo por parte de ellos, de igual forma al momento de conseguir universidad, lo cual se ve retratado en el siguiente relato “...por ese lado siempre fue un apoyo, en cambio en el estudio no le importaba si era primero, quinto, lo que importaba era que pasara todo, eso era lo importante, yo me inculqué eso en la cabeza y pasar con buenas notas, al contrario de mi mamá, que ella sí me decía por qué se va a entrenar si tiene que estudiar. Si no ha hecho tareas”.
--------------------	--	--

El participante tuvo un cambio personal, al salir del colegio y llegar a la universidad, él mismo quiso cambiar su forma de actuar, lo cual se evidencia en el siguiente fragmento: “sí, yo en el colegio no era un chico malo, uno más ahí, y eso, y a veces, ni aparecía, yo cuando salí del colegio tuve un cambio muy grande hasta la actualidad soy otra persona, yo siempre me consideraba así, voy a ser otra persona, diferente a como era en el colegio, ser como yo soy ahorita”.

Carrera deportiva	[2 G.G; 4 G.G; 12 G.G; 14 G.G; 18 G.G]	El participante tuvo la etapa de iniciación en el fútbol desde los cinco años por influencia del papá, siempre entrenó de lunes a viernes y jugó los fines de semana, lo anterior se evidencia en el siguiente fragmento “mi deporte es el fútbol
--------------------------	---	--

desde los 5 años entrenando, pero en sí desde que nací. Los primeros regalos, la primera muda de ropa fue un uniforme de fútbol, me empezaron a inculcar en la sangre y desde chiquito, así no entendiera nada, no estuviera consciente, desde los dos meses, desde el primer año, con mi papá en la sala, durmiendo con mi papá viendo fútbol, cuando tuve la capacidad de pensar y recordar lo que pienso, lo que digo, lo que hago, yo quería entrenar, jugar. Empecé creo que desde los 6 o 7 años, me tracé la meta de llegar a donde los grandes profesionales porque yo entrenaba no solo con los niños sino con los grandes en Santafé en ese momento”.

La segunda (desarrollo), tercera (perfección) y la cuarta etapa (retiro) lo vivió en Bogotá F.C, en la que vivió, se formó y compitió en la liga de Bogotá, pero que el final de su carrera se dio por la corrupción y la poca inversión que se les brinda a los jugadores, eso se denota en el siguiente relato del participante: “La sub20B tenía la posibilidad, pero no lo hicimos, lo federativo, la sub20 aprobó primero no todos, luego pasamos nosotros a probar, pasé la prueba para estar en la sub20 A. Me dieron dos semanas para probar en la sub 20 A, pero también me dijeron que probara en la sub 20 B. Trajeron unas personas de Cali, cuando nos íbamos a presentar los de la B y los profesionales, jugamos con ellos y, lo dijo el director, fue un buen partido, ese partido lo ganamos. En todo hay un promedio, porque a pesar de que el presidente nos vio, se quedó con los de Cali”.

En la tabla 8, se encuentra los resultados de la entrevista y de la parte B y C del PIL de la participante M.F, quien se dedicó al patinaje y se desempeñó como deportista de alto rendimiento, participó en competencias a nivel local, departamental y nacional, y se retiró

porque piensa que es muy corta la vida deportiva. Por este motivo, se dedicó a estudiar derecho y cuando hizo parte de este estudio se encontraba en el último semestre. La tabla 8 muestra el análisis de la entrevista realizada a M.F.

Tabla 8.

Resultados De La Entrevista Y De Las Secciones B Y C Del PIL Para La Participante M.F

Matriz de análisis categorial de M. F		
Categorías	Unidades De Análisis	Interpretación
Sentido de vida	[27 M.F; 29 M.F; 31 M.F; 57 M.F; C 1 M.F]	A la participante M.F. el patinaje le proporcionó valores como: disciplina, constancia y fuerza de voluntad, los cuales le permitieron lograr sus metas y continuar en los momentos de crisis, lo cual se manifiesta en el siguiente relato: “disciplina, constancia y fuerza de voluntad ¡Claro! disciplina, porque si tu empiezas algo tienes que terminarlo, constancia, si quieres lograr un proceso tienes que estar ahí, ahí, fuerza de voluntad, si te caes levántate porque tienes que continuar y terminar”. La participante se proyecta en un futuro trabajando en una empresa privada, casada y acompañada de su familia. Esto se denota en la parte C de la prueba: “mis propósitos, ambiciones y metas, todas van encaminadas a un mismo fin, el de ser una profesional grandiosa, reconocida por su trabajo, lo cual me daría satisfacción y felicidad”.
Afrontamiento	[15 M.F; 41 M.F 43 M.F; 55 M.F; 65 M.F; 69 M.F; 77 M.F]	La participante piensa que la carrera de un deportista se queda corta, ya que a los treinta años se tiene que optar por otra disciplina y lo expresa de la siguiente forma:

“realmente lo que hago es pensar qué vale más el deporte o el estudio, sé que para dedicarme 100% al deporte es dejar el estudio de lado y yo pienso ¡uau!, el deporte para mí, no me da de comer, el deporte tiene una edad, a una edad de los 30 años y ya, si no estudiaste de que vas a vivir, por eso más que todo lo dejé, el estudio pesa más que el deporte para mí”.

M.F. comprende la felicidad como el estar bien con la familia, amigos y trabajo, que sean uno apoyo para ella y lo manifiesta de la siguiente manera: “la felicidad abarca tantas cosas, como estar bien contigo misma, con tu familia, el estar bien con un núcleo social en el que te desenvuelves, qué más te puede decir, todo, llevar un estilo de vida grato para ti, no que te imponga la sociedad, ni terceros como tus padres, sino que tú mismo anhelas, que tú mismo te sientas satisfecho de llevar”.

Ciclo vital	[17 M.F; 19 M.F; 73 M.F;]	Los padres siempre influyeron en la toma de decisiones de la participante, ella lo comenta de la siguiente manera: “más que todo el que me apoyaba siempre fue mi papá, estaba totalmente de acuerdo, hija estudia algo, o, es tu decisión, pues recuerda, tú tienes un límite para el deporte, qué vas a hacer después, mi papá fue una figura influyente, él me decía, estudia, estudia, no te puedes quedar solo con el deporte. Mi mamá siempre estuvo a un lado en esa parte, ella era, usted hable y se entiende con su papá”.
--------------------	---------------------------	--

Carrera deportiva	[2 M.F; 5 M.F; 13 M.F]	M.F. estuvo en el patinaje más de diez años, en la escuela JGB y compitió a nivel nacional, local y regional. Ella se refiere a su trayectoria de la siguiente forma “Mi deporte es el patinaje de velocidad, inicié a los 10 y medio estuve
--------------------------	------------------------	--

practicándolo por 10 años, fue excelente, me gustó, competí a nivel nacional, nivel local y regional”.

Análisis comparativo

Finalmente, se llevó a cabo una comparación entre los resultados cuantitativos y los cualitativos obtenidos en la prueba aplicada (PIL) y en la entrevista semi-estructurada. En ese sentido, se observó que E.T tiene mayor organización y orientación en relación con su sentido de vida, debido a los proyectos que se ha planteado como, por ejemplo, querer ser psicólogo deportivo, el cual está significado por la experiencia deportiva que experimentó en años anteriores. Además, E.T manifiesta que se le dificultó el deporte (tenis) por problemas de ansiedad y estrés que tenía en el terreno de juego. Es por ello que se encuentra afrontando la etapa de la adultez de una manera más eficaz, ya que está construyendo proyectos a futuro, lo cual da cuenta de una indefinición que estaría acorde con los resultados de la entrevista.

En cuanto a los participantes M.F y W.C, si bien tienen marcados unos objetivos y un proyecto de vida, no tienen claro para qué quieren realizar determinadas acciones en su vida o qué labores desean desempeñar en un futuro, esto se refleja en la puntuación que obtuvieron en la sección A del PIL (ambos se ubicaron en el rango de ausencia de sentido de vida con 83 y 86 puntos respectivamente), y se manifiesta también en su constante búsqueda de lo que les gusta, esto se expresa en la entrevista en los momentos en que están en otro deporte y quieren desempeñar sus carreras profesionales. W.C se encuentra cursando quinto semestre de fisioterapia y día a día descubre nuevos aspectos que le gustan de su carrera y aún se encuentra en la búsqueda del área en la que desea desempeñarse, y M.F ya finalizó los estudios profesionales en derecho y se encuentra en busca de su trabajo ideal.

Por último, los resultados obtenidos por el participante G.G en la sección A del PIL (85 puntos) lo ubicaron en el rango de “ausencia de sentido de vida”, esto va acorde con sus

relatos expuestos durante la entrevista, en los que se evidenció que no existe claridad frente a su proyección a largo plazo como futbolista, especialmente sobre las acciones o planes que le permitirían conseguirlo, pero sí en los cambios que realiza en su diario vivir, como por ejemplo: estudiar con más dedicación, realizar actividades que no disfrutaba como futbolista con amigos y compañeros, convertirse en youtuber, entre otras.

También se evidencian algunas situaciones precisas respecto a lo que puntuaron en cada factor, el primero es el sentido de la capacidad de establecer metas en la que los resultados obtenidos discrepan de los relatos realizados, ya que E.T fue el que tuvo menor puntaje (31), pero es el que más proyectos y metas a largo plazo presenta, según lo manifestado en la entrevista, mientras G.G fue el que tuvo mayor puntaje (37) presentando solo cambios espontáneos que ha realizado al pasar por el retiro deportivo.

El segundo factor es el sentido del componente hedónico de la vida, en el cual todos puntuaron medio alto, lo cual tiene concordancia con los relatos, ya que han tenido bastante cercanía con la familia, amigos y parejas, además de que la mayoría de sus actos han sido reflexionados para luego tomar decisiones en su vida.

El último factor del sentido desde la sensación de logro fue en el que los participantes tuvieron más diferencias, lo cual tiene bastante relación con las entrevistas realizadas, esto se debe a que cada uno afronta un momento diferente de la etapa universitaria, además influye el proceso del retiro deportivo, cómo lo asumen actualmente y cómo se ven a futuro. Esto se evidencia en E.T, quien puntuó 20 y es coherente porque él está terminando la universidad, sabe qué quiere al culminar esa etapa y cómo se formó para afrontar el reto de ser psicólogo deportivo. También W.C, quien puntuó 22, manifiesta que tiene un proyecto claro que le atribuye a su carrera, y tiene una perspectiva de cómo ayudar y tener relevancia en la sociedad actual. Por otro lado, G.G y M.F obtuvieron los puntajes más bajos: 16 y 14

respectivamente. Esto puede atribuirse, en el caso de G.G, a su experiencia en el fútbol, ya que no pudo lograr su sueño por lo menos hasta el momento de este estudio; y en el caso de M.F, porque si bien ha alcanzado varios logros, tiene la incertidumbre de cómo triunfar como abogada.

Discusión

El siguiente apartado tiene la intención de dar respuesta a la pregunta problema que orientó el proceso investigativo, la cual consistía en comprender cómo se ha transformado el sentido de vida a través de la carrera deportiva en jóvenes que no llegaron al profesionalismo. Para ello, se busca generar una conversación entre los aportes teóricos y los resultados a los que se llegó, siendo esta organizada de acuerdo con las categorías que guiaron el proceso de análisis: sentido de vida, carrera deportiva, afrontamiento y ciclo de vida.

En relación con lo anterior, el sentido de vida tiene la cualidad de que pueden existir una cantidad infinita de formas de vivenciarlo, ya que cada persona de acuerdo con sus experiencias particulares plantea una idea de bienestar para sí mismo. Sin embargo, las maneras en que las personas perciben o comprenden cuál es su sentido de vida, no están relacionadas con una proyección o un plan de vida organizado, por lo tanto, su sentido de vida no se consolida y se comienza a desdibujar en su vida cotidiana. Por esta razón, se busca orientar las acciones que realiza la persona en su vida diaria para llegar a consolidar su sentido de vida. Además, contribuye al afrontamiento exitoso de situaciones adversas, ya que desarrolla capacidades como la autonomía, autodeterminación y compromiso con sus ideales (García-Alandete et al., 2011).

Lo anterior se refleja en la experiencia del participante E.T, donde las situaciones que atravesó cuando era tenista lo llevaron a estudiar psicología, como lo fue no tener un acompañamiento psicológico en competencia y entrenamiento, ya que estos le hacían

experimentar ansiedad, la cual se convirtió en una de las razones que por las que pasó por el retiro deportivo. Posterior a eso, llegó a la conclusión de que debía enfocarse en la parte deportiva para tener herramientas que evitarán que otros deportistas pasen por lo mismo que él pasó.

Igualmente, la capacidad de autonomía va acompañada de la visibilización de recursos y herramientas con las que cuenta la persona para consolidar su sentido de vida, estos pueden ser personales, familiares o sociales. Esto mismo sucedió con el participante E.T, quien comenzó analizar las situaciones que obstaculizaron su formación como tenista, una de ellas era la falta de acompañamiento psicológico para direccionar adecuadamente sus emociones y pensamientos en las competencias, fue por este motivo que decidió estudiar psicología. Por otra parte, E.T. reconoció que fue fundamental el apoyo que le brindó su familia frente a las decisiones que tomó alrededor de su retiro deportivo, como en el caso de sus nuevos proyectos en temas como la composición musical y, posterior a ello, el inicio de sus estudios en la universidad.

Otro componente para comprender el sentido de vida son los valores descritos por Frankl (2004) los cuales son: creadores, vivenciales y actitudinales. Los primeros se manifiestan según Sehuanes, Uribe y Villar (2017) en “cómo el individuo encuentra un sentido llevando a cabo un acto, esta sería la idea existencial tradicional al comprometerse con la realización del proyecto de su propia vida” (p 11). Lo anterior se identifica en los participantes E.T, W.C y M.F, el primero porque se proyecta en unos años como psicólogo deportivo, el segundo expresa que quiere crear una clínica en la que pueda ayudar a otras personas y la tercera manifiesta que sus ambiciones y metas van ligadas al derecho, lo cual le daría satisfacción y felicidad. El participante G.G, si tiene proyectos a corto y mediano plazo, pero no dio tantos detalles como para categorizarlos en este apartado.

Por su parte, los valores vivenciales se manifiestan según Sehuanes, Uribe y Villar (2017) en “el sentido al tener una experiencia a través del amor, donde se puede amar a alguien (...) y así lograr nuestro propio sentido personal dentro de un proyecto de vida compartido” (p 11). Esto se podría relacionar con la participante M.F, la cual quisiera verse no solo con un trabajo sino acompañando a su padre, madre y novio dentro unos años; sin embargo, y a pesar que lo mencionó, no se identificó en qué grado tiene fundamento este aspecto para su vida, mientras que las otras personas que hicieron parte de este estudio dieron muy pocos detalles como para clasificarlos en esta categoría.

En tercera instancia se encuentran los valores actitudinales, los cuales se expresan mediante un valor específico que asume el individuo y se aferra a este, para servir a otras personas (Sehuanes, Uribe y Villar, 2017). Este valor se denota en W.C al querer crear su clínica para ayudar a otras personas; sin embargo, al igual que el caso anterior no se pudo apreciar la trascendencia que tiene para el sujeto dicho valor; mientras que en los otros participantes no se evidenció puesto que es un recurso que poco utilizaron para construir su sentido de vida.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la prueba PIL, en la que tres participantes se clasificaron en la categoría de ausencia de sentido de vida y uno en la zona de indefinición, se debe enfatizar que están en la etapa de la juventud, lo cual implica que estén en un constante estado de crisis y debate que le sirve al individuo para afianzar su propia identidad. Lo anterior sucede porque se encuentran en un estado de duda por el momento de la vida en que se encuentran y esto se debe a que no saben en qué son buenos, para qué sirven o qué papel quieren desempeñar, lo cual genera un vacío existencial; sin embargo, esto sirve para crecer y encontrar un propio ritmo estable de la vida con sus propios proyectos y contenidos de su vida (Huamani y Ccori, 2016). Esta búsqueda de sentido se denota en las pruebas cuando el participante W.C manifiesta que sus propósitos van ligados a todo su

proceso formativo como fisioterapeuta, y en la participante M.F al hablar de sus ambiciones y metas de conseguir éxitos profesionales, lo cual le daría satisfacción y felicidad.

Por otra parte, el sentido de vida se ha estudiado mediante el siguiente interrogante “¿en qué tipo de actividades debe expresarse un buen sentido de la vida?” (Sánchez, 2005, p 22). Este es un cuestionamiento que ha intentado orientar diferentes tipos de estudios con un enfoque ético y moral, en los cuales se plantea que el sentido de vida debe tener un componente que dé cuenta de una actitud de ayuda y solidaridad hacia el otro, y que no solo se comprenda por medio de concepciones individualistas. Esto se evidencia en el participante E.T, quien tiene una proyección de aportar a los otros a partir del cuidado y la orientación, dado que piensa aplicar sus conocimientos en niños y jóvenes deportistas que sufren ansiedad y estrés en situaciones de juego, para que no pasen por su misma experiencia y tengan más herramientas para afrontar este tipo de dificultades.

Lo anterior es una exposición de los aspectos que reflejan un sentido de vida consolidado; sin embargo, hay que tener en cuenta que las dinámicas de vida que se llevan actualmente han modificado la realización personal a partir de los placeres inmediatos y necesidades impuestas, lo cual lleva a que las personas asuman opciones de vida que no pasan por un debido proceso reflexivo y consciente (Giraldo, 2014). En este sentido, el participante G.G tomó una serie de decisiones que no reflejan una proyección a futuro, sino que responden a unas necesidades inmediatas de cumplir expectativas de otros, ya que después de su retiro deportivo consiguió un acuerdo con su padre, el cual consistía en iniciar estudios universitarios sin que ello represente una opción de vida para él.

Por otro lado, y dando paso al análisis del retiro deportivo en los participantes, hay que tener en cuenta que es una experiencia significativa, la cual conlleva a la discontinuidad del rol de deportista que tenía una función primordial en la vida de la persona, ya que organizaba su experiencia y demás aspectos personales. Entonces, lo anterior implica una

transformación del proyecto y estilo de vida de la persona, y da paso a una serie de cambios que debe enfrentar la persona, en aspectos económicos, sociales, psicológicos y físicos Carter-Thuillier et al. (2016).

En relación con lo anterior, el retiro deportivo es un proceso complejo, que su éxito depende en parte de la capacidad de la persona para afrontar esta situación y de la rapidez con la que inicie una nueva actividad (Carter-Thuillier et al., 2016). Esto también depende de las experiencias de la persona, por ejemplo, de los contextos diferentes a los deportivos en los que ha participado y el contacto que ha tenido con otras opciones de vida (Vélez, 2004).

Además, el retiro deportivo debe analizarse desde las circunstancias que llevaron a la persona a tomar esta decisión, ya que estas causas tienen consecuencias en su proceso de transición (Duque-Ingunza y Dosil, 2017). Es por ello, que se evidenció en los participantes que la culminación en el deporte no estaba enfocada hacia su sentido de vida sino hacia otras actividades, que le proporcionan a la persona mayor satisfacción y sentimiento de realización personal. Lo anterior se denota en el participante W.C, en el momento en que solo se dedica al fútbol y llega a la conclusión que el deporte sí hace parte de su vida, pero como complemento y hobby, no como su principal camino, ya que piensa que la ciencia tiene un mayor impacto en la sociedad que el fútbol.

En consecuencia, con lo dicho anteriormente, a la relación entre el retiro deportivo y el sentido de vida, también se le suma la categoría de ciclo de vida, ya que todos los participantes pasan por un momento de individuación y cambio de rol dentro de su familia y en la sociedad. Nuevos propósitos comienzan a surgir y estos les permiten tener un bienestar subjetivo, lo que origina una experiencia de vital útil y metas que los llevan a una sensación de autorrealización, elementos claves para consolidación de un sentido de vida (Frankl, 2014). En este sentido, los participantes asumieron su retiro deportivo, ya que debían asumir nuevas responsabilidades, una de ellas es el inicio de sus estudios universitarios, además de

trabajar y hacerse cargo de sus propios gastos, como sucede con el participante G.G, quien después de su retiro dio paso a otras actividades como: a dedicarse a ser influencer y trabajar los fines de semana para poder asumir algunos gastos dentro de su hogar.

Lo anterior se relaciona con la teoría de Levinson (1986), ya que los participantes entraron a la etapa “early adulthood”, en la cual deben tomar decisiones cruciales frente al proyecto de vida que quieren construir, como iniciar un trabajo, estudios universitarios o una familia. Lo anterior significa, en el planteamiento de Frankl (2014), que hay una experiencia de libertad y responsabilidad, lo cual se convierte en una oportunidad para el desarrollo de la autodeterminación y, con ello, la búsqueda de satisfacción personal.

En este orden ideas, desde la propuesta de Duque-Ingunza y Dosil (2017), no hay que desconocer la importancia de una intervención profesional que puede disminuir los factores de estrés que produce la retirada deportiva, y que se centra en la inserción de experiencias diferentes al deporte, como educativas, sociales y recreativas, que aumenten el encuentro con otras fuentes de satisfacción y realización personal, especialmente para aquellos casos donde el desarrollo personal estaba exclusivamente enfocado al éxito deportivo. Esto se evidenció, ya que los participantes indicaron que durante su retiro deportivo no tuvieron un acompañamiento profesional que los guiara, a ellos y a sus familias, a desarrollar herramientas o estrategias para elaborar nuevos proyectos en sus vidas.

Teniendo en cuenta lo anterior, surge la categoría de carrera deportiva la cual desde la perspectiva de Alfermann y Stambulova (2007), involucra cuatro etapas que atraviesa un deportista, la primera de ellas es la iniciación en la cual los padres le generan a su hijo seguridad, bienestar e influencia, ya que se vuelven un modelo de comportamiento que corrige dentro y fuera del escenario deportivo (Vidal, 2015). Esto se detalla en los relatos de los participantes, cuando manifiestan que por sus papás o tíos les interesó el deporte y

siguieron en este, y que tuvieron acompañamiento de estos familiares en entrenamientos y en las competencias.

La segunda etapa se denomina desarrollo, que consiste en el inicio de una afinidad por el deporte, lo cual conlleva a realizar un proceso de entrenamiento diario, entrar a competir, y a aprender sobre el deporte en el que se desempeña. Igualmente, el entrenamiento diario y la correcta comprensión y ejecución de una técnica ayudan a que el deportista desempeñe un mejor papel en su deporte (Batule, 2012). Sobre este aspecto, los participantes indicaron que llegaron a sentir una identificación con una institución deportiva, en donde comenzaron, los formaron e iban a entrenar a diario, conocieron competencias como las ligas de Bogotá y aprendieron fundamentos técnicos del deporte.

La tercera etapa toma el nombre de perfección, la cual se entiende como el grado de experticia en un deporte, lo que permite desarrollar diferentes soluciones ante situaciones de juego. De acuerdo con Ruiz (2003), en esta fase los deportistas “emplean su sistema visual de forma mucho más eficaz y extraen mejor y más pertinente información a partir de menos señales visuales en una situación deportiva” (p. 244). En este sentido, los participantes en competencia lograban identificar las fallas de las técnicas de sus rivales, también entendían sus funciones y las de sus compañeros en una posición y trataban de mantener un estado físico adecuado.

Finalmente, la etapa de retiro deportivo se desencadena por dos circunstancias: la primera, cuando el jugador toma la decisión propia de llevar a cabo en un futuro próximo el abandono del deporte, y la segunda, se presenta por circunstancias de fuerza mayor y sucede de manera inesperada (Baires y López, 2018). Estos tipos de retiro los vivieron los participantes ya que, en parte, la salida del deporte fue de manera voluntaria. Lo anterior se refleja en las experiencias de W.C y M.F: el primero, luego de dedicarse un tiempo al fútbol, se dio cuenta que para él era un complemento, por lo tanto, decidió enfocarse en otras

actividades; y el segundo, considera que la vida deportiva es muy corta, y por este motivo debe dedicarse a aprender otras habilidades. Por su parte, los participantes E.T y G.G tuvieron una salida abrupta del deporte, el primero por ser víctima de robo de todos sus implementos deportivos y el segundo por un trato familiar que debía cumplir.

No obstante, cuando se presenta el retiro deportivo no significa la discontinuidad de la práctica deportiva, sino que cambia la motivación, en este caso, hacia los beneficios percibidos en la vida personal de cada participante, como ser entrenador, satisfacción, amistad, entre otros.

Lo explicado sobre el retiro deportivo va anclado a un proceso de afrontamiento, que en esta investigación emergió a través de los relatos con los participantes, ya que ellos pasaron por la transición entre el retiro y el inicio de una nueva actividad, y allí se pueden experimentar problemas emocionales y enfrentar desafíos vocacionales. Por esta razón se ha buscado incluir estrategias o herramientas que permitan comprender cómo los deportistas afrontan el retiro deportivo de forma exitosa (Barker, Barker-Ruchti, Rynne & Lee, 2014). En este orden de ideas, es necesario explicar qué se entiende como afrontamiento, el cual desde la perspectiva de Brannon citado por Piemontesi y Heredia (2009), se comprende “como aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas, que son valoradas como excedentes o desbordantes de los recursos el individuo” (p 102).

Lo anterior ayuda a entender cómo los participantes atravesaron por una fase de toma de decisiones para llegar al retiro deportivo, cambiar su proyecto de vida y roles que habían asumido. Sumado a lo anterior, se deben considerar tres aspectos que proponen Piemontesi y Heredia (2009), el primero de ellos se refiere a un proceso cambiante, que refleja su resultado a través de un enfrentamiento exitoso o no. Esto se evidencia en W.C mediante lo expresado en la entrevista, porque dice “En mi perspectiva que obviamente el fútbol, es como muy

limitado lo que uno pueda aportar, porque digamos lo que decía da alegrías y toda la vaina y pues llegado el caso, pues como ganan bastante dinero, crean fundaciones y cosas así, pero no es que aporten algo a la sociedad, como tal; entonces, lo académico, siempre me ha parecido más importante porque aportaba más, ósea, digamos en fisioterapia, si yo podía ayudar al menos a un deportista pues me sentía bien o si no es un deportista, es un niño”. Lo anterior fue una reflexión que W.C hizo del fútbol y lo que significa para él.

En relación con la participante M.F, al plantearse sus metas para afrontar su adultez, ella dedujo que el deporte no tenía una larga vida y que a sus treinta años se quedaría sin esta opción. Lo anterior se ve plasmado en el siguiente fragmento: “ realmente lo que hago es pensar qué vale más el deporte o el estudio, sé que para dedicarme 100% al deporte es dejar el estudio de lado y yo pienso ¡waw!, el deporte para mí, no me da de comer, el deporte tiene una edad , a una edad de los 30 años y ya, sino estudiaste de que vas a vivir, por eso más que todo lo dejé, el estudio pesa más que el deporte para mí.”. Esta reflexión fue su principal motivo para retirarse del patinaje y estudiar derecho.

Por su parte, al participante E.T le costó un poco más afrontar el retiro , ya que se adentró en la música y lo dice de la siguiente manera “Yo tuve un proceso raro porque estuve en un nivel alto competitivo porque hasta me enseñaban cronogramas donde me decían en estas temporadas tienes que jugar estos partidos nacionales estos partidos internacionales, debes llegar a este ranking para entrar a este, pero paulatinamente ya con lo del atraco fui alejándome de ese mundo y entrando a la música poniéndolo en porcentajes fue como un 80% de tenis un 20% de guitarra ya después como un 60 y un 40, los 50 y 50 y así”. Por lo anterior, y sumado al robo de sus implementos, decidió recurrir a la música como una forma de asumir ese espacio que le dedicaba antes al tenis.

Por último, G.G sigue en un proceso de afrontamiento en el que a veces quisiera continuar en el deporte y a veces continuar su carrera, y lo expresa en el siguiente fragmento

“Lo primero que averigüé fue el equipo de fútbol de la universidad, entré y el entrenador me preguntó ¿qué sé de fútbol?, me probé y de una vez entré, jugamos en Ascun, estuve con unos compañeros de los Andes, y me contaron que así paso con Duque, el que está en Millonarios, él estaba jugando con los Andes y lo vio alguien, por eso no pierdo la fe, no porque pasen milagros así, sino uno nunca sabe”.

El segundo aspecto propuesto por Piemontesi y Heredia (2009), involucra una respuesta fisiológica y aprendida por la experiencia del sujeto, ésta la manifiesta mayormente E.T, el cual decía “Sí me dolió, incluso después de varios años, me encontré con unos amigos y me preguntaron como qué tal el tenis y no sé qué y al hablar sobre el tema como que sí y sin darme cuenta se me aguaban los ojos al hablar sobre eso, porque después de verme encaminado en esa vaina y hacer ese cambio”. Hay que resaltar la expresión “*se me aguaban los ojos*” cuando hablaba de su salida del tenis; mientras que los otros participantes no utilizaron este tipo de respuesta.

El tercero aspecto hace alusión a un esfuerzo para manejar la situación buscando restablecer la normalidad o adaptarse a lo nuevo que se presenta (Piemontesi y Heredia, 2009). En cuanto este aspecto, G.G y W.C decidieron buscar el gimnasio para mantener su estado físico, también entraron por un tiempo al equipo de fútbol de la universidad y juegan con sus amigos. El participante E.T entró a la música y ha estado vinculado al deporte a lo largo de estos años, haciendo prácticas en psicología deportiva; y M.F entró a la universidad, además de ser profesora de patinaje por un tiempo.

De acuerdo con lo mencionado, los participantes identificaron que en este proceso de transición asumieron diferentes estrategias, como las propuestas por Carlín y Garcés (2012): la primera fue encontrar una nueva actividad de interés, por ejemplo, el participante E.T, decidió adentrarse en el mundo de la música, conformando una banda y presentando muestras musicales en diferentes escenarios. Otra estrategia es mantenerse ocupado, ya que el

participante G.G después de su retiro decidió estudiar, comenzar a entrenar en el gimnasio, ser influencer y trabajar. También se encuentra la opción de entrenar o ejercitarse, en el caso de W.C, él sigue en el gimnasio y aprendió artes marciales mixtas. La cuarta estrategia es hablar con alguien, aunque esta última fue poco la utilizada, ya que los participantes manifestaron que pasar por el retiro fue una experiencia dolorosa en su momento y que preferían no hablar del tema. Por último, está la opción de mantener contacto con el deporte y/o amigos del deporte como en el caso de la participante M.F, quien por un tiempo fue entrenadora de patinaje.

En consecuencia, con los relatos de los participantes y con diferentes estudios en relación con el retiro deportivo, se pone de manifiesto la importancia de llevar a cabo un proceso transitorio en donde se contemple un acompañamiento psicológico y una formación profesional alternativa a la deportiva. También crear redes apoyo que permitan mantener la relación entre los compañeros que hicieron parte de la constitución del deportista. Por último, es necesario que las escuelas y las organizaciones deportivas mantengan relaciones con sus ex deportistas en diferentes actividades, porque el interés no debe estar basado solamente en el rendimiento deportivo sino también en brindarles un acompañamiento (Carlín y Garcés, 2012; Barker et al., 2014; Duque-Ingunza y Dosil, 2017). Finalmente, teniendo en cuenta cómo los participantes llevaron a cabo su transición, se hace necesario en los procesos de formación deportiva incorporar el trabajo en estrategias de afrontamiento, ya que estos pueden ser recursos que se utilicen en las competencias y ser transferidos a situaciones más allá del deporte (Barker et al., 2014).

Para concluir, los participantes están en un momento de cambio y toma de decisiones, esto se debe a que están transformando los roles que tenían cuando fueron deportistas, con sus familias y sus amigos, ya que optaron por entrar a la universidad, trabajar, entre otros, es decir, llevar a cabo otras actividades debido a que están entrando a la etapa de adultez, lo cual

genera incertidumbre frente a su futuro y proyecto de vida. No obstante, los participantes tienen diferentes tipos de afrontamiento que implementaron en el momento del retiro deportivo, como ir al gimnasio o tener otra ocupación y se relaciona con la prueba realizada, ya que tuvieron una puntuación media, porque ellos siguen construyendo un camino diferente al de ser deportistas, pero están en un proceso de constante búsqueda. Además, siguen manteniendo al deporte en sus vidas ya sea por hobby o trabajando en este, luego de la culminación de sus estudios universitarios.

Conclusiones

En este apartado se va a sintetizar lo que se realizó anteriormente en la discusión, los objetivos y las categorías de la investigación que surgieron a partir del desarrollo de este estudio. En consecuencia, las conclusiones son las siguientes:

- En relación con el sentido de vida en los participantes, se logra concluir que se hallan en un proceso de reestructuración, lo cual significa que se encuentran en la búsqueda de la respuesta frente a cuestiones como para qué sirven y su función en el mundo, esto se debe a que están transitando por la etapa de la juventud, lo cual conlleva a tener cambios en aspectos personales, familiares y sociales, que modifican su sentido de vida. Lo anterior, genera una mayor autonomía, autodeterminación y compromiso con sus ideales, que hace que tengan nuevas experiencias dentro del hogar, en sus estudios, en el trabajo y el deporte, mientras que intentan establecer su proyecto de vida.
- Teniendo en cuenta lo anterior, el sentido de vida es dinámico, es decir, cambia de acuerdo con las demandas del contexto y las experiencias por las cuales esté atravesando la persona, como se logró observar en los participantes, quienes en un principio estructuraron su sentido de vida en relación con el deporte; sin embargo, el retiro deportivo y el momento del ciclo vital, los llevaron a tomar decisiones que cambiarían

el rumbo de su proyecto de vida y, así mismo, su sentido de vida. Para ello, buscaron actividades que los acercaran al mundo deportivo, también, actualmente intentan descubrir otras opciones, como la formación profesional que se encuentran desarrollando.

- Por otro lado, el momento del ciclo de vida por el cual pasan los participantes, hace que ellos estén en busca de la individuación, en donde se producen cambios en los roles dentro su familia y sociedad, los cuales les han permitido tener un bienestar subjetivo. Sin embargo, la falta de un acompañamiento durante el proceso del retiro deportivo, generó un impacto en ellos, ya que han tenido que evaluar diferentes opciones de vida que antes no habían considerado. Por esta razón, se enfatiza que en la formación de los deportistas se busquen experiencias diferentes a la del deporte, por lo que se debería revisar esto en los contextos deportivos y académicos para que en un futuro los deportistas tengan alternativas definidas o incluso construir varias.
- La carrera deportiva permitió identificar cómo los participantes fueron incorporando en su diario vivir el deporte, llegando a reconocerlo como parte de su proyecto de vida; cabe aclarar que cada trayectoria es única y está permeada por la familia, las instituciones deportivas y la sociedad. Teniendo en cuenta que pasaron por diferentes circunstancias que los llevaron a afrontar el retiro deportivo en la juventud, también la culminación en el deporte se da por dos vías diferentes, la primera es la voluntaria, que responde a cuando los participantes identifican que el deporte no satisface sus necesidades a futuro y deciden tener otra opción de vida; mientras que el segundo tipo de retiro es el involuntario, que debido a un evento no esperado o al cumplimiento de deberes impuestos por sus familiares, los conduce a retirarse del deporte.
- Con base en lo anterior, es necesario evaluar las variables políticas y sociales que tienen impacto en la decisión de abandonar el deporte, ya que se logró evidenciar que en el

contexto colombiano no existe un acompañamiento en el momento de la formación de los deportistas, y como posteriormente estos llegan al profesionalismo.

- Finalmente, el afrontamiento fue clave para comprender el proceso que llevaron los participantes frente al retiro deportivo, ya que experimentaron diferentes cambios que transformaron su vida cotidiana y su proyección a futuro y como respuesta a esto se desarrollaron estrategias para afrontar lo que implicó el retiro deportivo, tales como: buscar otras actividades que eran de su agrado, continuar en el gimnasio y ejercitándose, hablar con alguien sobre el tema y mantener contacto con el deporte, además de reforzar los valores adquiridos en estos contextos como la disciplina y el esfuerzo. Por otra parte, el deportista al afrontar el retiro deportivo, debería tener acompañamiento psicológico para comprender y analizar los impactos de crear redes de apoyo, mejorar la relación entre compañeros y con las instituciones y formar a las personas con alternativas diferentes al deporte.

Aportes, limitaciones y sugerencias

Aportes

Los aportes a los participantes estuvieron dirigidos a visibilizar una perspectiva diferente frente a la identificación de los factores que influyen en su proceso de afrontamiento al pasar por el retiro deportivo siendo jóvenes y de su constante búsqueda de sentido vida en el que se encuentran. Se generó un espacio para la reflexión en la entrevista, ya que se logró un momento de escucha y comprensión sobre su experiencia, esto se logra observar en la devolución de resultados donde manifestaron que: “a veces es bueno pensar en ese tipo de cosas”; “nunca pensé hacer parte un proceso investigativo, eso me hace sentir mejor”; “creo que sigo cambiando y buscando mi camino, ahora me gusta más otras cosas”. Además, se

proporcionó la oportunidad de reconocer sus aprendizajes y recursos que han obtenido durante su experiencia, y la contribución de estos en su sentido de vida.

En relación con el investigador, los aportes fueron consolidar habilidades desarrolladas a lo largo de la carrera profesional como lo son la entrevista, el uso de pruebas, revisión de la literatura, acercamiento a la población y reflexionar sobre cómo la ética es un factor indispensable en cualquier momento de la vida. También se analizaron los prejuicios y estereotipos que podrían surgir en el momento de acercarse a los participantes. Además, y teniendo en cuenta que el psicólogo tiene una formación en la disciplina deportiva, aprendieron y ampliaron las comprensiones sobre el deporte, sus problemáticas, abordajes teóricos e intervenciones.

Este ejercicio investigativo trató de establecer una relación entre ciclo de vida y carrera deportiva, ya que la literatura científica no presenta claridad sobre las implicaciones que tiene una sobre la otra y ambas se desarrollan de manera paralela. También se tuvo un impacto en cómo es el proceso de construcción del sentido de vida en los participantes, puesto que, los valores que configuraban su proyecto de vida han sido reestructurados, tomado otras alternativas y algunas de estas se han mantenido actualmente. Adicionalmente, visibilizo otras dimensiones que tienen los deportistas diferentes al rendimiento deportivo, a partir de una perspectiva de bienestar y, con ello, debatir sobre la deserción del deporte en Colombia, ya que son muy pocas las investigaciones que se elaboran sobre este tema.

En cuanto a línea de investigación de identidades y subjetividades de la Universidad Santo Tomás, que aborda la construcción del sujeto desde las transformaciones en los contextos de referencia, el aporte se evidencia en los resultados sobre el tránsito por el que pasaron los participantes desde su retiro deportivo, que tienen implicaciones en su sentido de vida y se reflejan en las nuevas dinámicas en su cotidianidad, como fue el inicio de estudios universitarios y el trabajo formal, no obstante ellos siguen afrontando los cambios que

surgieron desde el retiro. Otro aporte, es exponer la problemática de los lineamientos políticos que dispone el gobierno colombiano, los cuales no toman en cuenta a esta población y la siguen invisibilizando.

Por otro lado, el problema que abordó la investigación fue comprender cómo el retiro deportivo impacta en la construcción del sentido de vida de los deportistas, no obstante, a lo largo de este estudio dicho problema se fue ampliando frente a cuáles son las estrategias de afrontamiento que asumen los participantes para superar las consecuencias del retiro y, en esta medida, también se evidenció cómo en el contexto colombiano no se brinda un acompañamiento a los deportistas jóvenes que pasan por el retiro deportivo. Esto implica que se debe ampliar el trabajo con los deportistas, de manera que vaya más allá de los escenarios competitivos o de entrenamiento, asumiendo otras dimensiones como la vida familiar, personal y, como en este caso, el retiro deportivo.

Limitaciones

Durante el proceso investigativo se presentaron las siguientes limitaciones: primero, en la indagación documental se encontró bibliografía limitada de estudios relacionados con la psicología deportiva desde perspectivas como la cualitativa, humanista y, especialmente, literatura que tenga en cuenta otras dimensiones del deportista, como en este caso, cuando deciden retirarse y asumir otras alternativas para su vida. La mayoría de investigaciones que se han realizado en esta área tienen una metodología cuantitativa y un enfoque cognitivo conductual, además de centrarse en el rendimiento deportivo.

Sumado a lo anterior, se evidencia una falta de estudios que relacionen los conceptos de ciclo de vida y carrera deportiva, ya que en los resultados se observó que ambas tienen la particularidad de desarrollarse de manera paralela y que tienen impacto la una sobre la otra, frente a las decisiones que toma la persona para su proyecto de vida.

La tercera limitación es de carácter metodológico, porque encontrar los baremos adecuados de la prueba para Colombia fue complejo, puesto que existen muchas mediciones con el PIL de diferentes autores. También, faltó tener unas muestras más diversas en sus relatos, experiencias y proyectos, que hubieran pasado por diferentes condiciones sociales, económicas y culturales.

La cuarta y última limitación, fue observar cómo en Colombia las investigaciones desde un enfoque humanista sobre el afrontamiento se han realizado en casos de enfermedades crónicas y degenerativas, lo que dificultó comprender cómo se lleva a cabo este proceso en contextos deportivos, frente a situaciones como el retiro deportivo, y cómo se generan estrategias para superar esta experiencia y con ello dar paso a la generación de procesos resilientes. Esta situación, se debe a que en Colombia no está consolidado el acompañamiento psicológico en el área deportiva, especialmente en este tipo de casos.

Sugerencias

Las principales sugerencias que surgieron del proceso investigativo se relacionan con la ampliación del análisis del retiro deportivo, a partir las particularidades de cada deporte. Además, es importante evaluar a partir de un acompañamiento más prolongado para observar los cambios significados frente al sentido de vida en un futuro, y cómo esto transforma su percepción frente al deporte. En relación con lo anterior, se ha evidenciado cómo el retiro deportivo necesita de un proceso de acompañamiento psicológico y vocacional, por esta razón se propone para un futuro el diseño de estrategias interventivas que busquen un tránsito exitoso entre la actividad deportiva y las nuevas alternativas de vida que puede desarrollar la persona y que le produzcan satisfacción y bienestar.

Por último, en Colombia existen diferentes organizaciones estatales y privadas que regulan el deporte, las cuales tienen implicaciones en el proceso de formación de los deportistas y en su oportunidad para llegar al profesionalismo. Por lo tanto, se plantea una

revisión de las políticas que regulan el deporte, en la que se evalúe el impacto de las consecuencias sociales que tienen relación con la carrera deportiva. Por esta razón, se proponen las siguientes preguntas problemas; ¿Qué implicaciones tienen las leyes que regulan actualmente en el deporte colombiano? o ¿Cómo deberían actuar las instituciones deportivas para hacer un buen acompañamiento a las personas que se retiran del deporte?

Referencias

- Abela, J. (2002). *Las técnicas de análisis de contenido: una revisión actualizada*. Granada: Universidad de Granada.
- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). *Career transitions and career termination*. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (p. 712–733). John Wiley & Sons Inc.
- Amaya, L., Berrio, G., & Herrera, W. (2015). *Principios éticos*.
<http://eticapsicologica.org/index.php/documentos/articulos/item/38-articulo-de-referencia-principios-eticos>.
- Arbeláez, (2018) *Incidencia de las dinámicas de grupo en la construcción de sentido de vida de los estudiantes pertenecientes a los medios escolares de los colegios San Simón e INEM de la ciudad de Ibagué* (Tesis pregrado). Recuperado de:
<https://stadium.unad.edu.co/preview/UNAD.php?url=/bitstream/10596/21202/1/1110548896.pdf>
- Arráez, M., Calles, J., & Moreno, L. (2006). La Hermenéutica: una actividad interpretativa. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 7(2), 171-181. Recuperado de
<https://www.redalyc.org/pdf/410/41070212.pdf>
- Ayala, R. (2008). La metodología fenomenológico-hermenéutica de M. Van Manen en el campo de la investigación educativa. Posibilidades y primeras experiencias. *Revista De Investigación Educativa*, 26(2), 409-430. Recuperado a partir de
<https://revistas.um.es/rie/article/view/94001>
- Azabache, S. (2018). *Actividades de los docentes mentores en el sentido de vida de estudiantes de primer ciclo de Psicología de la Universidad Privada del Norte-*

- Trujillo. Universidad de San Pedro. Chimbote, Perú.
- Baires, J. & López, K. (2018). *Plan de vida post retiro deportivo de los atletas seleccionados de las federaciones nacionales afiliadas al Comité Olímpico de El Salvador, durante el año 2018* (Tesis doctoral). Universidad de El Salvador, El Salvador.
- Barker, D., Barker-Ruchti, N., Rynne, S., & Lee, J. (2014). Moving out of Sports: A Sociocultural Examination of Olympic Career Transitions. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9(2), 255–270. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.2.255>
- Batule, H. (2012). *Correcciones biocinemáticas para la ejecución técnica de la arrancada en nadadores escolares de 8-10 años del Semi-internado “Orestes de la Torre Morgado”* (tesis doctoral), Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte" Manuel Fajardo". Santa Clara.
- Bausá, P. (2018). *Los beneficios de los deportistas de élite no profesionales* (Tesis pregrado). Universitat de Jaume 1. España.
- Blanco, A. (2009). El modelo cognitivo social del desarrollo de la carrera: revisión de más de una década de investigación empírica. *Revista de educación*, (350), 423-445. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3039344>
- Blanco, P. (2018). *Motivos de deserción de los deportistas de la liga santandereana de atletismo en los últimos 10 años (2008-2017)* (Tesis de pregrado). Universidad Santo Tomas, Bucaramanga.
- Borrero. A & Granja. E. (2014). *Sentido de vida de tres adultos jóvenes pertenecientes a las barras bravas de un equipo de fútbol en Bogotá*. Pontificia Universidad Javeriana. Colombia.
- Cabrera Pérez, L., & Rosales González, C. (2017). Aplicación de la metodología mixta en un estudio Delphi sobre calidad educativa en Enseñanza Secundaria Obligatoria. *Revista Campo Abierto*, (36), 65-81, Recuperado de http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/6725/0213-9529_36_1_65.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Calderón, C. (2008). *Logoterapia como Técnica Psicoterapéutica para Disminuir la Ansiedad en Personas de la Tercera Edad* (Doctoral dissertation, Tesis inédita. Universidad Rafael Landívar. Guatemala. Recuperado de: <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/22/Calderon-Cobon-Cleydi-Marisol/Calderon-Cobon-Cleydi-Marisol.pdf>).

- Calderón, L. & Lesmes, L. (2016). *Revisión teórica: El estado actual de las investigaciones sobre psicología del deporte en habla hispana, entre los años 2010 a 2016*. Corporación universitario minuto de Dios. Colombia.
- Carbajal, E. (2010). Interdisciplinariedad: desafío para la educación superior y la investigación. *Revista Luna Azul*, (31), 156-169. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/luaz/n31/n31a11.pdf>
- Carlín, M. & de los Fayos, E. (2012). *Transición de carrera deportiva a un nuevo contexto vital: perspectivas actuales*. Universidad de Murcia, Murcia.
- Carlín, M., Salguero, R. & de los Fayos, E. (2009). *Análisis de los motivos de retirada de la práctica deportiva y su relación con la orientación motivacional en deportistas universitarios*. Universidad de Murcia, Murcia.
- Carpintero, H., Mayor, L. & Zalbidea, M. (1990). *Condiciones del surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista*. Universidad de Valencia. España.
- Carter-Thuillier, B., Carter-Beltran, J., Barriá, M. C., & Nahuelcura, R. O. (2016). *El abandono deportivo desde una perspectiva psicosocial*. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 12(1), 103-120. Recuperado de <http://scielo.iics.una.py/pdf/riics/v12n1/v12n1a09.pdf>
- Castellaro, M. (2011). Definiciones teóricas y áreas de investigación propuestas desde el constructivismo. *Instituto Rosario de Investigación en Ciencias de la Educación*, 12(1), 2-25. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/686/68624684004.pdf>
- De Castro, A. D. (2011). *Psicología clínica: fundamentos existenciales*. Barranquilla, Colombia: Universidad del Norte. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/usta/65967?page=31>.
- Chávez, J., Calero, S. & Saavedra, O. (2015). *Factores físicos, socio-económicos y psicológicos que inciden en la deserción deportiva en la escuela superior politécnica de Chimborazo*. Universidad de las fuerzas armadas, Pichincha.
- CONMEBOL. (2012). Diez años sembrando el Fútbol Boliviano. *Revista de la confederación Sudamericana de fútbol*. (133), 110- 111. Recuperado de <http://conmebol.com/es/content/revista-133>
- Crumbaugh, J. y Maholick, L. (1969). *Manual of instructions for the purpose in life test*. Saratoga: Viktor Frankl Institute.
- De Castro Correa, A., García Chacón, G., & González Ternera, R. (2017). *Psicología clínica: fundamentos existenciales*. Universidad del Norte. ProQuest Ebook Central, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliotecaustasp/detail.action?docID=5190668>.

Created from bibliotecaustasp on 2019-10-15 13:02:11.

- Díez, G., Zubiaur, M. & Requena, M. (2014). Análisis bibliométrico sobre la relación entre factores personales y profesionales en el baloncesto femenino. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 9 (2), 421-430. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/3111/311131093005/>
- Duque-Ingunza, A. & Dosil, J. (2017). Variables que influyen en la transición deportiva: un estudio con futbolistas en activo y exfutbolistas de la primera división de la LFP. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(3), 13-24. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/313831>
- Fernández, M. (2017). *Perfil humano y profesional de un gran deportista: Marcial Pina Morales* (Tesis pregrado). Universidad Miguel Hernández de Elche, Elche, España
- Frankl, V. (1991). *El hombre en busca del sentido de la vida*, Fondo de Cultura Económica. Recuperado de https://www.academia.edu/8222775/El_hombre_en_busca_de_sentido_viktor_frankl?auto=download.
- Frankl, V. (2004). *El Hombre en busca de Sentido*. España: Herder.
- Frankl, V. E. (2014). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York, NY: Penguin/Plume.
- Freire, S. A. (2002). Sentido de vida e envelhecimento. In *Maturidade e velhice: Trajetórias individuais e socioculturais* (pp. 71-97).
- García-Alandete, J., Martínez, E. R., Soucase Lozano, B., & Gallego-Pérez, J. F. (2011). Sex differences on purpose-in-life test total and factorial scores among spanish undergraduates. *Universitas Psychologica*, 10(3), 681-692. Retrieved from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672011000300004&lng=en&tlng=en
- Giraldo Patiño, P. A. (2014). El vacío existencial y la pérdida del sentido de vida en el sujeto posmoderno: resto para el cristianismo del siglo XXI. *Cuestiones Teológicas*, 41(96), 425-444. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/cteo/v41n96/v41n96a08.pdf>
- González. G., Valdivia, P., Cachon, J. & Romero, O. (2016). La Motivación y la Atención-Concentración en Futbolistas. Revisión de Estudios. *Revista Euroamericana de ciencias del deporte*, 5(2), 77-88. Recuperado de <https://revistas.um.es/sportk/article/view/264701>
- González, F. (2000). *Investigación cualitativa en psicología: Rumbos y desafíos*. México:

Thomson.

González, J. (2015). El modelo humanista–constructivista en la educación. *Escritos de facultad*, 12 (124), 65-67. Recuperado de:

https://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/archivos/624_libro.pdf

Gottfried, A. (2016). *Adaptación argentina del PIL Test (Test de Sentido en la Vida) de Crumbaugh y Maholick*. Pontificia Universidad Católica de Argentina, Argentina.

Guberman, M. y Pérez, E. (2005). *Diccionario de logoterapia*. Buenos Aires: Lumen

Gutiérrez, M. & Luna, M. (2018). *Percepción de la psicología del deporte aproximación desde narrativas de deportistas profesionales* (Tesis de pregrado). Pontificia universidad javeriana, Bogotá, Colombia.

Hernández Sampieri, Roberto (2011); et al. *Metodología de la Investigación*. 5ª. ed. McGraw-Hill. México, D.F.

Hernández, C., Moro, M., Muniesa, C. & Galocha, J. (2018). La retirada deportiva en deportes colectivos: comparativa profesionales y amateurs. *Revista euroamericana de ciencias del deporte*, 7 (1), 41- 46. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Cristina_Lopez_De_Subijana/publication/325107669_Sport_retirement_among_team_sports_professional_and_amateur_comparative/links/5af72cfe4585157136d1de20/Sport-retirement-among-team-sports-professional-and-amateur-comparative.pdf

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación sexta edición. Mc Graw–H. Retomado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>.

Huamani, J. C., & Ccori, J. (2016). Respuesta al sentido de vida en adolescentes. *Revista de psicología de Arequipa*, 6(1), 331-348. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/327701665_Analisis_psicometrico_de_la_Prueba_de_Sentido_de_Vida_en_escolares_de_la_ciudad_de_Arequipa

Hurtado, A. y Molano, N. (2019). Postura y huella plantar en deportistas de combate (taekwondo y karate). *Revista de Investigación e Innovación en Ciencias de la Salud*, 1(1), 41-50. Recuperado de <http://revistas.fumc.edu.co:8080/ojs/index.php/RCMC/article/view/12>

Ingunza, A. (2017). *Análisis descriptivo y comparativo de deportistas de alto rendimiento retirados y en activo*. Universidad de Vigo. España.

Jaramillo, A. L., Carvajal, S. M., Marín, N. M., & Ramírez, A. M. (2008). Los estudiantes

- Universitarios Javerianos y su respuesta al sentido de la vida. *Pensamiento Psicológico*, 4 (11). 199-208. Recuperado de file:///C:/Users/Ines/Desktop/Dialnet-LosEstudiantesUniversitariosJaverianosYSuRespuesta-3091268.pdf
- Jaramillo, C. y Narváez, A. (2011). *Factores que influyen en la deserción de deportistas mujeres de la categoría juvenil en la liga Vallecaucana* (Tesis de pregrado). Universidad del Valle. Cali, Colombia.
- Längle, A. (2005). La búsqueda de sostén. Análisis existencial de la angustia. *Terapia psicológica*, 23(2), 57-64. 57-64. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/785/78523206.pdf>
- Levinson, D. (1986). *A conception of adult development*. Yale University. EEUU.
- Ley 1090, Congreso de Colombia, Bogotá D.C, Colombia, 6 de Diciembre de 2006.
- Ley 181 Congreso de Colombia, Bogotá D.C, Colombia, 18 de Enero de 1995.
- Limón, A., Lara, A. & Sarmiento, S. (2015). Percepción del sentido de vida y autoestima de los artemarcialistas de muay thai. *Revista de Ciencias del Ejercicio FOD*, 10(10), 46-58. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/286457770_Percepcion_del_sentido_de_vida_y_autoestima_de_los_artemarcialistas_de_muay_thai
- Linares, A. (2007). *Desarrollo Cognitivo: Las Teorías de Piaget y de Vygotsky*. Universidad autónoma de Barcelona. Recuperado de http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/teorias_desarrollo_cognitivo_07-09_m1.pdf.
- López, M. (2010). *Diferencias en el sentido de vida entre universitarios que han asistido a Encuentros de Promoción Juvenil (EPJ) y los que no lo han hecho*. Tesis inédita. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Martin, L. A., Fogarty, G. J., & Albion, M. J. (2014). Changes in athletic identity and life satisfaction of elite athletes as a function of retirement status. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26 (1), 96-110. doi: 10.1080/10413200.2013.798371
- Martínez Miguélez, M. (2011). *Epistemología y metodología cualitativa en las ciencias sociales*. México: Trillas.
- Martínez, O. & Castellanos, M. (2012). *Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos*. Pontificia Universidad Javeriana. Cali. Colombia.
- Martínez, P. (2006). El método de estudio de caso. Estrategia metodológica de la investigación científica. Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal. *Pensamiento & gestión*, (20), 165-193. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/html/646/64602005/>

- Moreno, R., Muniesa, C., Bielsa, R., & López de Subijana, C. (2017). La Experiencia de Ser Deportista de élite: Una Comparativa Entre Generaciones-G-SE. *Kronos*, 16(1), 1-10. Recuperado de https://abacus.universidadeuropea.es/bitstream/handle/11268/6556/Kronos_2017_1_6.pdf;jsessionid=946D36D6F4814A03DE26930366B6E5D8?sequence=2
- Muñoz, E & Montes, S. (2017). Voleibol sentado: un deporte que da sentido a la vida. *Educación Física Y Ciencia*, 19(1), 1-12. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4399/439952932001.pdf>
- Murzi, D. & Czesli, F. (2016). De la humildad a lo mental: Un análisis comparativo del proceso de formación de futbolistas profesionales en Argentina y Francia. *Apuntes de Investigación del CECYP*, (28), 162-182. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/317530102_De_la_humildad_a_lo_mental_Un_analisis_comparativo_del_proceso_de_formacion_de_futbolistas_profesionales_en_Argentina_y_Francia
- Noblejas, M. (1994). *LOGOTERAPIA. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del “logro interior de sentido”* (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid Facultad de Educación, Madrid, España.
- Núñez, F. (2012). *La fenomenología: Epistemológica u ontológica, de Husserl a Heidegger*. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Venezuela.
- Ortiz, E., Trujillo, A. & Trujillo, C. (2012). Validación del Test de Propósito Vital (pil test - purpose in life test) para Colombia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21 (1). 85-93. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281925884007>.
- Ortiz, E. M., & Morales, C. C. (2013). Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos. *Pensamiento psicológico*, 11(1), 71-82.
- Packer, M (S. f). *La investigación hermenéutica en el estudio de la conducta humana*. Universidad de California. Berkeley. Retomado de <http://psicologiacultural.org/Pdfs/Traducciones/La%20investigacion%20hermeneutica.pdf>
- Páramo, P. (2011). *La investigación en ciencias sociales: estrategias de investigación*. El análisis de contenido: de lo manifiesto a lo oculto. Universidad Piloto de Colombia. Bogotá.
- Piemontesi, S. E., & Heredia, D. E. (2009). Afrontamiento ante exámenes: Desarrollos de los principales modelos teóricos para su definición y medición. *Anales de*

- Psicología/Annals of Psychology*, 25(1), 102-111. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/167/16711594012.pdf>
- Pérez, T. P. (2005). La perspectiva constructivista en la investigación social. *Revista Tendencias & Retos*, (10), 39-64.
- Pizarro, M (2015). *Transiciones durante la carrera deportiva: desde el inicio hasta la retirada del deporte elite*. Universidad autónoma de Barcelona. España
- Ramos, S (2007) Factores de estrés, causas del abandono y cualidades volitivas en deportistas infantiles. *Revista educación física y deporte*, (1), 101-106. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2549836>
- Rascado, S. M., Boubeta, A. R., Folgar, M. I., & Fernández, D. A. (2014). Niveles de rendimiento y factores psicológicos en deportistas en formación. Reflexiones para entender la exigencia psicológica del alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2), 373-392. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311131093013.pdf>
- Rhea, M. R., Hunter, R. L., & Hunter, T. J. (2006). Competition modeling of American football: observational data and implications for high school, collegiate, and professional player conditioning. *The journal of strength and conditioning research*, 20(1), 58-61. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/7273347_Competition_Modeling_of_American_Football_Observational_Data_and_Implications_for_High_School_Collegiate_and_Professional_Player_Conditioning
- Rial, A., Marsillas, S., Isorna, M., & Louro, A. (2013). Recomendaciones para el apoyo psicológico a jóvenes deportistas en los centros de alto rendimiento. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 9(33), 252-268. doi:<http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2013.03304>
- Ruiz, P. (2003). Rendimiento deportivo, optimización y excelencia en el deporte. *Revista de psicología del deporte*, 8(2), 235-248. Recuperado de <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v8n2/19885636v8n2p235.pdf>
- Samayoa, P. (2009). *Relación entre la Calidad de Vida y el Sentido de Vida en los Jóvenes participantes del Movimiento de Encuentros de Promoción Juvenil* (Tesis posgrado), Universidad Rafael Landívar. Guatemala).
- Sánchez (2005) *El Sentido de la Vida*. Hospital Psiquiátrico René Vallejo Ortiz. Camaguey Retomado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202005000100006

- Sarremejane, P. (2016). Los tres niveles de instrumentalización del deporte de alto nivel: implicaciones éticas. *FairPlay, Revista de Filosofía, Ética y Derecho del Deporte*, 4(1), 101-128. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/FairPlay/article/view/308536>
- Segura, R., Aballe, P & Espinosa, S. (2018). Relación interdisciplinar de la asignatura Voleibol Básico en la carrera de cultura física. *Revista científica especializada en Cultura Física y Deportes*, 15(38), 96-106. Recuperado de Dialnet-ComplementoInterdisciplinarParaLaEnsenanzaMediaCom-5350861.pdf
- Sehuanes Téllez, C., Uribe Bernal, J. & Villar Escobar, A. (2017). *Narración acerca de la búsqueda del sentido de vida en tres jóvenes* (Trabajo pregrado). Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia.
- Serrano, J. M., & Pons, R. M. (2011). El constructivismo hoy: enfoques constructivistas en educación. *Revista electrónica de investigación educativa*, 13(1), 1-27. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412011000100001
- Sola, V. (2015) *¿Qué significa ser un deportista de alto rendimiento?*, Universidad San Sebastián. Recuperado de <http://www.uss.cl/newsletter-uss/2015/06/30/que-significa-ser-un-deportista-de-alto-rendimiento/>.
- Solano, C (Ed.). (2006). *Fenomenología- Hermenéutica y enfermería*. Alicante, España. Universidad de Alicante. Editorial Ciudad de los cuidados.
- Valladares, L. M. (2004). El Sentido de vida en Estudiantes de Primer Semestre de la Universidad de la Salle Bajío. *Revista del Centro de Investigación de la Universidad la Salle*, 6(22), 5-5. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34202201>
- Vázquez, Á. & Manassero, M. (2016). Interdisciplinariedad y conceptos nómadas en didáctica de la ciencia: consecuencias para la investigación. *Revista Eureka sobre Enseñanza y Divulgación de las Ciencias*, 14(1), 24-37. Recuperado de <https://www.semanticscholar.org/paper/Interdisciplinariedad-y-conceptos-n%C3%B3madas-en-de-la-V%C3%A1zquez-Alonso-Manassero-Mas/50b1a10968d233eb4d9a71199fc9df001f51b340>
- Velazco, S. (2004). *El sentido de vida en los adolescentes: un modelo centrado en la persona*. Universidad Iberoamericana. México.

- Vélez, S. (2004). *El sentido de vida en los adolescentes: un modelo centrado en la persona*. (Tesis postgrado) Universidad iberoamericana. México.
- Vicente-Rodríguez, G., Benito, P., Casajús, J., Ara, I., Aznar, S., Castillo, M., Dorado, C., González-Agüero, A., González, J., González-Gross, M., Gracia-Marco, L., Gutiérrez, A., Gusi, Na., Jiménez-Pavón, D., Lucía, A., Márquez, S., Moreno, L., Ortega, F., de Paz, J., Ruiz, J., Serrano, J., Tur, J., Valtueña, J. (2016). Actividad física, ejercicio y deporte en la lucha contra la obesidad infantil y juvenil. *Nutrición Hospitalaria*, 33 (9), 1-21 Recuperado en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3092/309249471001> Arbeláez, M. C. (2018). *Incidencia de las dinámicas de grupo en la construcción de sentido de vida de los estudiantes pertenecientes a los medios escolares de los colegios San Simón e INEM de la ciudad de Ibagué*. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/21202>.
- Vidal Díez, D. (2014). *Importancia de los padres en el deporte en edad escolar*. (Tesis pregrado). Universidad de León. México.
- Viteri, N. C. (2012). La investigación mixta, estrategia andragógica fundamental para fortalecer las capacidades intelectuales superiores. *Revista científica* (2), 2, 17- 36. Recuperado de <http://biblio.ecotec.edu.ec/revista/edicion2/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20MIXTA%20ESTRATEGIA%20ANDRAG%C3%93GICA%20FUNDAMENTAL.pdf>
- Villaquiran, A. y Molano, N. (2019) Postura y huella plantar en deportistas de combate (taekwondo y karate). *Revista de Investigación e Innovación en Ciencias de la Salud*, 1(1), 41-50. Recuperado de [12-Texto%20del%20artículo-117-1-10-20200418.pdf](#)
- Wylleman, P., Alfermann, D. y Lavallee, D. (2004). *Career transitions in sport: European perspectives*. *Psychology of Sport and Exercise*. 5 (1), 7-20. Recuperado de https://dspace.stir.ac.uk/bitstream/1893/7648/1/PSE1_2004.pdf