

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/281458702>

Consistencia de la versión española de la escala de resiliencia en esgrima

Article · October 2013

CITATIONS

20

READS

551

2 authors, including:



Cristina Reche

Universidad Católica San Antonio de Murcia

49 PUBLICATIONS 447 CITATIONS

SEE PROFILE

SOCIEDAD IBEROAMERICANA DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica

Fundada en el 2012

Volumen 2 Número 2



2013

ISSN 2339-4374

Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica

Vol. 2 Núm.2

Director

Joaquín Dosil Díaz (España)
Presidente de la SIPD
Universidad de Vigo.

- Cristina Reche García (España)
Universidad Católica San Antonio de Murcia.

- Juan Gonzalez Hernández (España)
Universidad de Murcia.

Editor

Luis Humberto Serrato H. (Colombia)
Vicepresidente SIPD Suramérica
Instituto de Recreación y Deportes de Bogotá
IDRD.

- Joaquín Diaz Rodríguez (España)
APD-CANTABRIA, FEPD, SIPD, RFE.

- Luis Cid (Portugal)
Escola Superior de Desporto de Rio Maior
(ESDRM), Centro de Investigaçao em
Desporto, Saude e Desenvolvimento Humano
(CIDESD).

Editores Asociados

Tomas Trujillo (México)
Vicepresidente SIPD Centro y Norte
América.
Instinto.

-Carlos M. Marques da Silva (Portugal)
Escola Superior de Desporto de Rio Maior –
IPS.

Antonio Hernández (España)
Vicepresidente SIPD Península Ibérica
Universidad de Málaga.

- Santiago Rivera Matiz (España)
Universidad de Vigo.

Enrique J. Garcés de Los Fayos Ruiz
(España)
Secretario SIPD
Universidad de Murcia.

Centroamérica y el Caribe

- Francisco Enrique García Ucha. (Cuba)
Universidad de Ciencias de la Cultura Física
y el Deporte "Manuel Fajardo".

- Luis Gustavo González Carballido (Cuba)
Instituto de Medicina del Deporte.

Comité Editorial

Península Ibérica

- Alexandre García Mas (España)
Universidad de las Islas Baleares.

- Daniel Martínez Ortiz (Puerto Rico)
Universidad Carlos Albizu, Asociación de
Psicología Deportiva de Puerto Rico
(Presidente).

- Pedro Javier Jara (España)
Universidad De Murcia: Departamento de
Psicología Básica y Metodología.

- Laura Moreira León (Costa Rica)
Comité Olímpico de Costa Rica.

-Sidonio Serpa (Portugal)
Universidad Técnica de Lisboa.

- Mercedes Rivera (Puerto Rico)
Zona Mental.

- Carlos Eduardo Marín M. (Costa Rica)
Presidente Asociación Costarricense de
Psicología del Deporte.

- Henry Giovanni Santos L. (Guatemala)
Comité Olímpico Guatemalteco.

- Juan Fernando Avendaño A. (Guatemala)
Universidad de San Carlos de Guatemala.

Sur América

- Ana Julia Moreno Chacón (Colombia)
Indeportes Cundinamarca.
IMDR Cota.

- Sandra Yubelly García M. (Colombia)
Universidad El Bosque
Rendimiento Óptimo.

- Sergio Humberto Barbosa G.(Colombia)
Universidad Autónoma de Bucaramanga
Universidad Católica de Pereira.

- Franklin Andrade (Ecuador)
Universidad de Guayaquil
Director técnico de CEDHUCA

- Dante Nieri Romero (Perú)
Universidad Peruana de Aplicadas (UPC)
Dante Nieri Consultores Deportivos
Club Sporting Cristal.

- Alexi Andrés Ponce Hernández (Chile)
Centro de Alto Rendimiento (CAR)

- Rodrigo Antonio Cauas Esturillo (Chile)
110 Sport & Health Center, EMD.
Universidad de las Américas.

- Carlos Ferrés Rial (Uruguay)
Universidad De La República.
Instituto Superior De Educación Física
(ISEF).

- Marcelo Roffe (Argentina)
Presidenta APDA

- Katia Rubio (Brasil)
Universidade de São Paulo.

- Simone Meyers Sanches (Brasil)
Associacao Brasileira de Psicologia Do
Esporte.
Universidades Paulista.

- Franco Noce (Brasil)
Universidade Federal de Minas Gerais –
UFMG.

- Varley Teoldo Da Costa (Brasil)
Universidade Federal de Minas Gerais –
UFMG.

Comité Metodológico y Redactor

- Juan Felipe Medina Bejarano (Colombia)

- Fernando Humberto Clavijo C. (Colombia)
Instituto Departamental De Recreación Y
Deporte Del Meta –IDERMETA Federación
Colombiana De Futbol-Instituto Distrital De
Recreación y Deporte IDRD.

Dirección

Diagonal 48b 24a-35 sur bloque 4, of. 310
Bogotá, Colombia.

avances@psicologia-del-deporte.com

<http://www.psicologia-del-deporte.com/>

ISSN: 2339-4374

Tabla de contenidos

Mensaje del Director de la Revista <i>Joaquín Dosil</i>	1
EDITORIAL <i>Luis Humberto Serrato</i>	2

Artículos

EL DEVENIR HISTÓRICO DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN CHILE: INICIOS Y PROYECCIONES <i>Rodrigo Cauas, Catalina Cabach</i>	3-11
RELACIÓN ENTRE LOS ESTADOS DE ÁNIMO Y MOTIVACIÓN PRE-COMPETITIVOS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO, EN UN GRUPO DE DEPORTISTAS INFANTILES (CATEGORÍA A) Y PRE- JUVENILES (CATEGORÍA B) DE BOGOTÁ, D.C. <i>Ángela Valero Ballesteros, Luis Humberto Serrato Hernández</i>	12-34
INVESTIGACIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL EN EL BALONCESTO FEMENINO CUBANO DE ALTO RENDIMIENTO. <i>Luisa Vidaurreta Lima, Laura Rojas Vidaurreta</i>	35-48
CONSISTENCIA DE LA VERSIÓN ESPAÑOLA DE LA ESCALA DE RESILIENCIA EN ESGRIMA <i>Cristina Reche García, Francisco J. Ortín Montero.</i>	49-57

Reseñas

Voleibol: Entrenamiento Psicológico Para La Recepción Y La Defensa De Segunda Línea. Los Jugadores Especialistas. El Libero. Autor: Joaquín Díaz Rodríguez <i>Reseña por Isabel Díaz Ceballos</i>	58-60
---	-------

Mensaje del Director de la Revista

Grandes Cambios, Grandes Fortalezas

En los últimos años la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte (SIPD) ha realizado diferentes acciones que la fortalecen y que la posicionan como una de las organizaciones internacionales con más influencia en el ámbito de la psicología del deporte.

En una época en la que existen cambios sociales muy marcados, la SIPD ha sabido adaptarse con la creación de una nueva web corporativa (www.sipd.org), que refleja la nueva identidad de la Sociedad, marcada por el dinamismo y la profesionalidad. Desde ahí se pueden apreciar las diferentes acciones estratégicas que en este momento se están llevando a cabo: la maestría iberoamericana de psicología del deporte, con presencia en más de 12 países y con algunos de los profesionales más relevantes en el ámbito iberoamericano (www.mastersipd.com); los eventos de la SIPD, capitaneados por los Congresos bianuales, en los que se realiza un encuentro científico-profesional para marcar el futuro de la psicología del deporte en Iberoamérica (el próximo será del 22-25 de Octubre en Puerto Rico); y la posibilidad de mostrar los trabajos a través de esta Revista SIPD.

Estos avances dejan entrever que la SIPD seguirá liderando la psicología del deporte en Iberoamérica en los próximos años, por lo que es fundamental la implicación de todas aquellas personas que están vinculadas de, una forma u otra, a nuestra disciplina. Es por ello que invitamos a participar en cada una de las actividades citadas a todos aquellos que aprecian nuestra área de conocimiento: a formarse en el MASTER SIPD, a difundir el conocimiento y las experiencias a través de la REVISTA SIPD y a debatir sobre el futuro con el CONGRESO SIPD. Asociarse será la mejor forma de mostrar el apoyo a este Proyecto y el impulso definitivo para convertir a la SIPD en la Sociedad de todos.

Quiero terminar estas palabras de bienvenida a este nuevo ejemplar de Avances, agradeciendo a todas las personas que están haciendo posible el sueño SIPD. Su esfuerzo y apoyo incondicional a la SIPD nos hace grandes y los hace grandes.

Prof. Dr. Joaquín Dosil
Presidente SIPD
www.sipd.org

Editorial

Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica se viene consolidando como una fuente autorizada de la investigación en los países de lengua hispano y portuguesa. Poco a Poco los profesionales incluyen nuestros artículos como fuentes bibliográficas que aportan a la construcción del conocimiento científico.

Hasta el presente número se aprecia el aporte de psicólogos de países como Chile, España, Brasil, Portugal, Colombia, Cuba, Argentina y Perú. La participación se distribuye entre artículos científicos y reseñas de libros y/o tecnología. Los temas abordados en los artículos científicos son variados: historia, psicometría, motivación, intervención en campo, ansiedad, modelos clínicos en deporte, burnout y estados de ánimo. Dentro de las reseñas se ha realizado la promoción y presentación de una plataforma On line de evaluación psicosocial o de un libro de test psicológicos, de un libro y un manual sobre fortaleza mental, de libros específicos en deportes como el Surf, el fútbol, el tenis de campo y Voleibol.

Sabemos que es más grande la producción intelectual de los psicólogos de Iberoamérica y que en los próximos números estaremos difundiendo el resultado de su trabajo. Igualmente estaremos pendientes de sumar países para ir contextualizando el estado actual de nuestra profesión. Más aun cuando está próxima la iniciación del Master en Psicología del Deporte de la SIPD, de la cual la Revista será la fuente de esta nueva expresión del conocimiento.

Para finalizar este Editorial nos ocuparemos de la plataforma en la que se publican los artículos de la revista. La plataforma fue diseñada por la Editorial Kinesis que ha realizado un gran esfuerzo para darle el matiz comercial que permita en un futuro cercano beneficiar a ambas partes. En el caso de la SIPD a sus asociados que mantendrán la condición de gratuidad.

Luis Humberto Serrato H.
Vicepresidente Suramérica -SIPD-
Editor de la Revista.

EL DEVENIR HISTÓRICO DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN CHILE: INICIOS Y PROYECCIONES

*Becoming History of Psychology of Sport
in Chile: Beginning and Projections*

*História Da Psicologia Do Desporto Na
Chile: Início E Projeções*

Rodrigo Cauas

rodrigocauas@emd.cl

Universidad de las Américas
110 Sport & Health Center

Catalina Cabach

ccabach@gmail.com

Historia del artículo

Recibido: 16 de abril de 2013

Revisado: 30 de Abril de 2013

Aceptado: 10 de Agosto de 2013

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

Cauas, R. y Cabach, C. (2013). El Devenir Histórico De La Psicología Del Deporte En Chile: Inicios Y Proyecciones. *Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica*, 2(2), 03-11.

Resumen

Desarrollaremos en el presente artículo, una serie de acontecimientos que han ido sucediéndose en el devenir histórico en la psicología del deporte en Chile desde sus orígenes hasta nuestros días. A partir de estos hechos, hemos esbozado una categorización de las distintas épocas, sistematizándolas en períodos que faciliten su comprensión histórica, encontrándonos con numerosas acciones, en sus inicios, que pudieron haber influido en la consolidación de esta área hoy en día. Finalmente se expone con visión crítica y particular del desarrollo que ha ido teniendo la psicología en el ámbito deportivo y se esbozan algunas líneas para su proyección en el futuro.

Palabras claves: Historia, Psicología, Deporte, Psicólogos Deportivos, Chile.

Summary

The present article will develop a sequence of events that have been happening in the historical process of the sport psychology in Chile from its beginning to our days. From these facts we have outlined the different periods, categorizing them in different stages that facilitate their historical comprehension. During this process we have found numerous situations that in their origin may influence nowadays, the consolidation of this area. Finally it is exposed with critical view the progress that the psychology has made in the sport area and it is mention some possible subjects that can be develop in the future.

Key words: History, Psychology, Sport, Sport Psychologist, Chile.

Sumário

Neste presente documento apresentaremos uma série de fatos que tem acontecido durante a história da psicologia do esporte no Chile, desde suas origens até hoje. A partir desse fato, desenhemos uma categorização de diferentes épocas, sistematizando-as em períodos que facilitem sua compreensão histórica, encontrando várias ações, em seus inícios, que pudesse haver influenciado na consolidação desta área hoje. Finalmente, expomos com visão crítica e particular o desenvolvimento que a psicologia tem tido no âmbito esportivo e se apresentam linhas para sua projeção no futuro.

Palavras-chave: História, Psicologia, Esporte, Psicólogos Esportivos, Chile.

INTRODUCCIÓN

Llevar a cabo una sistematización histórica de lo que ha ocurrido con la psicología del deporte en Chile, desde los primeros antecedentes que se tienen, no es una tarea fácil. No tanto porque existan numerosos hechos que dicotomizar, sino que más bien dado por la forma de abordaje tan diversa en los años, la carencia de profesionales en muchos períodos y todas las dificultades internas y externas que fueron delimitando el campo de acción. Por lo mismo hacer un análisis certero caerá invariablemente en una zona en la que se pueda juzgar como injusta y tal vez poco precisa. Pero lo que se ha hecho acá es intentar buscar un aglutinamiento de hechos que den cuenta del devenir de esta área en Chile (Cauas, 2006).

De acuerdo a los hechos más relevantes observados en esta disciplina podríamos dividir la historia de la psicología del deporte chilena, en cinco grandes períodos:

Primer período: Pasos iniciales con aciertos y errores (1967 - 1979)

Es difícil reconocer cuándo fue el momento exacto en el que la psicología deportiva irrumpe en Chile, ya que esencialmente su nacimiento tiene que ver con algunos esfuerzos personales en aplicar la psicología al ámbito deportivo. En este sentido la acción más importante de esta época es la formación de la Sociedad Chilena de Psicología del Deporte, que tenía como precedente una

incipiente organización creada en el año 1967. Lo más llamativo es que esta Sociedad estuvo formada por un médico, Lisandro San Martín Risetti como presidente, un profesor, Juan Yovanovic Espinoza en la vicepresidencia y un dirigente deportivo: Guido Ossandón Sánchez como secretario general. Es decir una institucionalidad creada por profesionales pero donde no habían ni psicólogos clínicos, ni organizacionales ni menos psicólogos con algún tipo de especialización en deporte. Esto puede haber sido la razón más fundamental para que años más tarde, esta agrupación, se haya disuelto sin haber logrado iniciar o posicionar cabalmente la psicología del deporte en Chile.

Dentro de los miembros, tal vez, quién tuvo una destacada participación fue el profesor Juan Yovanovic, ya que, se constituyó en el principal miembro de la sociedad al tener una nutrida actividad nacional e internacional en el área. Fue parte del comité organizador del Primer Congreso Sudamericano de Psicología del Deporte realizado en el norte de nuestro país específicamente en la Universidad de Antofagasta, que incluso contó con la presencia del psiquiatra Ferruccio Antonelli, quién para esa época era el presidente de la ISSP (International Society of Sport Psychology) y uno de los principales promotores de la psicología aplicada al deporte en el mundo. (Cauas, 2007).

Pocos años después de la gestación de esta primera sociedad, se publicó por primera vez material relacionado con la psicología del deporte. Según las autoras Romero & Ávila, en 1969 Ariel Leporati,

profesor de filosofía y Castellano de la Universidad de Chile, publica “Introducción al estudio de la personalidad”. Un año más tarde, publica junto a un grupo de profesionales y estudiantes los resultados de una investigación, en el libro llamado “Psicología y deporte. Un estudio exploratorio”. En él presenta los principales resultados de una investigación cuyo objetivo era “*conocer la imagen que tiene una pequeña comunidad de estudiantes universitarios en torno al deporte y sus diversos aspectos, estudiantes que se preparan para ejercer la profesión de profesores de educación física y deportes...*” (Leporati, 1970). Posterior a ello, en 1978, publica “La psicología del deporte hoy”, en donde Leporati realiza un análisis del área de la psicología del deporte en el mundo actual y realiza un recorrido por temas que van desde la psicomotricidad, la personalidad, la motivación, la agresividad hasta el rol social de la psicología en el deporte. (Leporati, 1978).

Dentro de este mismo período se verifica el primer trabajo aplicado en esta área. Este primer antecedente recogido por los periodistas Juan Cristóbal Guarello y Luis Urrutia en el libro “Anecdotario del fútbol Chileno” da cuenta de la incorporación de un psicólogo en el ámbito del deporte en el año 1979. Según se relata en el libro en dicho año, Pedro García entrenador de la Selección Nacional, integra al proceso juvenil con miras al Sudamericano de Uruguay, al psicólogo Eduardo Acevedo. No existen mayores antecedentes acerca de la labor real de este profesional allí, pero según se

comenta en el mismo libro su misión era “*evitar el clásico apocamiento del jugador chileno al enfrentar a sus rivales del Atlántico. El tema en aquella época se consideraba un complejo nacional...*” (Guarello & Urrutia, 2005). Lamentablemente el proceso de preparación en su globalidad termina con un escándalo deportivo y extradeportivo al detectarse la falsificación en los pasaportes de casi la totalidad de los jugadores que componían ese plantel de jugadores (Guarello & Urrutia, 2005). Aparentemente había conocimiento de dicha irregularidad por parte del gobierno militar de la época y por los propios integrantes del cuerpo técnico. Del psicólogo Eduardo Acevedo, nunca se supo más.

Finalmente este período concluye con un nuevo intento por incorporar la psicología deportiva al campo aplicado. Los psicólogos Enrique Aguayo y Renato Ruiz, realizan un plan piloto de detección de talentos en niños para el Comité Olímpico de Chile, eso si, con una corta proyección en el mediano plazo. Y paralelamente también una psicóloga, Laura Traverso, comienza a trabajar en un programa de fortalecimiento para deportistas de alto rendimiento en el Stadio Italiano, trabajo que tuvo una proyección más real en el tiempo que la experiencia en el Comité Olímpico de Chile (Cauas, 2008).

Segundo período: Individualismo en la Psicología del Deporte (1980 - 1994)

Se había dejado atrás la relativa *intromisión* de otros profesionales en el área psicología del deporte. Pero aún no se



podía hablar del comienzo ni menos de la consolidación de la psicología del deporte en Chile. Había que continuar con lo iniciado por Leporati e investigar, desarrollar y difundir aún más los principales aportes que esta ciencia podía hacer con los deportistas. Todas estas tareas que estuvieron muy lejos de haberse logrado, quizás debido al escaso interés de los psicólogos por integrarse de manera masiva y definitiva a esta área, ya que, de los psicólogos mencionados en el período anterior, solo Traverso y Aguayo se mantuvieron en el tiempo.

Durante este período se producen numerosos intentos formales desde distintas áreas para establecer la psicología del deporte en Chile. Muchos de estos intentos, eso sí, se realizan desde una concepción individualista, debido entre otras razones a los pocos psicólogos interesados en el deporte, pero fundamentalmente a la precariedad teórica y experiencial que existía en el trabajo con los deportistas. A esto se suma un fuerte desinterés del medio deportivo chileno por trabajar estos temas, evidenciando la mala experiencia de los pseudopsicólogos que trabajaron en la década de los '70 y por la mala experiencia heredada también en los países cercanos.

El principal suceso en este segundo período guarda relación con la creación de la Sociedad Sudamericana de Psicología del Deporte (SOSUPE), que hasta el día de hoy se mantiene plenamente vigente, a cargo del psicólogo brasileño Dr. Benno Becker Jr. Esto trajo un cierto reconocimiento a nivel internacional de las escasas labores que se hacían en Chile, al

integrarse el psicólogo Enrique Aguayo como uno de sus miembros.

Pero la principal característica de esta época fue la particular e individual labor que desarrollaron los pocos psicólogos que hasta entonces se dedicaban de manera parcial o total al trabajo con entrenadores y deportistas.

Tercer período: Del individualismo al asociacionismo (1995 - 2001)

Es quizás el período de mayor relevancia para la antesala de lo que es hoy la psicología del deporte en Chile. Primero porque en 1995 el chileno Enrique Aguayo es elegido presidente de la Sociedad Sudamericana de Psicología del Deporte, ratificando, en parte, la integración de Chile en el contexto más cercano: el sudamericano. Esto produce rápidamente un fuerte impulso interno que revierte la tendencia al ostracismo que caracterizó al período anterior.

En el mismo año y a nivel internacional, se intenta crear otra Sociedad con el objetivo de aglutinar a todos los profesionales y estudiantes interesados en el trabajo deportivo, que abarcara más allá de Sudamérica, pero esta asociación prácticamente muere en el papel: la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte. A nivel interno, durante esta época se inician formalmente, los primeros intentos por agrupar a los psicólogos deportivos en una instancia concreta, mediante la creación de la Asociación de Psicólogos del Deporte. Entre los objetivos de esta asociación estaban agrupar a los profesionales ya titulados, intercambiar experiencias, fortalecer el ámbito formativo y de alguna forma

defenderse del traspie inicial y circunscribir esta área exclusivamente a los psicólogos. Además se buscaba profesionalizar aún más y darse a conocer al esquivo medio deportivo externo. Así en 1996 se crea la Asociación Chilena de Psicología del Deporte, siendo su primer presidente Enrique Aguayo Chávez. Lamentablemente este nuevo impulso no se cristaliza de manera formal ni legal, evidenciando la falta de liderazgos y de interés por agruparse por parte de los psicólogos deportivos.

Dentro de esta fase se destaca la realización en 1997 de dos congresos casi simultáneos. El primero de ellos organizado por la Universidad de Santiago que tuvo un carácter más nacional, ya que, los expositores fueron distintos psicólogos que solo trabajaban en el país. Y el segundo, correspondió al 5° Congreso Sudamericano de Psicología del Deporte que organizó la SOSUPE (hasta ese entonces presidida por Enrique Aguayo). Este último congreso produjo un gran dinamismo interno, debido a la gran cantidad de asistentes no sólo de Chile, sino que también, de otros países de Latinoamérica, y por la presencia de importantes expositores como Enrique García Ucha de Cuba, Guillermo Pérez Recio de España, Benno Becker Jr. de Brasil y Dietmar Samulski (Q.E.P.D.) proveniente de Alemania pero radicado muchos años en Brasil, entre otros.

En cuanto a las publicaciones científicas, éstas siguen siendo escasas pero se destacan dos: una en 1989 por parte de la psicóloga Laura Traverso quién escribe un “Manual para Entrenadores y Profesores” y en 1996 nuevamente Ariel

Leporati reedita uno de sus antiguos libros de psicología del deporte (Romero & Ávila, 1999).

En donde sí hubo una mayor proliferación fue en el área de las investigaciones, debido primordialmente a la gran cantidad de estudiantes de licenciatura interesados en realizar sus tesis de titulación en el ámbito deportivo. Finalmente cabe mencionar el importante aumento de cátedras de psicología del deporte en numerosas universidades, tanto como electivos en la carrera de psicología, como asignaturas troncales en las carreras de educación física (Cauas, 2008).

El hecho destacado de este período fue la inserción marcada del psicólogo al terreno de juego, fundamentalmente en el fútbol, donde la dirigencia de la Asociación Nacional de Fútbol Profesional (ANFP) decidió involucrar a un psicólogo en la formación de las selecciones nacionales sub-17 y sub-23, elegido fue Sergio Villarroel. Esto derivó en la necesidad de hacer más sistemático el trabajo psicológico en los clubes deportivos, y además motiva el funcionamiento de una red de información y contactos que considera a todos los psicólogos integrantes de equipos de fútbol, generando sinergia en el modo de trabajo y propiciando un intercambio de experiencias. En ese momento un grupo de jóvenes psicólogos (Sergio Villarroel, Nicolás Absolomovich, Rodrigo Cauas, Marcela Herrera, Alexi Ponce) construyeron una base que hasta el día de hoy se mantiene, pudiendo considerar a Chile como uno de los pocos países donde el fútbol, que es mayoritario, contaba con



psicólogos en los equipos de la primera división (Herrera & Cauas, 2008).

Cuarto período: Crecimiento explosivo de profesionales (2002 - 2009)

Producto del mencionado incremento de cursos electivos en las universidades tanto estatales como privadas, en este período se registra un considerable aumento de psicólogos titulados y estudiantes en práctica en el ámbito del deporte. Tanto que no pudo registrarse de manera precisa cuantos profesionales o estudiantes en práctica desarrollaron intervenciones con deportistas en instituciones. Muchos de ellos de manera puntual o parcial.

En lo relacionado netamente con la especialización, a partir del año 2003 la Universidad Diego Portales en sinergia con la Fundación Ascende (Alicia Romero) y la Universidad de Illes Balears (Alexandre García Más), organizan una serie de cursos sistematizados en un post grado.

En el ámbito más científico hay tres hechos de relevancia en esta época. El primero de ellos tiene que ver con la creación de la primera empresa de Asesorías Psicológicas Deportivas (APD), creada por dos profesionales especializados Alexi Ponce y Rodrigo Cauas -años más tarde otros emprendedores, Jaime Mestre, Fernando Azócar y Paula Ortiz, crearían una segunda empresa de capacitación y asesorías, denominada Cúspide-. Bajo el alero de APD se organiza, en el año 2004, un exitoso congreso denominado 1er. Congreso de Investigaciones de Psicología

del Deporte en Santiago de Chile, donde existe una masiva concurrencia y exponen diversos psicólogos nacionales y dos extranjeros: Luis Gustavo González y el argentino Marcelo Roffé. Este congreso marca de alguna forma un punto de inflexión en cuanto al desarrollo de la psicología del deporte en nuestro país. Crece el interés de estudiantes en participar de congresos y se empiezan a conocer las diversas intervenciones que los pocos psicólogos desarrollan.

Otro hecho relevante ocurre en Septiembre de 2006, en la ciudad de Guadalajara, donde se desarrolla el *Primer Congreso de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte* (SIPD). Allí Rodrigo Cauas, único chileno en asistir, expuso acerca de la realidad de la psicología del deporte en Chile, difundiendo de alguna manera, el crecimiento que ha tenido esta área durante estos años en Chile. Esto último permite posicionar a Chile en una segunda vía en el concierto internacional.

Un mes más tarde, en Octubre del mismo año, la Sosupe, presidida por el Uruguayo Lic. Carlos Ferrés, organiza un nuevo congreso en Chile, en conjunto con la Universidad de las Américas. Entre los invitados más destacados estuvieron Gloria Balagué, Ricardo de la Vega, Joaquín Dosil, Alexandre García Más, entre otros. Este evento se ha considerado fundamental para la inserción definitiva de Chile en el concierto internacional y para la consolidación de las relaciones profesionales entre los miembros de las asociaciones de cada país (Herrera & Cauas, 2008).

Dentro de este período la especialización profesional fue fundamental, ya que, hasta no muchos años atrás, los psicólogos que trabajaban con los deportistas, no tenían estudios académicos de post grado que avalaran la rigurosidad de su trabajo. En este sentido la especialidad se obtenía exclusivamente en la *praxis*, vale decir, del mismo terreno de entrenamiento o de juego. Y producto de esto último es que aparecen dos publicaciones, las primeras relacionadas con este ámbito, escritas por un psicólogo especializado. Se trata de “Psicología y deporte. Una experiencia Chilena” (2ª edición 2008) y de “Maratón y running. Claves psicológicas” (1ª edición 2008) de Rodrigo Cauas.

En lo netamente laboral, la realidad de los psicólogos chilenos es bastante parecida a lo que ocurre en otros países. La principal fuente laboral son los equipos de fútbol, con un énfasis mayor en las divisiones menores. Destacan los principales clubes del fútbol chileno, Colo Colo donde permaneció por algunos años Enrique Aguayo, Universidad de Chile con el psicólogo Felipe Fuenzalida, Universidad Católica con Sergio Villarroel, Palestino con Benito Urra y Universidad de Concepción con Alexi Ponce.

Un segundo deporte donde se ha considerado fundamental esta labor es en el tenis, tal vez, asociado a la proliferación de las academias de alto rendimiento en los últimos años. En dichos años se calculaba que sólo en el fútbol había entre ocho y trece psicólogos deportivos desarrollando diversos tipos de actividades. En las distintas academias de

tenis o centros de entrenamiento existirían, al menos, ocho profesionales más interviniendo la parte mental. En el Centro de Alto Rendimiento (C.A.R.) organismo donde entrenan los deportistas de élite de nuestro país, trabajan sólo tres psicólogos, cifra insuficiente, para la gran cantidad de deportistas que entrenan individual y colectivamente en la búsqueda de medallas para Chile (Cauas, 2007).

Quinto período: Solidez endógena (2010 – hasta nuestros días)

En el año 2010 reaparece quién estuviera relacionado fuertemente con el intento de iniciar el asociacionismo de esta área: el profesor Yovanovic. Él participó de diversas reuniones con los creadores de la Asociación Chilena de Psicólogos del Deporte (Enrique Aguayo, Alexi Ponce, Claudia Larenas y Rodrigo Cauas), en donde definieron fundir ambas entidades, manteniendo el nombre de la primera agrupación, Sociedad Chilena de Psicología del Deporte, al ser la denominación más representativa nacional e internacionalmente.

En el año 2011 durante el X Congreso de la Sociedad Sudamericana de Psicología del Deporte, llevado a cabo en Buenos Aires, se vuelve a elegir como presidente de la misma a Enrique Aguayo, y escogiéndose a Chile como la próxima sede del congreso (2013).

Un año más tarde pero en Sao Paulo, Brasil se verifica el 4º Congreso de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte. En ese encuentro hay dos hechos relevantes. El primero de ellos es que Chile por primera vez, postula a la organización de un congreso perteneciente



a la SIPD (que finalmente recayó sobre Puerto Rico) y es integrado a la junta directiva Rodrigo Cauas.

En cuanto a la literatura, que no son tan prolíficas en Chile, se publica el primer libro de Alexi Ponce denominado “Habilidades psicológicas para el fútbol” (1ª edición 2011). Libro que viene a llenar un vacío de años por la temática y su contenido práctico.

A pesar de que por años *orientadores, magos, parapsicólogos y verdaderos personajes* coparon inapropiadamente el rol científico, muchas veces bajo el mismo rótulo de psicólogo, este período es de una mayor consolidación en cuanto al crecimiento laboral, que desde un comienzo fue lento. Ahora de manera sostenida, y sólo durante estos años, este proceso de expansión se ha ido acelerando, llegando a un aumento notable de profesionales en distintos clubes deportivos, federaciones, universidades, escuelas, etc. Junto con este crecimiento, han aumentado también las investigaciones en esta área, pero es importante destacar que dichas investigaciones surgen más producto de la obligación de los estudiantes de pre grado para titularse, que debido a un interés de los mismos profesionales por investigar, dado el escaso apoyo estatal y privado a este tipo de iniciativas. Pero sin duda, desarrollos teóricos, investigaciones importantes, construcción, estandarización o baremación de pruebas psicológicas, han estado desarrollándose fuertemente en esta etapa.

En este período destaca finalmente el relanzamiento de la Sociedad Chilena de Psicología del Deporte (Sochipd) durante

el Congreso Nacional desarrollado en Santiago de Chile (Noviembre 2012). Ante la renuncia de Enrique Aguayo, queda presidida transitoriamente por una junta compuesta por Alexi Ponce, Rodrigo Cauas, Jaime Mestre y Rodrigo Barrera. Entre los desafíos de Sochipd, que deberán resolver en el futuro los psicólogos deportivos chilenos emergentes, con fuerte presencia también en regiones, deben focalizarse en fortalecer el área con lo ya realizado durante todos estos años y proyectarlo ante los nuevos desafíos, incorporando nuevas herramientas emergentes como, por ejemplo, el coaching deportivo y las neurociencias. Pero tal vez el principal desafío tenga que ver con estructurar una organización que pueda incluir verdaderamente a todos los psicólogos que se desarrollen formal e informalmente en el campo aplicado en el ámbito de la docencia. Otro desafío, que sin duda alguna, fortalecerá esta área en relación a los otros profesionales del deporte, es la investigación. Mediante estudios aplicados se puede demostrar de manera más rigurosa y científica que distintas técnicas y herramientas psicológicas tienen su utilidad sobre el rendimiento deportivo.

REFERENCIAS

- Cauas, R. (2004, Abril). La psicología del deporte en Chile, 71. Extraído el 22 Abril, 2004 de <http://www.efdeportes.com/efd71/chile.htm>
- Cauas, R. (2005, Julio). La intervención de la psicología del deporte según la ley del deporte chilena, 86. Extraído el 20

- Julio, 2005 de <http://www.efdeportes.com/efd86/ley.htm>
- Cauas, R. (2006, Abril). Rol del psicólogo del deporte en Chile: análisis causal y metodológico, 95. Extraído el 28 Marzo, 2006 de <http://www.efdeportes.com/efd95/psd.htm>
- Cauas, R. (2007) La psicología del deporte en Chile y el mundo. Portaldeportivo La Revista N° 1
- Cauas, R. (2008). Psicología y deporte: una experiencia chilena. Santiago: Cedep.
- Dosil, J. (2003). Veinte claves para afrontar el futuro de la psicología del deporte en España. Revista de Psicología General y Aplicada, 56 (4), 519-529.
- Guarello, J. Y Urrutia, L. (2005) Historias secretas del fútbol chileno. Santiago: Ediciones B.
- Herrera, M. (1999). “El proceso de inserción del psicólogo en una organización deportiva: un estudio de casos”. Tesis para optar al título de Psicólogo. Universidad Central de Chile. Santiago. Chile.
- Herrera, M. y Cauas, R. (2008) La psicología del deporte en Chile. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio Físico y del Deporte Vol. 3 N° 1 págs. 109-120.
- Leporati, A. (1970) Psicología y deporte. Un estudio exploratorio. Facultad de Filosofía y Educación Universidad de Chile. Santiago, Chile.
- Leporati, A. (1978) Psicología del deporte hoy. Universidad de Chile. Santiago, Chile.
- Leporati, A (2001) Psicología del deporte. Universidad las Condes. Santiago, Chile.
- Romero, A. Y Ávila K. (1999) “La psicología del deporte sus aplicaciones y desarrollo en Chile”. Memoria de titulación para optar al grado de Licenciado en psicología. Santiago, Chile.



RELACIÓN ENTRE LOS ESTADOS DE ÁNIMO Y MOTIVACIÓN PRE-COMPETITIVOS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO, EN UN GRUPO DE DEPORTISTAS INFANTILES (CATEGORÍA A) Y PRE-JUVENILES (CATEGORÍA B) DE BOGOTÁ, D.C.

Relationship between the Mind and Motivation with Pre-Competitive Sports Performance in A Group of Athletes for Children (Category A) and Pre-Juvenile (Category B) Bogotá, D.C.

Relação Entre A Mente E Motivação Com Pré-Competitivo Sports Desempenho Em Um Grupo De Atletas Para Crianças (Categoria A) E Pré-Juvenil (Categoria B) Bogotá, D.C.

Ángela Patricia Valero Ballesteros

angela.valero@gmail.com

Instituto de Recreación y Deportes de Bogotá
I.D.R.D.

Luis Humberto Serrato Hernández

luishumbertoserratohernandez@yahoo.es

Instituto de Recreación y Deportes de Bogotá
I.D.R.D.

Historia del artículo

Recibido: 16 de Julio de 2013

Revisado: 30 de Agosto de 2013

Aceptado: 10 de Octubre de 2013

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

Valero, A. P. y Serrato, L. H. (2013). Relación entre los estados de ánimo y motivación pre-competitivos con el rendimiento deportivo, en un grupo de deportistas infantiles (Categoría A) y pre- Juveniles (Categoría B) de Bogotá, D.C. *Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica*, 2(2), 12-34.

Resumen

El presente estudio tuvo como finalidad conocer las implicaciones del estado de ánimo y la motivación momentos previos al inicio de la competencia. Para tal efecto, se empleó un diseño ex post facto descriptivo correlacionar de un grupo 121 de deportistas que van de 10 a 17 años de edad, correspondientes a 12 deportes individuales que integran la selección de intercolegiados de Bogotá D.C., en las categorías A y B. Los resultados fueron analizados a través de las respuestas aportadas por los deportistas a las pruebas TEAD-R (Moreno y Vigoya, 2005) e IP SETA (García, 2004). Se concluye que la prueba de estados de ánimo aporta información importante momentos previos a la competencia. Igualmente, se establecen parámetros para identificar e interpretar la incidencia de las variables de Vigor y Tensión respecto al rendimiento del deportista.

Palabras claves: Estados de ánimo, motivación, rendimiento.

Summary

This study aimed to identify the implications of mood and motivation just before the start of the competition. To this end, it used a design ex post facto descriptive correlational 121 group of athletes ranging from 10-17 years old, belonging to 12 individual sports that make up the selection of intercollegiate de Bogotá DC, in categories A and B. The results were analyzed by the answers given by athletes to TEAD-R tests (Moreno and Vigoya, 2005) and IP SETA (García, 2004). It conclude that the mood test provides important information moments before the competition. They also set parameters to identify and interpret the impact of variables and Tension Force regarding the performance of the athlete.

Key words: Moods states, motivation, performance.

Sumário

O presente estudo teve como objetivo identificar as implicações de humor e motivação antes do início da competição agora. Para este fim, Projetar um ex post facto descrição correlacional de um grupo de 121 atletas que vão emprego 10-17 anos de idade para 12 esportes individuais que compõem a seleção de intercolegial Bogotá D.C., nas categorias A e B. Os resultados foram analisados por as respostas dos atletas para testes TEAD-R (Moreno y Vigoya, 2005) e IP SETA (García, 2004). Conclui-se que a prova dos humores fornece importantes momentos de informação antes da competição. Da mesma forma, os parâmetros são estabelecidos para identificar e interpretar o impacto das variáveis de Vigor e Tensão em relação ao desempenho do atleta.

Palavras-chave: Moods, motivação, desempenho.

INTRODUCCION

La necesidad imperante de los actores involucrados en el área del deporte por identificar los recursos y herramientas para hacer cada vez más óptimo y eficaz el trabajo del deportista y su rendimiento, ha llevado a las ciencias aplicadas al deporte a crear y trabajar por saberes e intervenciones específicas que satisfagan las necesidades de los deportistas y el ciclo de preparación en que se encuentran (Whelan, Mahoney y Meyers, 1991, Platonov, 2001, Dosil, 2008).

Tal es el caso de la psicología del deporte, que da razón de la importancia de conocer el comportamiento de los atletas en todas y cada una de las esferas que componen su entrenamiento y formación deportiva, pues al identificar su repertorio de conductas (a nivel motor, fisiológico y cognoscitivo) el profesional en psicología podrá trabajar en conjunto con el deportista en desarrollar recursos que le permitan obtener sus metas de manera eficaz, manejando satisfactoriamente las diversas condiciones de estrés y presión que pueden rodear su vida deportiva y que en ocasiones amenazar su desempeño a nivel competitivo (García, 2006 ; Roffe, 2006; López, 2006 y Larumbe, Pérez y López, 2009).

A partir de una intervención estructurada y planificada en el marco del entrenamiento deportivo, la psicología del deporte busca ampliar las posibilidades de rendimiento del atleta, aumentando, perfeccionando y poniendo a punto los recursos con los que cuenta para rendir al

máximo de las posibilidades reales trabajadas en el entrenamiento, contribuyendo decisivamente a lograr objetivos competitivos, así como multiplicar y potencializar las opciones de rendimiento y éxito deportivo (Buseta, 1998; Uphill y Jones, 2007).

Ante la premisa de obtener más y mejores resultados, y que la consecución de estos se lleve a cabo de la manera más metódica y libre de improvisaciones, se hace necesario abordar el desempeño y rendimiento de los deportistas en competencia, identificando los recursos con los que cuentan a nivel psicológico para afrontar dichas situaciones y cómo variables como su estado de ánimo frente a la competencia, nivel de motivación y autoeficacia pueden llegar a mediar y predecir su rendimiento (Larumbe et al., 2009).

Existen numerosas investigaciones y autores que dando cuenta de lo anterior, han buscado identificar un estado psicológico óptimo en los deportistas previo a competir, ya que tales resultados proporcionan un marco ideal para el estudio del comportamiento humano (Terry, 1995) y constituyen una fuente de conductas blanco a trabajar y potencializar con el atleta para la mejora de su performance; para lo anterior se han tomado como factores de medición, las variables mencionadas en el párrafo (estados de ánimo, autoeficacia y motivación) previo a la competencia y el rendimiento del atleta (Gil, Capafons, y Labrador, 1993, Arruza, Balagué, y Arrieta, 1998; Meyers, Bourgeois, LeUnes, y Murray, 1999, Totterdell, 1999, Andrade, Arce, y Seoane, 2000 y 2002,

Chappell, y Lane, 2001, Sánchez, González, Ruíz, Arrasate, Abando, Martínez, y García, 2001, Robazza, Bortoli, y Nougier, 2000, Buceta, López, Pérez, Vallejo y del Pino, 2003, Ruíz, 2005, López, 2006, Uphill, y Jones, 2007, Larumbe et al., 2009).

Respecto a la variable estados de ánimo y su relación de predicción con el desempeño deportivo del atleta, se definen de acuerdo con Totterdell (1999) como aquellos estados menos intensos, más persistentes y menos dirigidos que las emociones, que pueden tener efecto sobre procesos como la percepción, el razonamiento, la memoria y el comportamiento, determinantes en el rendimiento del atleta durante su competencia (Arruza, Valencia, y Alzate, 1994, Andrade, Arce y Seoane, 2002).

La herramienta quizás más empleada y reconocida para dar cuenta de los estados de ánimo, es el Perfil de Estados de Ánimo”, Profile of Mood States (P.O.M.S.) de la autoria de McNair, Lorr y Dropleman (1971), que de acuerdo con Morgan, (1980), es considerado como el mejor instrumento predictor del rendimiento deportivo; el Perfil Iceberg, estado de ánimo ideal a nivel deportivo y resultado de numerosas aplicaciones y comparaciones a deportistas y no deportistas, señala una puntuación baja en Tensión, Depresión, Cólera, Fatiga y Confusión, y por encima de la media poblacional en Vigor (Nagle, Morgan, Hellickson, Serfass y Alexander, 1975; Morgan y Johnson, 1977; Morgan y Pollock, 1977; Morgan y Johnson, 1978; Morgan, 1980a, 1980b, Andrade, Arce y Seoane, 2000; Beedie, Terry y Lane, 2000)

citado por Andrade et al., (2000) y Andrade, Arce, Armental, Rodríguez y de Francisco (2008).

Andrade et al., (2000) señalan que los deportistas que puntúan en la escala de vigor de acuerdo al perfil del iceberg o superior a él han obtenido un buen desempeño competitivo, así como aquellos con un nivel de hostilidad superior al ideal de dicho perfil. Se considera entonces que de acuerdo a los resultados aportados de estudios realizados por (Andrade et al., 2000, Uphill, y Jones, 2007) el perfil iceberg del POMS previo a competencia, tiene relación con el rendimiento deportivo de los atletas en cada una de sus escalas, siendo especialmente relevantes la baja puntuación en fatiga, así como alta en vigor y un poco superior a la esperada en el perfil de hostilidad.

Los anteriores resultados se ratifican en el meta-análisis realizado por Beedie et al., (2000) en el que se estudiaron 29 publicaciones, cuyos resultados coinciden en afirmar que el efecto de los niveles de tensión e ira no son significativos sobre el rendimiento que muestre el atleta en competencia.

Por su parte Rowley (1995) en su meta-análisis hace referencia a la capacidad predictora del POMS, respecto a las características del deporte que practica el atleta y su rendimiento, caracteriza los deportes por el tipo de resistencia que demanda en su práctica ya sea aeróbico o anaeróbica y si se realiza de manera individual o colectiva. El autor concluye que el tipo de deporte no afecta significativamente la relación entre los estados de ánimo y el desempeño, aunque

refiere que el poder predictor del POMS fluctúa de acuerdo a la duración del evento o tiempo que tarde la competencia en que participe el atleta.

En cuanto el factor motivacional, este ocupa un papel más que relevante en el rendimiento competitivo de los atletas, pues más allá de que su presencia, grado y orientación determinen la práctica del deporte y su adherencia a él, su manejo es esencial para el rendimiento del atleta (Larumbe et al., 2009).

Es así como la motivación es entendida como un constructo empleado para explicar qué mueve o lleva a una persona a comportarse o llevar a cabo una acción determinada, ya sea por la necesidad del organismo o por el incentivo, como meta que se pretende alcanzar o evitar y que median la dirección e intensidad de la conducta a llevar a cabo Atkinson (1957) citado por Choliz (2004).

Para la participación, adherencia y permanencia en la práctica del deporte del atleta se identifican dos conceptos claves para su comprensión, la motivación intrínseca y el motivo de logro, que se entienden como aquel impulso que conduce a la realización de una tarea únicamente por el interés y placer de realizarla, en el caso de la primera, y una orientación de la persona hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, la persistencia a pesar de los fracasos, y la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas, no sólo en situaciones evaluadas socialmente sino en situaciones de autocompetición en cuanto la motivación de logro se refiere (García, 2002 y Choliz, 2004).

Una de las evidencias que ha causado mayor consideración en el análisis de la conducta motivada y con ella los motivos de participación y permanencia en el deporte de rendimiento, ha sido la motivación intrínseca y el hecho de que en ocasiones una persona pueda dedicarse con gran interés y esfuerzo a una actividad, sin que aparentemente obtenga beneficio alguno por realizarla, sólo el mero interés y placer por llevarla a cabo (Cantón, Mayor, Pallarés, 1995, López y Márquez, 2001).

La literatura y estudios señalan que la motivación intrínseca se convierte en un bastión necesario para la práctica del deporte, su permanencia en él y la necesidad de la mejora de las habilidades que este requiere, por lo que la presencia de este tipo de motivación, como motivo de la práctica deportiva aumenta los niveles de compromiso y permanencia en la práctica deportiva, a menos más que la motivación extrínseca, en el caso de los deportistas en etapa de iniciación y formación (Cantor et al., 1995 López y Márquez, 2001, Nuñez, 2001).

En cuanto el motivo como una disposición regularmente estable para llevar a cabo determinado tipo de acciones, se le considera como una variable que media en la fuerza de una tendencia de acción, en el caso del motivo de logro, descrito inicialmente por Murray (1938) y desarrollado especialmente por McClelland (1989) se le considera como la tendencia a buscar el éxito en labores tareas que implican la evaluación del desempeño, es decir, el interés por conseguir un “estándar de excelencia” de



acuerdo con las palabras de McClelland (Choliz, 2004).

De acuerdo a lo citado por Choliz (2004) y siguiendo las aportaciones de (Cantor et al., 1995 López y Márquez, 2001, Nuñez, 2001), se considera que las personas y en este caso los deportistas con un alto nivel de motivo de logro, poseen en la práctica motivada de su deporte, la búsqueda activa del éxito en la realización de su conducta motivada, asumiendo con responsabilidad las consecuencias de lo que esto implique e interesándose por ser eficaces y poner en marcha estrategias para optimizar su rendimiento diferentes trabajos muestran que este tipo de motivación se relaciona positivamente con un mayor compromiso y adherencia a la práctica deportiva lo que podría actuar como predictor del rendimiento del atleta.

La autoeficacia es otra variable relacionada con el alto rendimiento. Esta variable es entendida como la capacidad de predicción del desempeño real que un deportista puede hacer a través de la creencia de su competencia personal para realizar una tarea; ha sido una de las variables psicológicas que ha generado más estudios desde los años ochenta, a partir de la postulación de Bandura (1977) respecto al tema; los resultados de los estudios señalan que los deportistas con un buen nivel de autoeficacia creen en su capacidad para adquirir las destrezas y competencias necesarias que les permitan alcanzar un máximo potencial y rendir conforme a él (Arruza, Balagué, y Arrieta, 1998, Salguero, González, Boto, Tuero, Márquez, 2003, Ruíz, 2005).

Las investigaciones (Arruza et al., 1998, Salguero et al., 2003, Ruíz, 2005)

han encontrado relación entre la autoeficacia y el nivel de ejecución en tareas deportivas y con ella un buen rendimiento deportivo, no obstante el diseño correlacional en que se enmarcan estos estudios no permite asegurar una influencia causal de la competencia física percibida sobre el rendimiento. Así mismo, estos autores dan cuenta de los resultados en habilidad física percibida en función del género, encontrando diferencias significativas a favor de los varones en el caso de la habilidad física percibida general y de la global (concepto que se ubica dentro del constructo de autoeficacia), aunque existía una tendencia similar, sin llegar a ser significativa, en la habilidad física percibida específica.

La regularidad de los resultados aportados por Balaguer, Colilla, Gimeno, Soler, (1990^a, 199b), Miller (1993) Salguero et al. (2003) y Ruíz (2005) permiten afirmar que los deportistas varones tienen una concepción más elevada, especialmente a nivel general, de su habilidad física, es decir, se perciben más hábiles, esta habilidad percibida permite determinar la percepción que tiene un atleta de su propia habilidad y que se encuentra, según autores como Lorsbach y Jinks (1999) citado por Salguero et al. (2003), entre el nivel de conocimiento y el real de ejecución o rendimiento.

Los estudios precedentes han mostrado fuerte relación entre las variables del estado de ánimo y la motivación con el rendimiento deportivo. En Colombia se cuenta con dos instrumentos de resolución rápida, el TEAD-R de Moreno y Vigoya (2005) y el IP SETA de García (2002),

ambas pruebas de rápida resolución y adaptados a población colombiana, que nos permitirán revisar si esta relación se mantiene en deportistas infantiles y pre-juveniles.

MÉTODO

Tipo de investigación

Estudio ex pos facto de tipo descriptivo y correlacional de un grupo de deportistas pertenecientes a la reserva deportiva de Bogotá D.C., que pretende analizar el estado de ánimo (tensión, decaimiento, hostilidad, vigor, fatiga y confusión) y motivación (motivación interna, competitividad y percepción de la habilidad) de los deportistas 12 horas antes de la competencia.

Participantes

Para el presente estudio se empleó una muestra de 121 deportistas, con edades que van desde los 10 a los 17 años correspondientes a 12 deportes individuales, que participaron en los Juegos Nacionales Intercolegiados de Colombia representando a Bogotá D.C, distribuidos en la categoría A (10 a 14 años) y la categoría B (15 a 17 años).

Instrumentos

Los instrumentos empleados en el estudio fueron los siguientes:

1. Ficha técnica: hoja de registro diseñada por Camacho (1995), modificada para reunir información de variables demográficas personales y deportivas de los evaluados.

2. Test de Estados de Ánimo para Deportistas de Rendimiento (TEAD-R): instrumento diseñado por Moreno y Vigoya (2005), es una versión reducida del POMS, estandarizada en deportistas colombianos con edades comprendidas entre 9 y 45 años. Mantiene las mismas escalas de la prueba inicial pero cada una evaluada a través de tres (3) adjetivos por dimensión. Los índices de confiabilidad alfa por escala de acuerdo a la etapa pre-competitiva, calculados en una población de 185 deportistas van desde 0.79 (vigor) a 0.86 (hostilidad) con 0.77 para el total de prueba de 18 adjetivo. Para diligenciar el formato del TEAD-R un deportista invierte no más de tres (3) minutos.

3. Inventario Psicológico para Seguimiento de Talentos (IP SETA): instrumento diseñado por García (2004), estandarizado en deportistas colombianos con edades comprendidas entre 6 y 12 años. La prueba está constituida por tres (3) escalas con sus respectivos índices de confiabilidad alfa: motivación interna (0,63), competitividad (0,843) y percepción de la habilidad (0,666), al total de la prueba con 19 reactivos le correspondió el valor de 0.660. Para diligenciar el formato del IP-SETA un deportista invierte no más de tres (5) minutos.

Procedimiento

Para el desarrollo del estudio se programaron cinco (5) pasos:

1. Se coordinó con los delegados y entrenadores la aplicación de las pruebas en forma grupal.
2. Como requisito importante la aplicación de la ficha técnica y las pruebas

psicológicas se realizó en el lapso transcurrido entre las últimas 24 horas antes de iniciar las competencias en los respectivos deportes.

3. Una vez reunidos con los deportistas se les informo sobre el propósito del estudio, solicitando

RESULTADOS

En el análisis de los resultados se ha utilizado el paquete estadístico SPSS 8.0 para Windows, a través del cual se calcularon los siguientes valores: a) medidas de tendencia central, b)

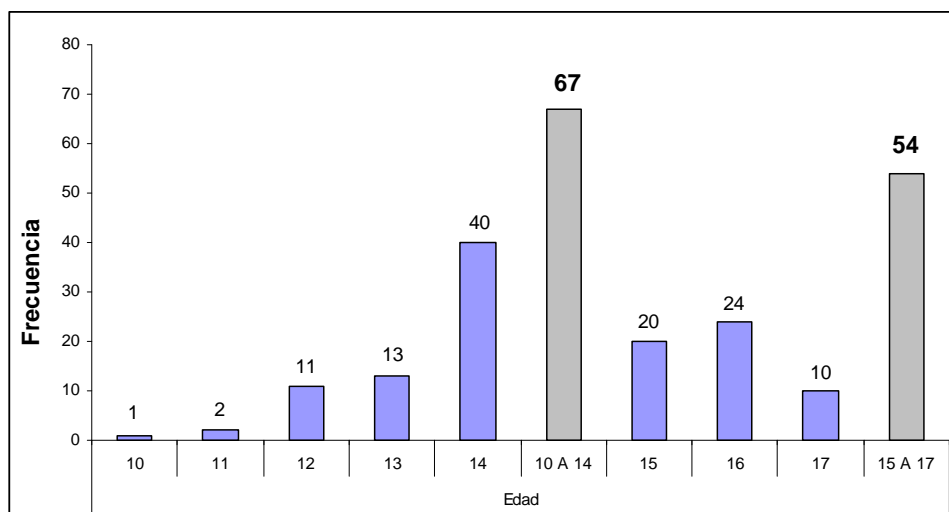


Figura1. Distribución por Frecuencias de los Deportistas de Acuerdo a la Edad y Rangos de Edad (N= 121)

manifestarán su acuerdo a través de la firma del formato sobre Consentimiento Informado.

4. En la aplicación del TEAD-R la instrucción para el diligenciamiento de la prueba fue “pensar en cómo se sentía en este momento pensando en su actuación en durante los juegos intercolegiados”.

5. Una vez tabulada la información se retroalimentó de forma inmediata a los deportistas y entrenadores acerca de los estados de ánimo y motivación del deportista. De igual forma, esta información le permitió al psicólogo realizar intervenciones oportunas para afrontar el desarrollo de la competencia.

correlaciones entre las variables psicológicas y las variables de la ficha técnica y c) diferencias entre grupos.

De acuerdo con las Categorías establecidas para los Juegos Intercolegiados Nacionales de Colombia, la mayor frecuencia de los deportistas se encuentra en la categoría A establecida para el rango de 10 a 14 años, la cual corresponde al 55,4% de la muestra seleccionada.

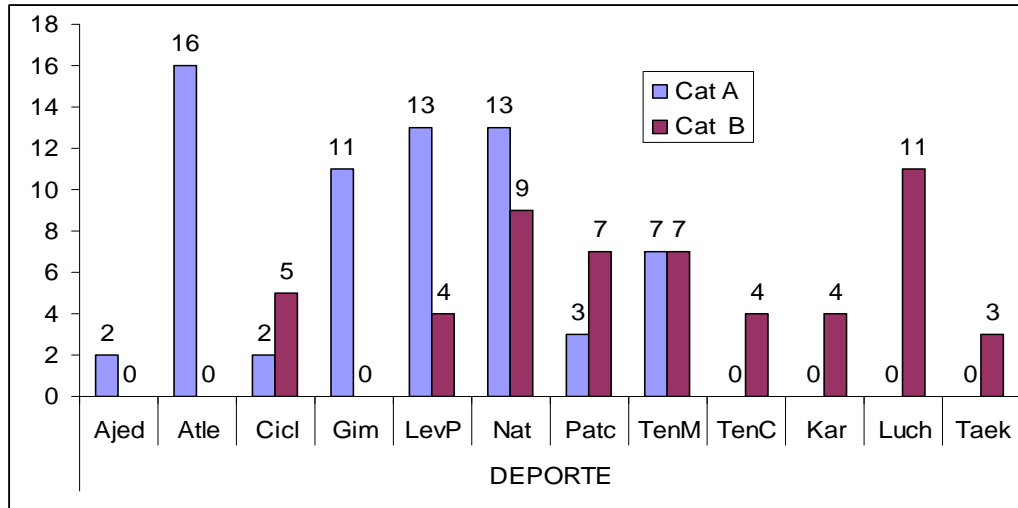


Figura 2. Distribución por Frecuencias de los Deportes en la Categoría A (N=67) y Categoría B (N=54).

Los deportes que aparecen en cero (0) se explica porque la disciplina o no hizo parte de los juegos en esa categoría o porque no se realizaron las aplicaciones respectivas. Hecha la aclaración se observa en la Figura 2 que son ocho (8) las disciplinas deportivas incluidas para este estudio en la categoría A y nueve (9) en la categoría B, en total ambas categorías suman doce (12) deportes. Se destacan por el tamaño del grupo atletismo, gimnasia artística y natación.

De forma específica se relaciona en las Tablas 1 y 2 el comportamiento en porcentajes de la muestra de acuerdo a las variables demográficas y deportivas al interior de cada categoría.

La secundaria o bachillerato es el nivel educativo predominante de la muestra, los deportistas en mayor porcentaje viven y dependen económicamente de sus padres, en la Categoría A el más alto porcentaje corresponde a lugar “menor” de la familia y en la Categoría B son los “mayores” de

la familia, aunque en esta última categoría la distribución porcentual de ubicación en la familia es más homogénea. Llama la atención que en cada categoría cerca del 17% de los deportistas viven con un solo padre de familia. Otro dato para resaltar son los porcentajes de hijos únicos especialmente en la categoría B.

Tabla 1:

Descripción Porcentual de la Información Demográfica Personal Reportada por los Deportistas (N=121).

Género	A	B	Yo soy	A	B
	%	%		%	%
Femenino	50,7	42,6	El menor	40,3	25,9
Masculino	49,3	57,4	Intermedio	22,4	25,9
			El mayor	25,4	29,6
			Hijo único	11,9	18,6
Vivo Con	A	B	M i familia	A	B
	%	%	Depende	%	%
			económica		
			mente de		
Madre	14,9	14,8	Madre	11,9	27,8
Padre	3,0	1,9	Padre	23,9	14,8
Padres	10,4	9,3	Padres	58,2	55,6
Padres y Hnos	68,7	68,5	Otros	6,0	1,8
Otros	3,0	5,5			

Tabla 2:
Descripción Porcentual de la Información Demográfica Deportiva Reportada por los Deportistas (N=121).

Años de practicado de este deporte.	A %	B %	Yo entreno con:	A %
Menos de un año	14,9	5,5	Entrenador	70,1
1 a 4	44,8	42,6	Con dos entrenador	17,9
4 a 7	23,9	24,1	Solo y/o entrenador	10,4
7 a 10	16,4	20,4	Sin entrenador	1,6
Más de 10 años	0,0	7,4		
Cuento con un plan de entrenamiento que	A %	B %	Días a la semana en entrenamiento	A %
Conozco y sigo	91,0	90,7	2 veces / semana	1,5
No conozco, pero sigo	9,0	5,6	3 veces / semana	6,0
No tengo		3,7	4 veces / semana	6,0
			5 veces / semana	4,5
			6 veces / semana	71,6
			Todos los días	10,4
Horas diarias de Entrenamiento	A %	B %	Apoyo económico para la práctica del deporte	A %
1 a 3 horas	61,2	48,1	IDRD	10,4
3 a 5	31,3	46,3	Liga	1,5
5 a 7	7,5	5,6	Padres	46,3
			La familia	23,9
			Otros	17,9

En cuanto a la información deportiva registrada en el Tabla 2 las tendencias porcentuales aportan información similar en ambas categorías. La edad deportiva predominante va de 1 a 4 años, el mayor porcentaje tiene entrenador, manifiestan conocer el plan de entrenamiento, su rutina

de entrenamiento diario la realizan de 1 a 3 horas diarias durante 6 días de la semana (aunque también se reporta un porcentaje de deportista que entrenan de 3 a 5 horas diarias) y en ambas categorías reportan recibir el mayor apoyo económico de sus padres

En la Tabla 3 se analiza el comportamiento del estado de ánimo de acuerdo a la instrucción impartida en el momento de la aplicación: “Cómo se siente en este momento pensando en su actuación para las próximas competencias” se revisan las tendencias presentadas en la escala positiva (vigor) y las escalas negativas (tensión, decaimiento, hostilidad, fatiga y confusión). En este sentido, se aprecian puntajes altos en la escala vigor en los hombres para ambas categorías, el promedio más alto es el reportado por los hombres en la categoría A y el más bajo el de las mujeres en la categoría B. En cuanto a las escalas negativas, la variable tensión refleja mayor puntaje en ambas categorías, de forma específica, el mayor puntaje se encuentra en las mujeres de la categoría A y el menor en los hombres de esta misma categoría. Al revisar las diferencias entre medias a través de la ANOVA de una vía ($p < 0.05$) en la totalidad de la muestra entre mujeres y hombres, no se encuentran diferencias significativas.

Tabla 3:

Estadísticos Descriptivos de la Muestra de Acuerdo a las Escalas de las Pruebas Psicológicas, la Categoría y el Género.

Escalas	Categoría A						Categoría B					
	Mujeres N= 34		Hombres N= 33		Total N= 67		Mujeres N=23		Hombres N= 31		Total N= 54	
	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT
Tensión	6,47	2,61	5,67	2,58	6,07	2,61	5,96	2,69	6,06	2,1	6,02	2,34
Decaimiento	3,62	1,18	3,67	1,29	3,64	1,23	4,04	1,26	3,45	0,85	3,7	1,08
Hostilidad	3,65	1,12	3,79	1,93	3,72	1,56	3,48	0,9	3,39	0,76	3,43	0,81
Vigor	11,9	2,18	12,6	2,25	12,2	2,23	11,7	2,23	12,2	1,79	11,9	1,99
Fatiga	4,44	1,85	4,52	1,86	4,48	1,84	4,48	1,86	3,97	1,08	4,19	1,47
Confusión	4,29	1,59	4,06	1,37	4,18	1,48	4,26	1,42	4,03	1,43	4,13	1,41

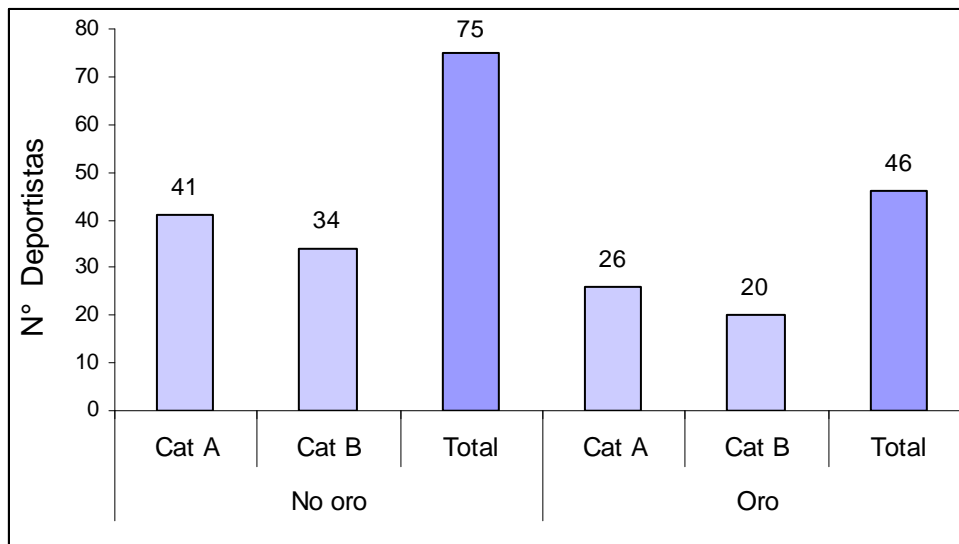


Figura 3. Distribución de la Muestra de Acuerdo a la Obtención de la Medalla de Oro en Ambas Categorías.

Al aplicar la norma sugerida por (Andrade, Arce, Seoane, 2003) para calcular el perfil ideal de los deportistas a través de la media poblacional se encuentran la siguiente figura para las categorías.

Quiere decir que los deportistas deberán tener promedios bajos en las escalas negativas que en el caso de la tensión no podrán exceder al puntaje directo seis (6) y en la escala positiva de

vigor no podrán puntuar por debajo de doce (12). Esto visto desde la perspectiva de las medias grupales por categoría. Al comparar las medias grupales de ambas categorías a través de la ANOVA de una vía se encuentra que no existen diferencias significativas al nivel de $p < 0.05$ en los promedios grupales de ambas categorías con respecto a las escalas del TEAD R.

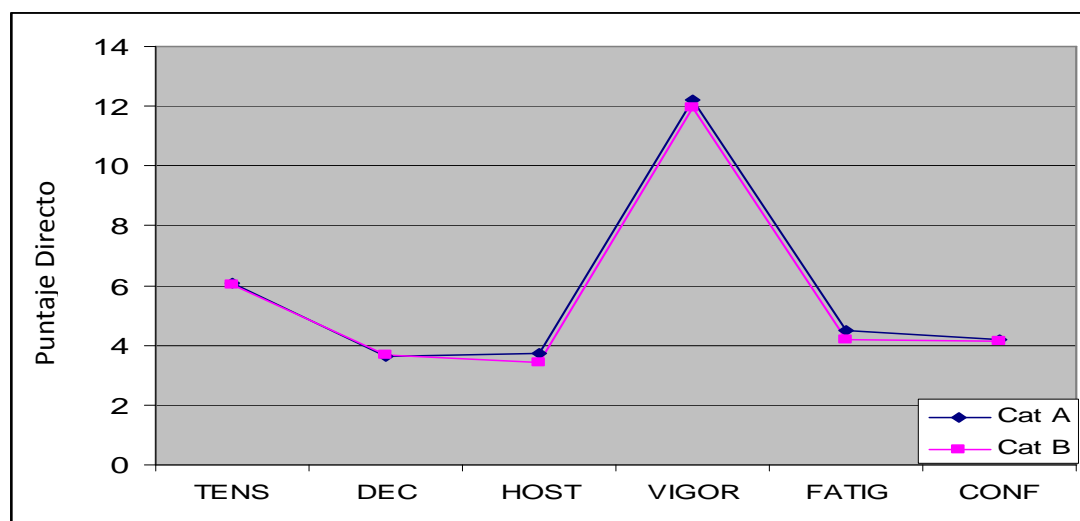


Figura 4. Perfiles Ideales de Estados de Ánimo de los Deportistas en las Categorías

Tabla 4:

Estadísticos Descriptivos de los Estados de Ánimo de los Grupos Medallistas y No Medallistas en ambas Categorías y en el Total.

Escala	Categoría A		Categoría B		A Y B		A Y B					
	No Oro	Oro	No Oro	Oro	No Oro	Oro	No Oro	Oro				
	N = 41	N = 26	N = 34	N = 20	N = 75		N = 46					
	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT
Tensión	5,93	2,27	6,31	3,1	6,56	2,45	5,10	1,86	6,21	2,36	5,78	2,67
Decaimiento	3,76	1,28	3,46	1,14	3,59	0,99	3,90	1,21	3,68	1,15	3,65	1,18
Hostilidad	3,88	1,82	3,46	1,03	3,5	0,83	3,30	0,8	3,71	1,46	3,39	0,93
Vigor	11,8	2,36	12,9	1,81	12,1	2,14	11,70	1,72	11,9	2,26	12,4	1,86
Fatiga	4,54	1,95	4,38	1,68	4,18	1,64	4,20	1,15	4,37	1,81	4,3	1,46
Confusión	4,17	1,53	4,19	1,41	4,29	1,49	3,85	1,27	4,23	1,5	4,04	1,35

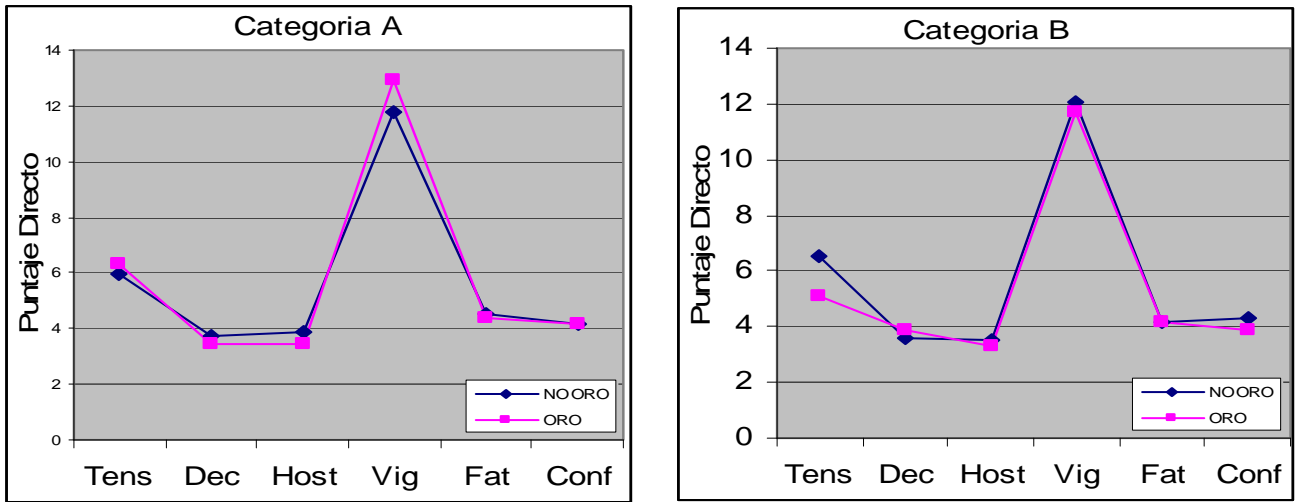


Figura 5. Perfiles de No Medallistas y los Medallistas en las Categorías A y B

El análisis grafico permite observar con claridad las tendencias de los grupos de acuerdo a las comparaciones No Oro vs Oro por categoría, Oro entre categorías y No Oro vs Oro en el total de la muestra.

Las gráficas muestran diferencias descriptivas al interior de ambas categorías. En la categoría A sobresalen los promedios en la escala vigor a favor

de los medallistas y los promedios son similares en las otras escalas, en la categoría B son los promedios de la escala tensión los que se destacan con puntuaciones altas en los deportistas que no han ganado medallas y en las demás escalas los promedios son similares. Al verificar estas tendencias a través de la estadística inferencial por medio de la ANOVA de una vía ($p < 0.05$) se establece

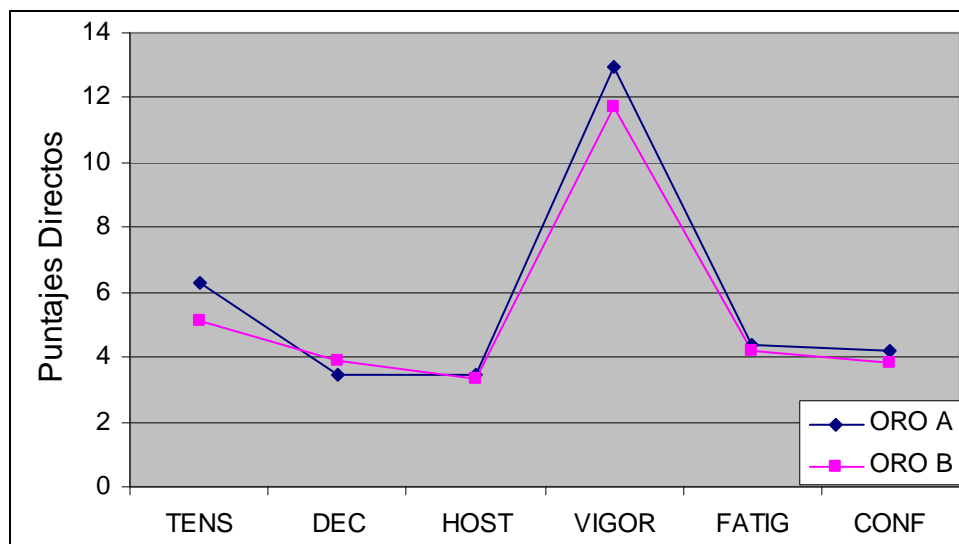


Figura 6. Perfiles Ideales de los Medallistas en Ambas Categorías

que existen diferencias significativas en la escala vigor para la categoría A ($F: 4.612$, $Sig. 0.035$) y en la escala tensión para la categoría B ($F=5.275$, $Sig. 0.026$).

En esta figura se presenta diferencias descriptivas entre los grupos medallistas de oro y no oro de ambas categorías. Las diferencias se observan en las escalas

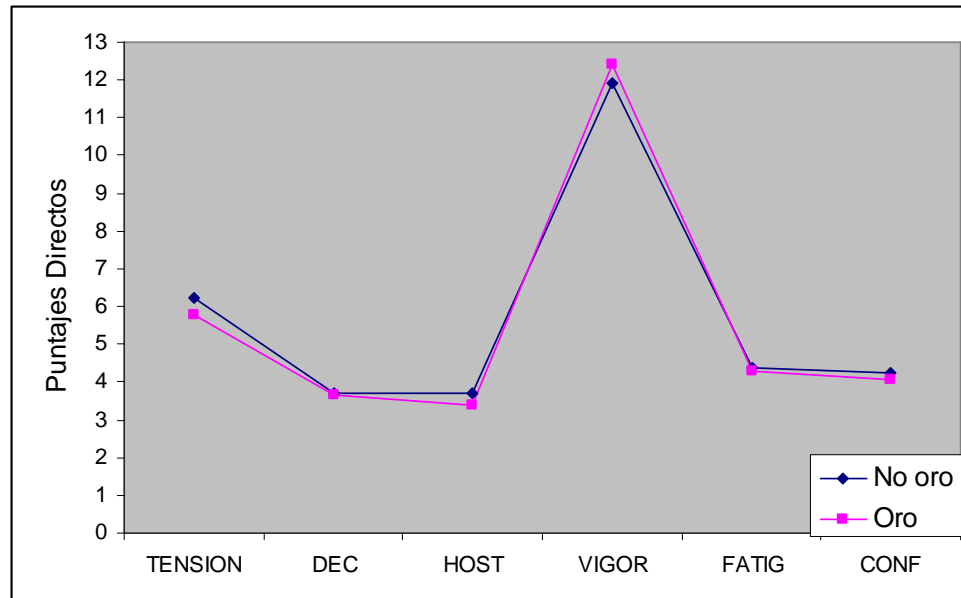


Figura 7. Comparación entre los Perfiles de Estado de Ánimo de los Deportistas que no Ganaron Medalla de Oro Respecto a los que Ganaron Medalla de Oro.

La figura muestra diferencias descriptivas a favor de la categoría A en la escala vigor y a favor de la categoría B en la escala tensión. Excepto por la escala decaimiento, la tendencia es que los medallistas de la Categoría B presenten promedios más bajos en las escalas negativas. Al analizar estas diferencias a través de estadística inferencial por medio de ANOVA de una vía ($p < 0.05$) se encuentra que existen diferencias significativas en el estado de ánimo Vigor a favor de los medallistas de la categoría B ($F=5.390$; $Sig.= 0.025$), la escala tensión no presenta diferencias significativas.

tensión y vigor ambas a favor de los deportistas que obtuvieron medallas de oro. El análisis inferencial a través de la ANOVA de una vía ($p < 0.05$) reporta que las diferencias descriptivas no son significativas. A continuación se presenta en Tabla 5 el resumen de los resultados de las ANOVAS de una Vía calculadas para los diferentes grupos.

Tabla 5:

ANOVA De Una Vía Entre Las Variable Género Y Las Denominaciones Medallistas (No Oro – Oro) Con Respecto A Las Escalas Del TEAD-R.

Variables	Tensión		Decaimiento		Hostilidad		Vigor		Fatiga		Confusión	
	F	Sig.	F	Sig.	F	Sig.	F	Sig.	F	Sig.	F	Sig.
Genero	0.796	0.374	1.161	0.283	0.004	0.950	2.476	0.118	0.451	0.503	0.790	0.376
Categorías A Y B	0.015	0.902	0.85	0.771	1.526	0.219	0.465	0.497	0.903	0.344	0.035	0.852
Cat A: Oros- No oros	0.336	0.564	0.915	0.342	1.129	0.292	4.612	0.035	0.107	0.744	0.030	0.954
Cat B: Oros-No Oros	5.275	0.026	1.060	0.308	0.755	0.389	0.477	0.493	0.003	0.955	1.247	0.269
Medallistas: Cat A y B	2.376	0.130	1.587	0.214	0.336	0.565	5.390	0.025	0.178	0.675	0.723	0.400
Oro-No oro	0.857	0.356	0.016	0.898	1.717	0.193	1.500	0.223	0.48	0.828	0.457	0.500

La Tabla muestra que las diferencias significativas se encuentran en la escala tensión al comparar las medias de los grupos medallistas de oro y no oro de la categoría B y en la escala Vigor al comparar las medias de los grupos oro y no oro de la categoría A y entre los medallistas de ambas categoría.

Un ejercicio interesante es comparar el perfil ideal de estados de ánimo en la categoría con el perfil presentado por cada deportista medallista. Al respecto, en la categoría A (N= 67) el 53,8% de los deportistas cumple con los requerimientos mínimos del perfil ideal, el restante 42,6% no cumple por presentar valores altos en la escala tensión y /o valores bajos en la escala vigor. En la categoría B (N=54) el porcentaje de los medallistas que cumplen el perfil ideal está en el 40%, con la diferencia de que los deportistas que no cumplieron con el perfil se debió a puntuaciones altas en la escalas tensión y

fatiga y puntuaciones bajas en la escala vigor.

Al comparar los perfiles de todos los medallistas con los promedios combinados de ambas categorías (N=121) el porcentaje disminuye al 36,96% de medallistas que cumplen con los valores establecidos, de igual forma se observa que los perfiles no cumplieron con el criterio por promedios altos en su orden en las escalas tensión, fatiga, decaimiento y hostilidad y promedios bajos en vigor. El porcentaje baja aún más, al 20%, cuando se compara el perfil ideal con los datos reportados por los deportistas no medallistas de ambas categorías.

Un análisis similar se realiza con las variables motivacionales que evalúa la prueba IP SETA.

Tabla 6:

Estadísticos Descriptivos de la Muestra de Acuerdo a las Escalas del IP SETA de Acuerdo a la Categoría y el Género.

Escalas	Categoría A						Categoría B					
	Mujeres N= 34		Hombres N= 33		Total N= 67		Mujeres N=23		Hombres N= 31		Total N= 54	
	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT
Motivación Interna	16,4	1,44	16,2	2,33	16,3	1,92	16,7	1,23	16,5	1,5	16,6	1,38
Competitividad	18,8	1,53	18,6	2,39	18,7	1,98	19,2	1,44	19,2	1,33	19,2	1,37
Percepción de la Habilidad	14,7	1,59	14,5	2,18	14,6	1,89	16,3	1,14	16,5	0,81	16,4	0,96

Con respecto a la prueba IP SETA los puntajes directos de las escalas motivación interna y percepción de la habilidad corresponden a seis (6) reactivos en cada una de ellas, los promedios de la escala competitividad provienen de siete (7) reactivos. Desde esta perspectiva se encuentra que en la variable motivación

altos en las mujeres y los hombres de la categoría B y valores similares en los promedios de las mujeres y los hombres de la categoría A. Esta misma tendencia se presenta en la variable competitividad. Al revisar las diferencias entre medias a través de la ANOVA de una vía ($p < 0.05$) en la totalidad de la muestra entre mujeres

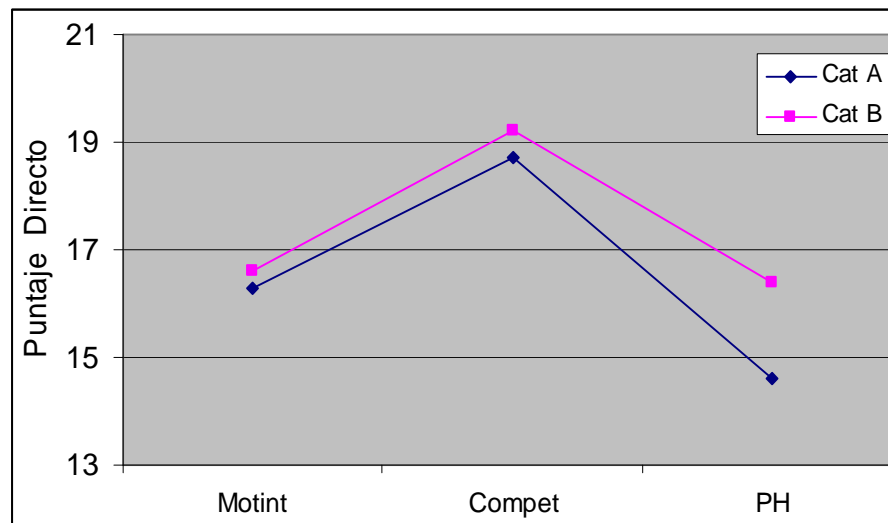


Figura 8. Perfiles Ideales de la Motivación de los Deportistas de Acuerdo a las Categorías.

interna son mínimas las diferencias en los promedios, aunque se observa valores altos en las mujeres. Un comportamiento diferente se aprecia en la variable percepción de la habilidad, promedios

y hombres, no se encuentran diferencias significativas.

Al aplicar nuevamente la norma sugerida por (Andrade, Arce, Seoane, 2002) para calcular el perfil ideal de los

deportistas a través de la media poblacional se encuentra la siguiente figura para las categorías.

Figura 8 determina que la prueba IP SETA por estar conformada por escalas de tendencia positiva deberá presentar puntajes mayores a los graficados para cada categoría. Por otra parte, las diferencias descriptivas se observan en la escala percepción de la habilidad a favor de los deportistas de la categoría B. Esta

misma tendencia se presenta en la variable competitividad, más no con la variable motivación interna. Al comparar las medias grupales de ambas categorías a través de la ANOVA de una vía se encuentra que existen diferencias significativas al nivel de $p < 0.05$ en los promedios grupales de ambas categorías con respecto a la escala competitividad ($F=40.590$, $Sig=0.00$).

Tabla 7:

Estadísticos Descriptivos de los Grupos Medallistas y No Medallistas en ambas Categorías y en el Total Respecto a la Variable Motivación.

Escala	Categoría A				Categoría B				A Y B		A Y B	
	No Oro		Oro		No Oro		Oro		No Oro	Oro	Oro	
	N = 41		N = 26		N = 34		N = 20		N = 75		N = 46	
	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT	X	DT
Motivación Interna	16,34	1,55	16,15	2,41	16,70	1,24	16,30	1,59	16,50	1,42	16,21	2,07
Competitividad	18,87	1,66	18,42	2,41	18,97	1,35	19,60	1,31	18,92	1,52	18,93	2,08
Percepción de la Habilidad	14,73	1,77	14,31	2,07	16,20	1,03	16,65	0,74	15,40	1,65	15,32	2,00

El análisis grafico permite observar con claridad las tendencias de los grupos de acuerdo a las comparaciones descriptivas

de los grupos No Oro vs Oro por categoría, Oro entre categorías y No Oro

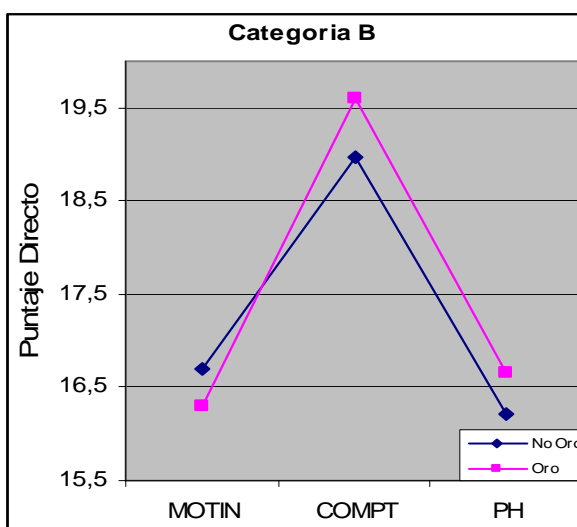
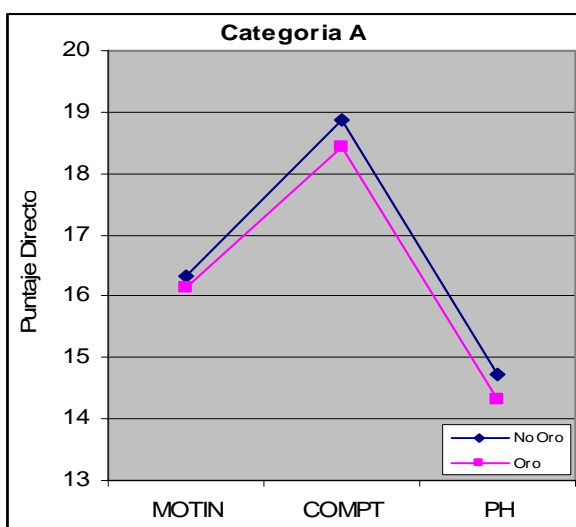


Figura 9. Perfiles Ideales del IP SETA de las Categorías Comparadas con los que Obtuvieron Medallas de Oro

vs Oro en el total de la muestra respecto a las variables del IP SETA.

La figura 9 deja ver dos tendencias diferentes en cuanto al comportamiento de las variables motivacionales en cada categoría. En la categoría A, el perfil de los medallistas Oro es levemente inferior al perfil de los No medallistas, en la categoría B esta tendencia solo se presenta en la variable motivación interna pero se invierte en las variables competitividad y percepción de la habilidad con promedios superiores para los medallistas oro. Al verificar estas tendencias a través de la estadística inferencial por medio de la ANOVA de una vía ($p < 0.05$) se establece que no existen diferencias significativas en ninguna de las dos categorías.

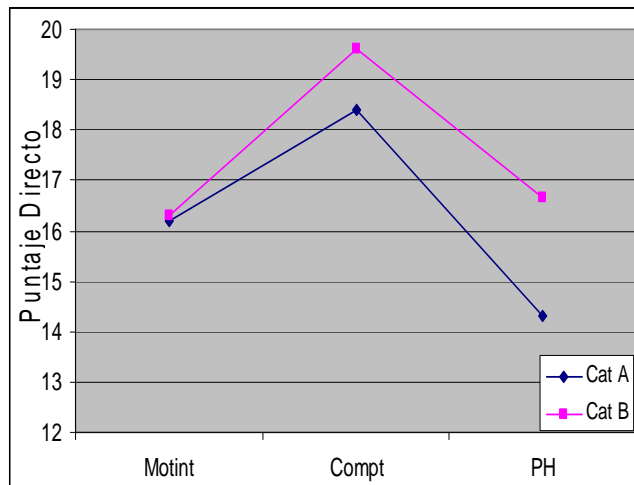


Figura 10. Perfiles Ideales de Motivación de los Medallistas en Ambas Categorías

La figura establece que las diferencias descriptivas entre los medallistas de ambas categorías solo se presentan en las variables competitividad y percepción de la habilidad a favor de la categoría B. Al analizar estas diferencias a través de estadística inferencial por medio de

ANOVA de una vía ($p < 0.05$) se encuentra que existen diferencias significativas en las variables competitividad ($F=3.846$; $Sig.= 0.056$) y en la variable Percepción de la Habilidad ($F=23.109$; $Sig.= 0.000$), en ambos casos a favor de la categoría B.

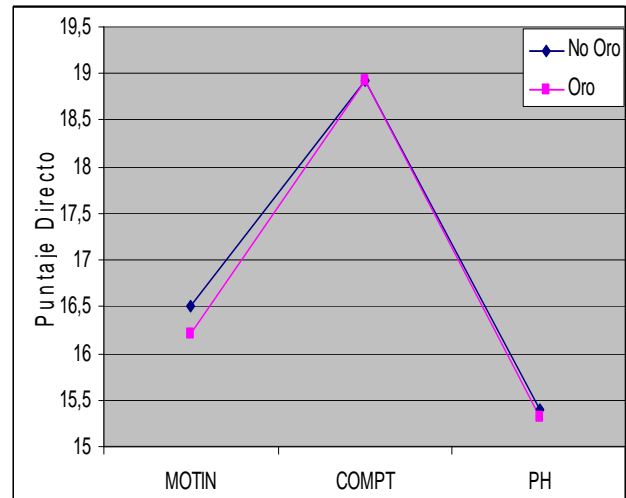


Figura 11. Comparación entre los Perfiles Motivacionales de los Deportistas que no Consiguieron Medalla de Oro Respecto a los que Ganaron Medalla de Oro.

En la gráfica se observa que la variable motivación interna es la única que muestra diferencias descriptivas a favor del grupo de deportistas medallistas de Oro, en las restantes variables los promedios son similares. Al analizar estas diferencias a través de estadística inferencial por medio de ANOVA de una vía ($p < 0.05$) se encuentra que no existen diferencias significativas en ninguna de las variables con respecto a la categoría.

Tabla 8: ANOVA de una Vía entre las variable género y las denominaciones medallistas (No Oro – Oro) con respecto a las Escalas del IP SETA.

Variable	Motivación Interna		Competitividad		Percepción de la Habilidad	
	F	Sig.	F	Sig.	F	Sig.
Genero	0.331	0.566	0.113	0.737	0.106	0.746
Categorías A Y B	0.850	0.358	2.501	0.116	40.590	0.000
Cat A: Oros-No oros	0.150	0.700	0.834	0.365	0.796	0.376
Cat B: Oros-No Oros	1.087	0.302	2.766	0.102	2.801	0.100
Medallistas: Cat A y B	0.055	0.816	3.846	0.056	23.109	0.000
Oro-No oro	0.824	0.366	0.002	0.964	0.049	0.826

En resumen, las diferencias significativas se presentan entre las medias de los grupos por categoría y entre medallistas en la variable percepción de la habilidad. En este mismo sentido, las diferencias significativas se encuentran entre las medias de los medallistas de ambas categorías para la variable competitividad.

Un ejercicio interesante es comparar el perfil ideal motivacional en la categoría con el perfil presentado por cada deportista medallista. Al respecto, en la categoría A (N= 67) el 42,31% de los deportistas cumple con los requerimientos mínimos del perfil ideal, el restante 57,69% no cumple por presentar valores bajos en las tres escalas pero en mayor frecuencia en la escala percepción de la habilidad. En la categoría B (N=54) el porcentaje de los medallistas que cumplen el perfil ideal está en el 30%, el 70%

restante no cumple con el perfil debido a promedios bajos en las tres variables.

Al comparar los perfiles de todos los medallistas con los promedios combinados de ambas categorías (N=121) el porcentaje disminuye al 26,09% de medallistas que cumplen con los valores establecidos, de igual forma se observa que los perfiles no cumplieron con el criterio por promedios bajos en las escalas motivación interna y percepción de la habilidad. El porcentaje incrementa, al 34,67 %, cuando se compara el perfil ideal (N=121) con los datos reportados por los deportistas no medallistas de ambas categorías (N=75).

Por último, se establece la relación entre las variables de estado de ánimo y las variables motivacionales. Las escalas del IP SETA se correlacionan de forma positiva con la escala vigor y muestran relación inversa con las escalas negativas del TEAD R. De forma específica se

aprecia en la Tabla 7 las correlaciones positivas bajas pero significativas entre la escala vigor y las tres variables del IP SETA. También se observa relaciones inversas bajas pero significativas entre las escalas con tendencia negativa; como es

el caso de fatiga con motivación interna y competitividad y hostilidad con percepción de la habilidad.

Tabla 9: Correlación de Pearson entre las Escalas de las Pruebas TEAD-R e IP SETA.

Escalas	Motivación		Percepción de la Habilidad
	Interna	Competitividad	
Tensión	-0.028	-0.038	-0.134
Decaimiento	-0.153	0.033	-0.146
Hostilidad	-0.023	-0.014	-0.197*
Vigor	0.232**	0.272**	0.185*
Fatiga	-0.188*	-0.21*	-0.107
Confusión	-0.113	-0.018	-0.097

** La correlación es significativa al nivel de 0.01 (2-entradas).

* La correlación es significativa al nivel de 0.05 (2-entradas).

DISCUSION

El propósito central de esta investigación fue establecer la relación entre los perfiles de estado de ánimo evaluados a través de la prueba TEAD-R (Morero y Vigoya, 2005) y la motivación valorada por medio de la prueba IP SETA (García, 2002) en un grupo de deportistas infantiles y pre-juveniles que participaron en los juegos intercolegiados de Colombia realizados en Boyacá y Bogotá en 2009.

Para este propósito se aplicaron ambas pruebas 12 horas antes del inicio de la participación en competencia de cada grupo deportivo. Los resultados de la prueba TEAD-R, coinciden inicialmente con la formación del perfil Iceberg en

cuanto a la presentación de puntajes bajos de acuerdo a la media poblacional en las escalas negativas y altos en la escala de vigor, tal como aparece en los estudios precedentes citados por Andrade y Cols (2000) y Andrade, Arce, Armental, Rodríguez y de Francisco, (2008). Sin embargo, el estudio actual se distancia en el comportamiento de la escala hostilidad con valores bajos respecto a la escala tensión. Esta última tendencia permite establecer un comportamiento particular en la forma como los deportistas (especialmente en la categoría B) perciben la tensión psicológica ante la inminencia de la competencia.

Un comportamiento importante se establece de acuerdo al rendimiento deportivo. Al comparar los valores de las escalas del TEAD-R en la condición de

medallista oro y no oro, se establecen diferencias significativas en la escala tensión para la Categoría B y en la escala vigor al comparar las medias de los grupos oro y no oro de la categoría A. Este último comportamiento coincide con Andrade et al., (2000) cuando señala que los deportistas que puntúan en la escala de vigor de acuerdo al perfil del iceberg o superior a él, han obtenido un buen desempeño competitivo. En esta misma dirección se establece que entre géneros no existen diferencias significativas en la conformación de los perfiles de estados de ánimo.

Una recomendación importante para la interpretación del TEAD-R en condiciones pre-competitivas en un grupo de población que va desde los 12 a 17 años de edad es la consideración de los valores directos en las escalas tensión y vigor. Quiere decir que los deportistas deberán presentar promedios bajos en las escalas negativas, pero en el caso de la tensión se deberá estar atento cuando los valores excedan al puntaje directo seis (6) y en la escala vigor cuando puntúen por debajo de doce (12). Esto visto desde la perspectiva de las medias grupales por categoría y considerando la escala de puntajes directos que va desde 3 a 15.

Con respecto a la variable motivación evaluada a través de la prueba IP SETA los resultados mostraron un comportamiento particular. En primera instancia a diferencia de la prueba TEAD- R o su correspondiente POMS, no existe un volumen de investigaciones de la variable motivación evaluada mediante el IP SETA, esto dificulta cualquier tipo de comparación con otras investigaciones que

muestran valores obtenidos con instrumentos diferentes.

Al realizar el análisis de los resultados al interior del IP SETA aplicado en ambas categorías, también 12 horas antes de la competencia, se encuentran conclusiones interesantes. Se observan diferencias significativas en la variable competitividad en ambas categorías a favor de la categoría de más edad, es decir la categoría B. Estas diferencias significativas se mantienen a favor de la categoría B al comparar los medallistas oro de ambas categorías, pero no solamente con la variable competitividad, ahora se le suma la variable percepción de la habilidad. Estas diferencias significativas no se confirman al comparar los medallistas y no medallistas al interior del total de los deportistas.

De igual forma en la variable género no se observan diferencias significativas. Este resultado contradice los hallazgos de Arruza et al., (1998); Salguero et al. (2003) y Ruíz (2005) en la variable habilidad física percibida en función del género que encontró diferencias significativas a favor de los varones en el caso de la habilidad física percibida general y de la global (concepto que se ubica dentro del constructo de autoeficacia), aunque existía una tendencia similar, sin llegar a ser significativa, en la habilidad física percibida específica.

A diferencia del TEAD-R la prueba IP SETA no registra ningún tipo de diferencias significativas entre los deportistas medallistas y no medallistas de oro. Posiblemente este resultado se puede explicar por las características del mismo

instrumento que presenta una tendencia a evaluar el rasgo de la variable motivación a diferencia del TEAD-R que evalúa el estado de ánimo. Esta diferencia en las pruebas se corrobora en las correlaciones bajas entre las escalas de ambas pruebas.

Otro inconveniente puede estar en la edad de la población para la cual fue elaborado el IP SETA. Según la ficha técnica de la prueba su cobertura en aplicación solo incluiría la categoría A, pero tal como se ha observado tampoco se presenta algún tipo de discriminación de grupos ni género y ni en la calidad de medallista.

Los resultados antes descritos favorecen la aplicación de la prueba TEAD-R doce (12) horas antes de la competencia. Es recomendable aplicarla con una instrucción prospectiva que indague sobre los estados de ánimo pensando en el afrontamiento inminente de la competencia. Se reafirma la aplicación del IP SETA como un instrumento del seguimiento motivacional de los deportistas infantiles a lo largo de su trayectoria deportiva, pero no se encuentran argumentos sólidos para aplicarla en los momentos previos a una competencia.

Para futuras investigaciones, será importante seguir la recomendación de Rowley (1995) acerca de revisar las fluctuaciones de los estados de ánimo a través de la duración del evento o tiempo que tarda la competencia en la que participe el deportista.

REFERENCIAS

- Andrade, E. Arce, C. Seoane (2000). Aportaciones del Poms a la medida del estado de ánimo de los deportistas: estado de la cuestión. *Revista de psicología del deporte*, 9, (1-2), 7-20.
- Andrade, E. Arce, C. Seoane (2002). Adaptación al español del cuestionario "Perfil de estados de ánimo" en una muestra de deportistas. *Psicothema*, 14, (4), 708-713.
- Andrade, E., Arce, C., Armental, J., Rodríguez, M. y de Francisco, C. (2008). Indicadores del estado de ánimo en deportistas adolescentes según el modelo multidimensional del POMS. *Psicothema*, 20, (4), 630-635.
- Arruza, J., Valencia, J. y Alzate, R. (1994). Estado de Animo como factor predictivo en los deportistas de alta competición. 23rd International Congress of Applied Psychology. Madrid.
- Arruza, J., Balagué, G. y Arrieta, M. (1998). Rendimiento deportivo e influencia del estado de ánimo, de la dificultad estimada, y de la autoeficacia en la alta competición. *Revista de psicología del deporte*, 7, (2), 193-204.
- Balaguer, I.; Colilla, A.; Gimeno, C.; Soler, M^ªJ. (1990a). Influencia de la auto-eficacia física, la ansiedad y la auto-confianza sobre la ejecución de los jugadores de baloncesto. III Congreso Nacional de Psicología Social. Santiago de Compostela (A Coruña).
- Balaguer, I.; Colilla, A.; Gimeno, C.; Soler, M^ªJ. (1990b). Diferencias sexuales en auto-eficacia física, la ansiedad y la auto-confianza sobre la ejecución de los jugadores de baloncesto. III Congreso Nacional de Psicología Social. Santiago de Compostela (A Coruña).

- Beedie, C., Terry, P., y Lane, A. (2000). The profile of mood states and athletic performance: two meta-analyses. *Journal of applied sport psychology*, 12 (1), 49 – 68.
- Buceta, J.M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Buceta, J., López, A., Pérez, M., Vallejo, M. y Del Pino, M. (2003). Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema*, 15,(2), 273-277.
- Cantón, E., Mayor, L. y Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de psicología general y aplicada*, 48, (1), 59 – 75.
- Camacho, J.E.(1995). Estudio correlacional de las variables demográficas deportivas y el estilo de atribución de acuerdo con el tipo de deporte practicado. Bogotá D.C., Universidad Católica: Facultad de psicología: Tesis Ineditas.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y el deporte*. Madrid: McGraw Hill.
- Chóliz, M (2004). *Psicología de la motivación: el proceso motivacional*. Tomado en noviembre de 2009 de <http://www.uv.es/~cholz>.
- Chappell, R. y Lane, A (2001). Mood and performance relationships among players at the world student games basketball competition. *Journal of Sport Behavior*, 24,(2), pp 182 -
- García, S. (2002). PAR ST. Bogotá: Par Ltda.
- García, S. (2006). *Construyendo psicología del deporte*. Armenia: Kinesis.
- Gil, J., Capafons, A. y Labrador, F. (1993). Variables físicas y psicológicas predictoras del rendimiento deportivo y del cambio terapéutico. *Psicothema*, 5, (1), 97 – 110.
- Larumbe, E. Pérez, C. López, A. (2009). Características del estado psicológico de los corredores populares de maratón. *Revista de psicología del deporte*, 18, (2), 151-163.
- Lopez, M. (2006). *Características y relaciones de “Flow”, ansiedad y estado emocional con el rendimiento deportivo en deportistas de elite*. Tesis doctoral. Universidad Autónoma de Barcelona.
- López, C., Márquez, S, (2001). Motivación en jóvenes practicantes de lucha leonesa. *Revista de psicología del deporte*, 10, (1), 9-22.
- Nuñez, R., (2001) A motivação como fator psicológico essencial para a eficiência da prática esportiva. Brasil: Universidade Federal de Rondônia (Brasil).
- McCLELLAN, D.(1989): *Estudio de la motivación Humana*, Madrid Narcea .
- McNair, D.M., Lorr, M. y Droppleman, L.F. (1971). *Manual for the Profile of Mood States*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Meyers, M., Bourgeois, A., LeUnes, A., y Murray N. (1999). Mood and psychological skills of elite and sub-elite equestrian athletes. *Journal of Sport Behavior*, 22, (3), 399 – 409.
- Miller, M. (1993). Efficacy strength and performance in competitive swimmers of different skill levels. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 284-296.
- Moreno, A y Vigoya, D (2005). Estandarización del TEAD-R (Test estados de ánimo para deportistas de rendimiento) en una muestra de deportistas de rendimiento de Bogotá D.C., en las etapas de entrenamiento deportivo general y competitiva. *Cuadernos de psicología del deporte*, 5, (1), 99 – 113.

- Morgan, W. P. (1980). The Trait Psychology Controversy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51, 50-76.
- Murray, H. (1938). *Explorations in personality*, New York: Oxford University Press.
- Platonov, V.N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. Barcelona: Paidotribo.
- Robazza, C., Bortoli, L. y Nougier, V. (2000). Performance emotions in an elite archer: a case study. *Journal of Sport Behavior*, 23, (2), 144 – 163.
- Rowley, A., Landers, D., Kyllö, L., & Etnier, J. (1995). Does the iceberg profile discriminate between successful and less successful athletes? A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 185-199.
- Roffé, M. (2006). *Alto rendimiento: psicología y deporte. Tendencias actuales*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Ruiz, R (2005). Análisis de las diferencias de personalidad en el deporte del judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría de edad deportiva. *Cuadernos de psicología del deporte*, 5,(1), 29 – 48.
- Sánchez, A., González, E., Ruiz, M., Arrasate, M., Abando, J., Martínez, N., y García, F. (2001). Estados de ánimo y rendimiento deportivo en fútbol: ¿existe la ventaja de jugar en casa?. *Revista de psicología del deporte*, 10, (2), 197-209.
- Salguero, A., Gonzalez, - Boto, R., Tuero, C. y Márquez, S (2003). La habilidad física percibida en la natación de competición. *Revista motricidad*, 10, 53 - 69.
- Terry, P.C. (1995). The efficacy of mood state profiling with elite performers: A review and synthesis. *The Sport Psychologist*, 9, 309-324.
- Totterdell, P. (1999). Mood scores: mood and performance in professional cricketers. *British journal of psychology*, 90, 317 – 332.
- Uphill, M. y Jones, M. (2007). Antecedents of emotions in elite athletes: a cognitive motivational relational theory perspective. *Research quarterly for exercise and sport*, 78, (1), 79 – 89.
- Weinberg, R. y Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology*. (4ta Ed). Champaign: Human Kinetics.
- Whelan, J, Mahoney, M y Meyers, A (1991). Performance enhancement in sport: A cognitive – behavioral domain. *Behavior Therapy*, 22, 307 – 327.

INVESTIGACIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL EN EL BALONCESTO FEMENINO CUBANO DE ALTO RENDIMIENTO.

Behavioral Cognitive Investigation in Cuban High Performance Female Basketball Team.

Investigação Cognitiva De Comportamento Em Desempenho Alto Cubano Time De Basquetebol Feminino.

Luisa Vidaurreta Lima.

lvidaurreta@infomed.sld.cu

Instituto de Medicina del Deporte,
Ciudad de La Habana, Cuba. CP10800.

Laura Rojas Vidaurreta

rojasmonte@infomed.sld.cu

Instituto de Medicina del Deporte, Ciudad de
La Habana, Cuba. CP10800.

Historia del artículo

Recibido: 02 de Junio de 2013

Revisado: 11 de Agosto de 2013

Aceptado: 30 de Noviembre de 2013

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

Vidaurreta, L. y Rojas, L. (2013). Investigación cognitivo conductual en el baloncesto femenino cubano de alto rendimiento. *Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica*, 2(2), 35-48.

Resumen

La Psicología del Deporte se vale de diversos referentes teóricos y metodológicos en el abordaje de su objeto de estudio. En este caso, se exponen consideraciones que desde una perspectiva aplicada al asesoramiento psicológico de la preparación deportiva en el alto rendimiento cubano sostienen la aplicación de la investigación cognitivo conductual en el control psicológico del entrenamiento en el Baloncesto femenino de primer nivel. El área de la táctica fue el aspecto central de las investigaciones realizadas en la Tesis Doctoral "Comportamiento táctico del Baloncesto Femenino cubano de Alto Rendimiento (1974 – 2000). Gestión por la rapidez mental", recogida en el libro "Educación táctica y gestión por la rapidez mental", en proceso de publicación. Se resaltan ahora temáticas relacionadas con la individualización de la educación táctica que guardan estrecha relación con el enfoque cognitivo conductual aplicado a la solución de problemas concretos de la práctica deportiva.

Palabras claves: Psicología Cognitivo Conductual; educación táctica; deporte de Alto Rendimiento; preparación táctica; control psicológico del entrenamiento.

Summary

Sport Psychology includes in its own space of work several theoretical and methodological referatives in the boarding of its study object. In this case, the considerations are exposed from an applied perspective to the psychological advice of high level sport preparation and they sustain the application of cognitive behavioral investigation in the realization of psychological training control in Cuban feminine high level Basketball teams. The area of the tactics was the central aspect of the investigations carried out in the Doctoral Thesis "Behavior of the Basketball Feminine Cuban of High Yield (1974. 2000). Management for mental speed", collected in the book "Tactical Education and management for mental speed", in publication process. They are stood out thematic related with the individualization of the tactical education that keep narrow relationship with the cognitive behavioral approach applied to the solution of concrete problems of the sport practice now.

Key words: Cognitive behavioral psychology; tactical education; high level sport; tactical preparation; psychological performance control.



Sumário

Psicología de esporte inclui em seu próprio espaço de trabalho vários referativos teórico e metodológico na tábua de seu objeto de estudo. Neste caso, as considerações estão expostas de uma perspectiva aplicada para o conselho psicológico de nível alto preparação desportiva e eles sustentam a aplicação de investigação de comportamento cognitiva na realização de controle de treinamento psicológico em Cuba times de Basquetebol nivelados altos femininos. A área das táticas era o aspecto central das investigações levado a cabo no Comportamento de Tese "Doutoral do cubano de Feminino de Basquetebol

de Rendimento Alto (1974 - 2000). Administração para velocidade " mental, coleccionou no livro " Educação Tática e administração para velocidade " mental, em processo de publicação. Eles são se salientados temático relacionado com o individualization da educação tática que mantém relação estreita com a aproximação de comportamento cognitiva aplicado agora à solução de problemas concretos da prática desportiva.

Palavras-chave: Psicologia Cognitiva Comportamental; educação tática esporte de alto desempenho, treinamento tático, controle de treinamento psicológico.

INTRODUCCIÓN

En Psicología del Deporte hace casi tres décadas que la investigación cognitivo conductual aspira a posibilitar la mejoría del resultado competitivo en atletas adultos a través de la aplicación de estrategias para mejorar el rendimiento competitivo de las diferentes modalidades deportivas. Ya en la primera mitad de la década del 80, la psicología del deporte cognitivo conductual, tenía un fundamento fuerte y un futuro promisorio por sí misma y por sus vínculos con otras ramas de la Psicología como lo es la clínica, siendo Ellis (1982) muestra de ello. Así ocurrió durante años en diferentes contextos geográficos y en distintos sistemas sociales, probando su validez para el asesoramiento de deportistas y entrenadores por parte de los psicólogos deportivos.

Cuba también ha sido parte de esta manera de abordar el estudio del sujeto psicológico en diferentes ámbitos. En el referido a la actividad física y el deporte de alto rendimiento, los principios que han regido la investigación cognitivo

conductual clásica han estado siempre presentes en el enfoque que hemos propuesto y en su aplicación al control psicológico de la preparación en el baloncesto de primer nivel. Dadas las condiciones particulares por las que ha transitado la Psicología del Deporte cubana, aunque en su origen algunos de los referentes teóricos tomados en consideración pudieron no haber sido concebidos dentro de los marcos teóricos propios del enfoque cognitivo conductual por necesidades de la práctica profesional cubana de los últimos treinta años, resultaron a la larga tributarios de la psicología cognitivo conductual al ajustarse a las demandas propias de la actividad deportiva particular en la que se investigó, en razón de optimizar su efectividad y eficiencia, de acuerdo con las problemáticas prácticas que presentaban los equipos deportivos con los que se trabajó. Son ejemplos de ello los enfoques de Bakker, Barlow, Weinberg, entre otros, en los finales de los 90 y en la primera década del siglo XXI.

En la consideración del elemento cognitivo en relación al conductual en la esfera deportiva, Martín y Hyrcenko (2011) reflejaron la relación entre lo que se

entiende y lo que se hace en el deporte, como base para promover mejorías en el resultado deportivo.

Effective behavioral coaching: What's it all about? que aparece en *Journal of Sport Psychology* (2011) fue la publicación que recoge los puntos de vista de autores tales como Desiderato y Miller, (1979); Gravel, Lemieux y Ladouceur, (2002) y Kirchenbaum y Bale (2006), en una interesante panorámica de quienes son exponentes de la aplicación de la psicología cognitivo conductual a la esfera del deporte en Occidente.

Por otra parte, en la Psicología del Deporte del campo socialista, en las décadas del 70 y el 80, en la URSS y la RDA, entonces máximos exponentes del desarrollo alcanzado por esta ciencia, descollaron en la investigación científica aplicada al deporte autores hoy considerados clásicos como Puni (1975), Rudick (1976), Mahlo (1974), Mathesius, (1976) entre otros, que desde posiciones conceptualmente diferentes a las mostradas por los teóricos de occidente, pero con la aspiración de lograr una contribución significativa a la elevación del rendimiento deportivo, incluían aspectos cognitivo conductuales en sus paradigmas de aproximación al hecho deportivo de máximo nivel y fueron exponentes pioneros de esta línea de investigación aplicada al campo del deporte de “alta competición”.

Recuérdense por ejemplo, el sistema de eslabones de la preparación psicológica de Puni o los conceptos de Mahlo acerca de la acción táctica en el juego, por citar sólo dos de los aspectos tratados por esos autores que en la actualidad pudieran ser

considerados en la perspectiva cognitivo conductual, aunque no fueran en su origen explícitamente propuestos de este modo.

Hoy en día en el mundo globalizado del conocimiento científico, la Psicología del Deporte no escapa a la integración de esfuerzos provenientes de los paradigmas de investigación cuantitativo y cualitativo, de líneas diversas en su fundamento conceptual y es por eso y por la experiencia acumulada en la investigación científica aplicada al tema táctico, que a la altura del 2013, se pretende hacer un alto para reconsiderar la verdadera participación de la investigación cognitivo conductual en el control psicológico del entrenamiento deportivo. Se entendería así como objetivo de la investigación el de presentar metodologías que desde la perspectiva cognitivo conductual permitieron el abordaje de situaciones problema de carácter táctico referidas a la práctica deportiva del Baloncesto Femenino cubano.

Se procederá ahora a realizar una exposición que partiendo de los presupuestos de la Psicología del Deporte en la que hemos investigado por más de treinta años, recoja también otros aspectos “menos visibles” del quehacer del psicólogo deportivo cubano, relacionados con la investigación cognitivo conductual ajustada a los requerimientos del deporte de máximo nivel como queda expresado en Vidaurreta (1995, 1997).

Desarrollo del tema.

Dentro del enfoque tradicional de la Psicología del Deporte, el modelo cognitivo conductual tradicional, enfatiza fundamentalmente en el control de los

procesos internos como objetivo de sus intervenciones, siguiendo la lógica de que experiencias no visibles al observador no especializado como ciertos pensamientos, sensaciones, o emociones, pudieran tener efectos negativos sobre el rendimiento del deportista. Sin embargo en los últimos años, investigaciones provenientes de la Psicología Clínica han puesto en duda el valor absoluto de tales premisas dado su posible efecto paradójico.

Otros enfoques más recientes se centran en la facilitación de la focalización efectiva de todos los recursos de la personalidad del deportista en las claves positivas “high lights” que cada individuo debe encontrar y aprender a utilizar. Orlick y Partington (1988) es ejemplo de ello.

La situación problema general en que se inserta esta investigación se refiere a la posibilidad de aplicar metodologías provenientes del área clínica a la perspectiva de enfoque de la Psicología del Deporte en la realización del control psicológico del entrenamiento deportivo. Se mostrarán ejemplos prácticos provenientes de la asesoría realizada a la preparación táctica del baloncesto cubano de alta calificación en la rama femenina.

Para ello se hará un recuento que toma en consideración diversos enfoques teóricos relevantes en la temática, lo que constituye el objetivo central de este trabajo y que muestra, a nuestro modo de ver, una clara reafirmación de la actual manera globalizada de asumir el conocimiento científico en razón de cumplir con las demandas propias de la investigación aplicada.

Vale considerar criterios de autores relevantes en la Clínica tales como Clarck,

Ball y Pape (2002), quienes han mostrado que la búsqueda de la eliminación o el exagerado control de los pensamientos negativos pudiera tener un efecto paradójico, incrementando un tipo de actividad cognitiva indeseada, lo que cuestionaría necesariamente el uso de técnicas como la detención del pensamiento o el autodiálogo, aplicadas en la esfera deportiva.

Por su parte estudios de Carver y Scheier (1998), Gardner y Moore (2006) (en Barlow, 2008) apuntan hacia el hecho de que los esfuerzos por ejercer control sobre las experiencias internas (cognitivo-emocionales), pueden suscitar procesos de hipervigilancia, que se constituyen en una actividad asociada con el rendimiento disfuncional, de acuerdo con las evidencias contemporáneas basadas en los modelos de autocontrol.

Desde una perspectiva clínica, tal tendencia resultaría en extremo nociva para el equilibrio sano del deportista que debería rendir en situación de competencia dentro de los códigos de una actividad deportiva específica. Consideramos que:

...”La Psicología del Deporte como ciencia aplicada, debería facilitar la correcta focalización del pensamiento y de la atención del deportista en la apropiación personal que cada deportista debe hacer de las demandas de la tarea deportiva en la que está implicado. Para ello se precisaría no sólo conocer y respetar la actividad deportiva en sí misma, sino también conocer y respetar las características propias de los dos actores del hecho deportivo de máximo nivel: el deportista y su entrenador deportivo. Por lo tanto el especialista en Psicología del Deporte

tendría que convertirse en un receptor de amplio espectro para captar toda la información proveniente del entorno deportivo para el que trabaja, además de un agente esencial en la toma de decisiones, un procesador inteligente y un expositor convincente, ajustado y medurado de sus puntos de vista y sus propuestas de intervención en cada momento en que interactúe con unos y otros...” (Vidaurreta, 2013).

Consideramos que en su aplicación de los principios de la psicología cognitivo conductual, el psicólogo deberá ajustarse en primera instancia a las demandas técnico – metodológicas propias de la modalidad deportiva para la que trabaje y facilitar los ajustes metodológicos en evaluación e intervención que se correspondan.

Otros autores tales como Zinsser (2006) y Weinberg y Gould (2007) provenientes de ámbitos sociopolíticos diferentes al nuestro así lo reflejan también en sus aproximaciones psicológicas al hecho deportivo desde una perspectiva cognitivo conductual.

Se pretende ahora, desde la vinculación de lo cognitivo conductual en el plano colectivo con el individual, mostrar la posibilidad de abordar el aspecto táctico en el deporte élite cubano y se refrenda así la validez de este enfoque en tanto aplicación referida a la solución de problemas específicos de una práctica deportiva concreta.

Definición del trabajo cognitivo conductual personalizado

Para la definición operativa del trabajo cognitivo conductual personalizado, se

partió del concepto establecido de la responsabilidad táctica individual acorde a las posiciones en las que se desempeñaban las jugadoras dentro del esquema general planteado para el equipo, así como también según sus características de personalidad.

Se expondrán dos casos a modo de ejemplos. Se respetó el esquema clínico de tratamiento que la psicología cognitivo conductual propone, ajustado al enfoque que desde la Psicología del Deporte resultó prudente asumir.

En ambos casos, en el plano individual, el problema abordado fue la dificultad en el cumplimiento de la responsabilidad táctica individual de la jugadora.

Se realizaron técnicas de reestructuración cognitiva, relajación y manejo de contingencias fundamentalmente.

Caso 1:

Deportista de 26 años de edad, con una edad deportiva de 16 años. Deporte: Baloncesto Posición: delantera (titular). Nivel escolar: Universitaria Situación socio - familiar y de pareja: estable. Sin lesiones físicas. Principales características de personalidad: Nivel intelectual promedio, buen nivel de motivación de logro, introvertida, melancólica, serena, ansiedad rasgo normal, ansiedad situacional elevada.

Dificultad que enfrentaba: Disminución marcada, estadísticamente de un 50%, de su efectividad en los tiros de 3 puntos, que constituía su habilidad fuerte en el juego durante la preparación para la competencia fundamental del año en cuestión.



Confrontaba fuertes exigencias por parte del entrenador de que se recuperara, por la significación de sus anotaciones para el equipo. Se le presentaba la posibilidad de ser excluida de la preselección para la próxima competencia si no demostraba recuperación consistente de su efectividad habitual en el plazo de treinta días antes del evento para el que se preparaba.

Respuesta psicológica de la deportista ante la dificultad: Recogimiento, tristeza, inseguridad, tensión, agresividad en las relaciones con el grupo.

Análisis cognitivo conductual realizado:

A continuación se presenta un diagrama explicativo del proceso de intervención psicológica que se realizó con la deportista, en el que se ajustaron los pasos a las necesidades propias de la situación particular de esta jugadora dentro de la perspectiva cognitivo conductual aplicada a las necesidades de la persona que se trataba y del tipo de actividad en la que se desempeñaba.

Evaluación de las condiciones físicas y psicológicas en que la deportista se encontraba al momento de la intervención psicológica.

Valoración de la motivación para recuperar la efectividad de su tiro de 3 puntos.

Evaluación de las condiciones ambientales en las que tiraba, de las condiciones físicas de los tableros, las bolas, la iluminación del tabloncillo, etc.

Evaluación de la táctica del equipo en el juego cuando ella debía anotar desde la posición de 3 puntos.

Evaluación de su táctica individual según la comprensión que mostraba de su responsabilidad individual en el sistema de juego colectivo.

Establecimiento del plan de metas personal en relación al tiro de 3 puntos:

-Aseguramiento físico: Análisis del nivel de fuerza, de la saltabilidad, de la coordinación y demás condicionantes físicos del tiro de 3 puntos, admitidos por la deportista como posibles influyentes de su efectividad en el momento del proceso de asesoramiento realizado con ella.

-Aseguramiento psicológico: Análisis del vigor, la toma de decisiones, el desarrollo del autocontrol, para la posterior aceptación de la dificultad. Se trata de la evaluación psicológica y autovalorativa de la deportista.

-Compromiso con el aseguramiento físico y psicológico: Se trata de conocer que problema se tenía, cuáles son las condiciones actuales y ajustar la conducta en consecuencia.

-Chequeo de resultados: Determinación del resultado del proceso de intervención llevado a cabo.

Se procuró además la determinación diagnóstica de la dificultad, en consenso entre atleta y psicóloga. Se determinó así que la causa de la baja en la efectividad del tiro de 3 puntos, estaba en la no toma en consideración por parte de la atleta de la diferencia de rebote de las pelotas entre los tableros nuevos que comenzaban a probarse en la instalación donde se realizaría la competencia y los anteriores en los que ella estaba habituada a tirar y de su necesidad de mejorar en fuerza al tirar ajustada a su técnica personal de tiro. Además se estableció que por haberse apreciado una disminución “dramática” - al decir de los entrenadores - en su efectividad, más notable en esta jugadora que en las otras delanteras, que intentaban menos tiros de 3 que ella y que por tanto anotaban menos puntos, se había sentido más presionada que de costumbre y eso la había inhibido de “jugar libre”, admitiendo errores en su juego que no sabía a qué causa atribuir, que la frenaban en su desempeño en los partidos y que no sabía cómo subsanar.

Se programó el ensayo mental del tiro de 3 puntos, correctamente realizado al nivel de “cepillo y pasta” (términos que señalan acciones realizadas de manera casi automática, sin prestar atención al modo en que se realiza el cepillado de los dientes como parte de la rutina diaria de aseo de la jugadora). Se instauraron los términos “cepillo y pasta” como palabras clave tranquilizadoras previas a la ejecución reconstruida del hábito motor fundamental en su juego como delantera.

Se realizaron técnicas de reestructuración cognitiva, relajación y

manejo de contingencias fundamentalmente.

Dentro de la perspectiva cognitivo conductual se favorece la conceptualización multidimensional del fenómeno objeto de estudio clínico, al ser aplicada desde la Psicología del Deporte, el deportista no es un paciente, sino un individuo que enfrenta una dificultad que le impide rendir bien en su actividad específica, es importante que el psicólogo deportivo analice y ayude a modificar el estilo de pensamiento del sujeto deportista que enfrenta un problema. Se debe tomar en cuenta, al igual que en los desórdenes emocionales, el papel que los procesos cognitivos juegan en tanto proporcionan una importante información respecto al método de cambio conductual a usar o usado por el individuo. Los procesos cognitivos brindan además datos relevantes para la intervención a realizar por el especialista.

Al realizarse la reestructuración cognitiva correspondiente del proceso que enfrentaba la deportista y que no había sido bien evaluado ni categorizado al momento de la intervención, se concluyó la necesidad de que la jugadora se liberara de preocupaciones inoperantes y entorpecedoras acerca de la realización del tiro de 3 puntos que dominaba y asegurara el nivel físico y técnico que le permitirían seguir logrando la efectividad acostumbrada (trabajo de pesas, de saltabilidad, de focalización en la técnica del tiro de 3, terminación de la mano al tirar, etc.). Se sugirió la posibilidad de usar las palabras “cepillo y pasta” antes de tirar desde la posición en que



habitualmente tiraba y anotaba de 3 puntos.

Se incluyó el automandato de tirar bien diciéndose “shuta”, neologismo derivado de “shoot” en inglés (acción de lanzar), palabra de estímulo que le gritaban sus compañeras, cuando sintiera que le fuera necesario autorregular su activación (arousal) personal. La reestructuración cognitiva y el manejo de contingencias se implementaron al incluir la nueva valoración de las condiciones físicas de los tableros para ajustar las condiciones personales al tirar así como la modificación de su esquema personal de entrenamiento de la fuerza. Se realizó además manejo del stress, aplicación de técnicas de respiración y de adecuada focalización cognitiva.

De esta manera, se llevó un registro personal de los resultados del tiro de 3 puntos después de la aplicación de la propuesta cognitivo conductual reseñada. Se restableció la efectividad del tiro de 3 puntos acorde a las exigencias planteadas para su juego como delantera.

Caso 2:

Deportista de 27 años de edad, con una edad deportiva de 15 años. Deporte: Baloncesto Posición: defensa atacadora (titular). Nivel escolar: Medio Superior. Situación socio-familiar y de pareja: estable. Lesionada y operada de menisco en rodilla izquierda. Insercionitis rodilla derecha. Se encontraba realizando rehabilitación de la operación efectuada y de la insercionitis de la otra rodilla, también se ocupaba del control de su peso corporal que había resultado aumentado en

6 kgs durante el período de reposo post-operatorio. Las principales características de personalidad de esta jugadora eran el nivel intelectual calificado como normal bajo, un buen nivel de motivación de logro, así como rasgos de extroversión, además de ser alegre e impulsiva. Presentaba ansiedad rasgo y estado bajas.

Dificultad que enfrentaba: Disminución de la efectividad de los tiros en su posición, dificultad en ataque al aro del que era especialista y en las asistencias ofensivas.

Respuesta psicológica ante la dificultad: Agresividad y empecinamiento en seguir haciendo el juego que ya no podía hacer.

Dadas sus características de personalidad, por tratarse de una atleta con temperamento sanguíneo, extrovertida, alegre e impulsiva, con nivel intelectual normal bajo y con ansiedad normal, asumiendo en parte los planteamientos de González (2004) de que “los extrovertidos poseen protecciones naturales contra el desgaste nervioso, pulso más lento que los introvertidos, umbrales sensoriales distintos, reaccionan con más lentitud.... demoran más en establecer reflejos condicionados.... y por ello necesitan un nivel de excitación más alto para obtener sus mejores rendimientos...”, además dado el hecho de que resultó evaluada como independiente del campo y con pobre tendencia estructurante en la evaluación del estilo cognitivo como refiere Vidaurreta (1997), lo que se acompañaba de un nivel intelectual normal bajo y de una condición de impulsividad como rasgo de personalidad que la hacía

actuar siempre bajo criterios propios, muchas veces no acertados, se aconsejaba personalizar el trabajo pedagógico de modo que se garantizara que pudiera efectivamente comprender cuál debía ser su nueva responsabilidad táctica en el juego del equipo en su condición física de aquel momento.

Sugerencia psicológica hecha al Colectivo de Entrenadores: Ajustar las expectativas en relación a la atleta en las condiciones físicas y psicológicas posteriores a la lesión y postoperatorias. Perfeccionar los patrones individuales de ataque y defensa que poseía, según su condición física del momento, reforzando el entrenamiento de velocidad y fuerza según las verdaderas posibilidades físicas de la jugadora en tal condición de su vida deportiva, así como “pulir y extremar” el entrenamiento de los detalles técnicos que le facilitarían tirar desde los 3 puntos y hacer mayor número de asistencias ofensivas.

Insistir en “la automatización satisfactoria” para la jugadora de los pases en movimiento a otras jugadoras que terminarían la anotación de la canasta. Reforzamiento del nivel físico de base para las acciones técnico – tácticas que debía realizar de manera fundamental en su condición de aquel momento.

En este sentido el auto diálogo sugerido en su nueva condición física se estructuraba en las expresiones: “Va por mí” cuando hacía asistencias que facilitaban la ofensiva de otras jugadoras y “Voy a mí” cuando las podía concretar ella misma.

Todo ello iba implícito en el proceso de reestructuración cognitiva y de manejo de contingencias, difícil de implementar por tratarse de una personalidad fuerte, auto determinada y con una elevada motivación de logro individual a partir de sus resultados personales en el juego. Se instrumentó entonces una reestructuración de contingencias haciéndosele ver la importancia de su rehabilitación física para el equipo y enfatizándose en la nueva forma de valorarse a sí misma como jugadora, ya que “pensar el juego indica madurez e inteligencia táctica”; “hacer lo que haces ahora te demuestra que eres más inteligente que antes, que metes más puntos”; “en los puntos del equipo están los tuyos y los que tú fabricaste”, entre otros.

En la experiencia de trabajo que relatamos con el Caso 1 se explicó que la idea irracional de que “algo” le impedía seguir tirando de 3 con la efectividad acostumbrada, la tensión propia de la preparación para la competencia importante para la que se entrenaba, la rivalidad lógica con las restantes atletas de la misma posición que querían ganarse el puesto, la exigencia de recuperación rápida por parte del entrenador, so pena de ser sustituida por otra jugadora, hicieron que ideas irracionales tuvieran que ser cognitivamente reestructuradas y que se reorganizara el campo en razón de las exigencias objetivas de las condiciones físicas de los tableros en los que había que tirar y anotar. Para ello tuvo que hacerse consciente de sus propias condiciones físicas y del modo técnico en que se precisaba reajustar el hábito motor, a un

nivel de baja tensión (recordar “cepillo y pasta”).

Iguales consideraciones con diferente contenido se aplicaron en el ejemplo del Caso2 como se demostró anteriormente.

A continuación el diagrama que ilustra los pasos del proceso de intervención psicológico realizado, de modo semejante al primer caso pero con las características particulares que esta segunda jugadora presentaba.

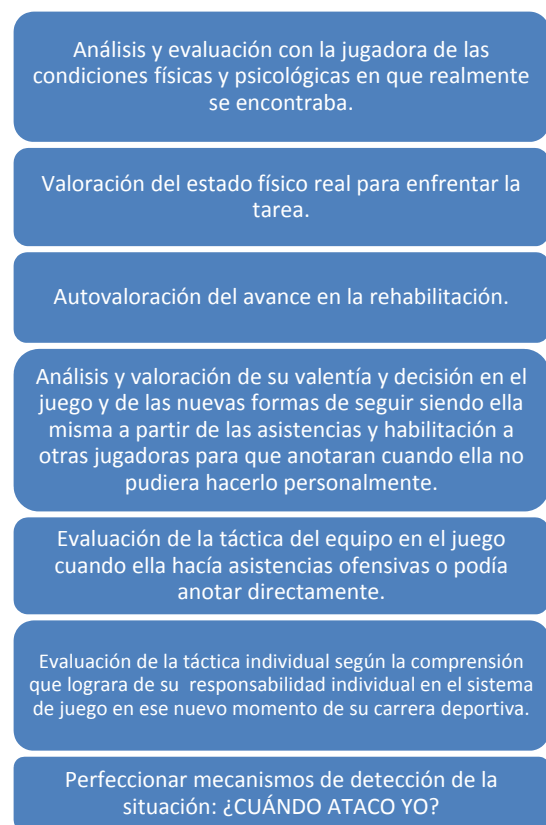


Figura 1: Análisis cognitivo conductual realizado.

Sugerencia psicológica

En otros estudios, las variantes cognitivo conductuales empleadas en el trabajo con deportistas y relatadas en la bibliografía recogen informaciones relevantes y diferentes. Hamberger y Lohr

(1984) señalan que la habilidad para anticipar y cambiar lo que el cliente – el deportista en nuestro caso - se dice a sí mismo, es un importante elemento del proceso de autocontrol, que está diseñado para modificar los componentes cognitivos y conductuales de los patrones de respuesta inadecuados. Si se tratara de otros contextos sociales, con otros marcos teóricos de partida en los especialistas que abordaran problemáticas como las referidas o semejantes, podrían haber sido otros los enfoques terapéuticos, con metodologías de abordaje ejecutadas de modo diferente, ya que quizás se habrían tratado los problemas de los sujetos – clientes particulares – que podrían ser deportistas, con un enfoque clínico que se centraría en el análisis de la personalidad.

En el caso que nos ocupa tal análisis se hizo, en el contexto de una práctica deportiva cuya principal exigencia es el correcto desempeño de la responsabilidad táctica individual y es en esa categoría que se da el anclaje fundamental para la intervención cognitivo conductual que se realizó. Podrá verse que al revisar otras variantes de aplicación de la psicología cognitivo conductual en la literatura científica contemporánea, se encuentran puntos en común con las intervenciones realizadas. En los estudios de Orlick con el ensayo mental se refieren resultados tales como que en el proceso de imaginar y verse a uno mismo funcionando en una actividad, llamado ensayo mental o práctica mental, al encuestar a 235 atletas olímpicos canadienses, el 99% afirma usar

el ensayo mental para aumentar su rendimiento (Orlick y Partington, 1988).

la destreza al ayudar a recordar los sentimientos que acompañan al hecho de

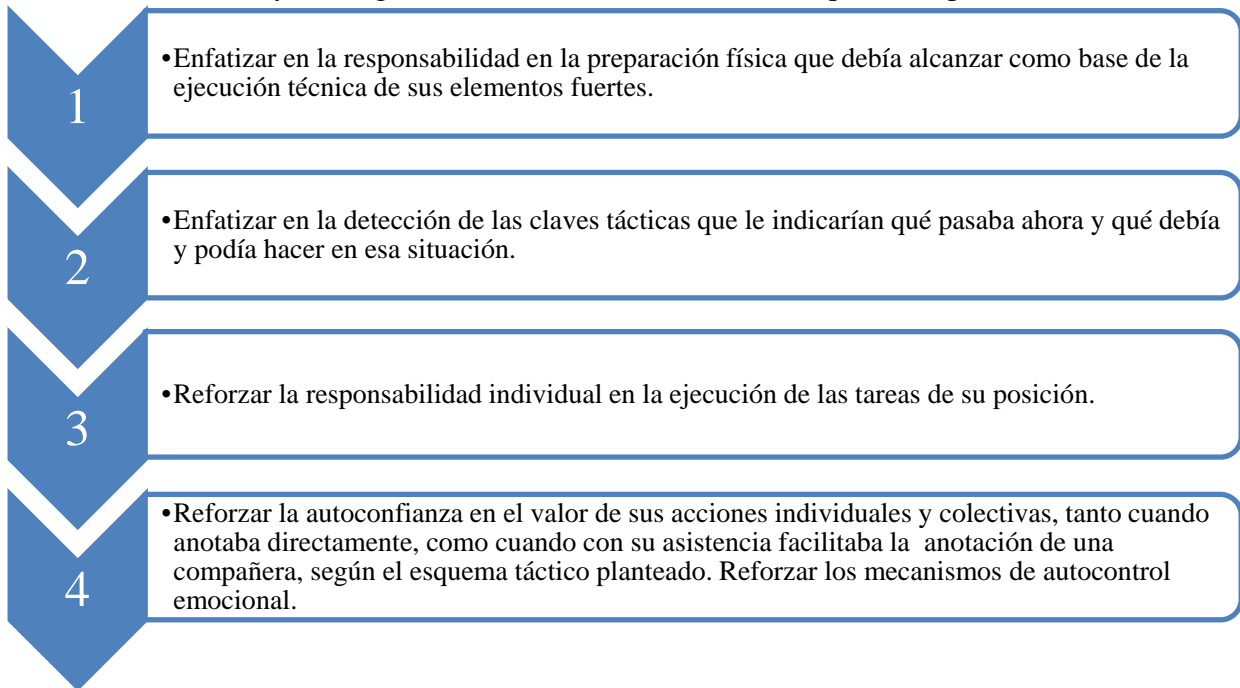


Figura 2: Sugerencias psicológicas.

Por su parte, Vealey y Greenleaf (2010) en relación a la imagen mental metafórica, (recuérdese “cepillo y pasta” del Caso 1) sostienen que dicha representación varía en individuos que se entrenan en los procedimientos psicológicos que la facilitan y que su entrenamiento puede aumentar el rendimiento atlético notablemente.

Afirman estos autores que se usa para representar un movimiento antes de llevarlo a cabo (el tiro libre de un jugador de baloncesto); o para dar energía, (recuérdese “shuta” en el Caso 1) previo a una competencia importante, así como también en las prácticas antes de ejecutar una habilidad aprendida para favorecer la ejecución correcta a la que se aspira. De igual manera puede emplearse después de una ejecución bien realizada para fijarla y tal realización se constituye en fijación de

llevarlo a cabo correctamente.

Por otra parte, en la literatura se ha referido también una mejoría en la acción lograda cuando los deportistas articularon la palabra "preparar". En nuestro caso la palabra empleada fue “Viene”, dicha antes de comenzar la jugada ya planificada.

En otros estudios, se constata que el hecho de maximizar el apogeo de la concentración y la autoconfianza, es un factor que distingue a los mejores de los peores atletas (Weinberg y Gould, 2007; Zinsser et al, 2006).

La habilidad de concentrarse bien y de centrarse adecuadamente, ha sido identificada como un ingrediente definitorio del máximo desarrollo atlético, así como también del rendimiento de alto nivel (Nideffer y Sagal, 2006).

El punto más elevando del período de mayor rendimiento puede ser usado como

referencia personal para una interpretación atlética correcta de los resultados sobresalientes, cuando un atleta "lo pone todo" (Martín y Hyrcenko, 2011).

En nuestro trabajo se lograba la información al respecto a partir de recursos tales como la entrevista del recuerdo evocado, que valoraba lo sucedido en tanto resultado y en tanto vivencias personales acumuladas al respecto.

La realización del entrenamiento paralelo en la preparación táctica facilitó la comprensión del juego y logró la concentración en las señales adecuadas que, desde el punto de vista táctico, definían lo que había que hacer en el terreno tanto desde lo individual como lo colectivo. Entender el juego es "leerlo" claramente, para actuar en consonancia con lo que está pasando.

En relación al autodiálogo, aspecto muy investigado en Psicología del Deporte, resulta importante conocer el contenido y matiz que alcanza en el deportista, tanto en situaciones exitosas como en las que no logra el rendimiento al que aspira. Se afirma que el autodiálogo positivo contribuye a mejorar la preparación física (Rushall, 1979), la motivación (Kirschenbaum y Bale, 2006; Weinberg y Jackson, 2003), y el aprendizaje de instrucciones (Rushall, 1982, 1984).

Curiosamente, el autodiálogo colabora en el deporte con la ejecución visible de las habilidades atléticas. Puede influir tanto negativa como positivamente según sea su contenido y la autovaloración que de él haga cada deportista, por lo tanto, evaluar el contenido específico del autodiálogo es

importante para el atleta, para el entrenador y para el psicólogo que realiza el control psicológico de la preparación en un momento determinado.

En la experiencia que se realizó con jugadoras élite de Baloncesto, hubo una frase colegiada por generaciones de deportistas que sintetizaba el sentir propio de estas poblaciones y que aunque pudiera parecer autosuficiente y arrogante, sólo expresaba la convicción de que se iba en busca de la mejor respuesta en el juego, trabajada desde el entrenamiento y no una posición carente de crítica ni terca en los enfoques, sino capaz de realizar una reestructuración cognitiva cuando se precisaba y dispuesta a darlo todo en el terreno: "VOY A MI".

En relación a la reestructuración cognitiva que se propuso desde la perspectiva cognitivo conductual, la instrumentación del método paralelo de entrenamiento táctico y la asunción de las responsabilidades tácticas individuales por posiciones y según las características particulares de quienes debían desempeñarse en ellas fueron los pilares positivos sobre los que sustentaron las modificaciones conductuales correspondientes.

CONCLUSIONES

En nuestra perspectiva particular de trabajo e investigación cognitivo conductual, las demandas de la actividad condicionaron siempre el enfoque del problema estudiado y la integración de las perspectivas grupal e individual.

La aproximación cognitivo conductual le brinda a la Psicología del Deporte los mecanismos y herramientas que facilitan el proceso de análisis e intervención psicológicos ante determinadas problemáticas resultantes de la actividad deportiva, entre ellas la preparación táctica y queda claramente implicada en el control psicológico del entrenamiento deportivo.

En el caso que nos ocupa consideramos que, si bien es cierto que el entrenador es el máximo responsable de la preparación táctica de los atletas, el psicólogo ha de participar activamente en la concepción e instrumentación adecuada de los planes tácticos de acuerdo a las condiciones subjetivas y objetivas implicadas en el accionar deportivo específico del que se trate. Si así se quiere, la Psicología del Deporte tiene mucho que aportar en este sentido de la preparación.

El control psicológico del entrenamiento asumiendo un enfoque cognitivo conductual en la preparación táctica, será entonces más completo y eficaz.

REFERENCIAS

- Bakker, FC et al. (1993) *Psicología del Deporte. Conceptos y aplicaciones*. Editorial Morata.
- Barlow, D.H. (2008) *Anxiety and its disorders. The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford Press.
- Clarck, D.M., Ball, S. y Pape, K. (2002) An experimental investigation of thought suppression. *Behaviour Research and Therapy*, 31: 207-210.
- Desiderato, O. y Miller, I.B. (1997) *Improving tennis performance by cognitive behavior and modification techniques*. Ed. Morata, S.L., Madrid.
- Ellis, A. (1982) Self-direction in sport and life. *Rational Living*, 17: 26-33.
- González, L.G. (2004) *La respuesta emocional del deportista*. Ed. Deportes, Habana.
- Gravel, R., Lemieux, G. y Ladouceur, R. (2001) Effectiveness of a cognitive behavioral treatment package for cross-country ski racers. *Cognitive Therapy and Research*, 4: 83-89.
- Hamberger, L.K. y Lohr, J.M. (1984) *Stress and Stress Management. Research and Applications*. New York: Springer Publishing Company.
- Kirschenbaum, D. y Bale, R. (2006) *Cognitive-behavioral skills in golf: Brain power golf*. Burgess, Minneapolis.
- Mahlo, F. (1974) *La acción táctica en el juego*. Ed. Pueblo y Educación. La Habana, Cuba.
- Martin, G.L. y Hrycaiko, D. (2011) Effective behavioral coaching: What's it all about? *Journal of Sport Psychology*, 5: 8-20.
- Mathesius, R. (1976) *Aportes a la Psicología Deportiva*. Editorial Orbe, La Habana, Cuba.
- Nideffer, R.M. y Sagal, M. (2006) *Concentration and attention control training*. McGraw-Hill, New York.
- Orlick, T. y Partington, J. (1988) Mental links to excellence. *The Sport Psychologist*, 2: 105-130.

- Puni, A.Z. (1975) *La preparación psicológica para las competiciones deportivas*. Editorial Fiskultura y Deporte, Moscú.
- Rudick, P.A. (1976) *Manual de Psicología del Deporte*. Editorial Fiskultura y Deporte, Moscú.
- Rushall, B.S. y Smith, K.C. (1979) Coaching effectiveness of the quality and quantity of behavior categories in a swimming coach. *Journal of Sport Psychology*; 1:138–150.
- Rushall, B.S. (1982) *The content of competition thinking strategies*. Edmonton, AB: University of Alberta.
- Rushall, B.S. (1984) *The content of competition thinking*. Lansing, Sport Science Associates, New York.
- Vealey, R.S. y Greenleaf, C.A. (2010) *Seeing is believing: Understanding and using imagery in sport*. McGraw-Hill, New York.
- Vidaurreta, L. (1995) Metodología psicológica para optimizar la preparación táctica del Baloncesto. IV Jornada Medicina Deportiva.
- Vidaurreta, L. (1997) Estilo cognitivo de respuesta. I Congreso Internacional de Psicología Deportiva.
- Vidaurreta, L. (2013) *Educación táctica y gestión por la rapidez mental*. En proceso editorial Ciencia y Técnica. Habana.
- Weinberg, R.S. y Gould, D. (2007) *Foundations of sport and exercise psychology (4th ed)*. Champaign, IL: Human Kinetics, New York.
- Weinberg, R.S. y Jackson, A. (2003) Effects of visuo-motor behavior rehearsal, relaxation, and imagery on karate performance. *Journal of Sport Psychology*, 3: 228–238.
- Zinsser, N., Bunker, L. y Williams, J.M. (2006) *Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance*. McGraw-Hill, New York.

CONSISTENCIA DE LA VERSIÓN ESPAÑOLA DE LA ESCALA DE RESILIENCIA EN ESGRIMA

Consistency of the Spanish Version in Resilience Scale for Fencing

Consistência Dos Versão Em Espanhol De Resiliência Escala Na Esgrima

Cristina Reche García.

creche@ucam.edu

Universidad Católica San Antonio,
España.

Francisco J. Ortín Montero.

Universidad de Murcia, España.

Historia del artículo

Recibido: 23 de Agosto de 2013

Revisado: 28 de Agosto de 2013

Aceptado: 30 de Octubre de 2013

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

Reche, C. y Ortín F., J. (2013). Consistencia De La Versión Española De La Escala De Resiliencia En Esgrima. *Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica*, 2(2), 49-57.

Resumen

La resiliencia ha sido evaluada en deportistas con la Escala de Resiliencia (Wagnild y Young, 1993), adaptada al español en fútbol. Los objetivos de estudio son evaluar los niveles de resiliencia en esgrimistas a nivel global y factorial. Además, examinar la consistencia interna de la escala y de los factores que la componen, incluyendo ambos géneros y un amplio rango de edad en una muestra de 86 esgrimistas, 52 hombres y 35 mujeres. El rango de edad es de 14 a 58 años, con una edad media de 25.16 años y desviación típica de 10.63. Los esgrimistas presentan elevada resiliencia en un 20% y puntuaciones medias elevadas dentro de cada dimensión. Por otro lado, la escala presenta un Alpha de Cronbach con significación de = .89. Pudiendo concluir que se trata de una escala fiable para evaluar la resiliencia en esgrimistas españoles, aunque es de señalar que uno de los factores no alcanza la adecuación, presentando un Alpha de .63.

Palabras claves: Resiliencia, escala, evaluación, psicometría, psicología del deporte, confiabilidad, esgrima

Summary

Resilience has been evaluated on athletes with the Resilience Scale (Wagnild and Young, 1993), translated to Spanish language and adapted to football. The aims of study are evaluating the resilience levels in fencers from a global and factorial level. Also, examining the internal consistency of the scale and of the factors composing it, including both genders and a wide age range in an 86 fencers sample, 52 men and 35 women. The age range is from 14 to 58 years, with an average of 25.16 years old and a standard deviation of 10.63. Fencing athletes show a high resilience in a 20% and high average score inside every dimension. On the other hand, the scale shows a Cronbach Alpha of = .89. We can conclude considering that it is a reliable scale in order to evaluate resilience on Spanish fencing athletes, although we have to mark that one of the factors doesn't get adequacy, showing an Alpha of .63.

Key words: Resilience, scale, evaluation, psychometrics, sport psychology, reliability, fencing

Sumário

A Resiliência foi avaliado em atletas aplicando a Escala de Resiliência (Wagnild e Young, 1993), adaptada ao espanhol utilizando uma amostra de futebolistas. Os objetivos deste estudo são avaliar



os níveis de resiliência em esgrimistas ao nível mundial e fatorial. Analisar a consistência interna da escala, seus fatores componentes, e determinar as características psicométricas da escala, incluindo ambos os sexos e diferentes faixas etárias, em uma amostra de 86 esgrimistas (52 homens e 35 mulheres). A faixa etária foi de 14 a 58 anos, com uma média de idade de 25,16 anos e desvio padrão de 10,63. Esgrimistas têm alta resiliência em um 20% e altas pontuações médias

em cada dimensão. A escala tem um alfa de Cronbach de 0,89. Podemos concluir que é uma escala fiável para avaliar a resiliência em esgrimistas espanhóis, embora deva notar-se que um dos fatores não chega a adequação, apresentando um alfa de 0,63.

Palavras-chave: Resiliência, escala, avaliação, psicometria, psicologia do esporte, confiabilidade, esgrima

INTRODUCCIÓN

La resiliencia es un término que viene de la física, denotando la capacidad de un cuerpo de resistir, ser fuerte y no deformarse. La literatura científica la define en el ser humano como una capacidad de recuperación de situaciones adversas incluso extremas (Rutter, 2007), frente a otras definiciones que la sitúan más cercana al crecimiento (Aldwin, 2007). El constructo resiliencia es utilizado en distintas áreas, siempre con marcadas connotaciones en la salud mental (Cabanyes, 2010). Ante un suceso traumático, las personas resilientes consiguen mantener un equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana (Vera, Carbelo y Vecina, 2006).

La naturaleza de la resiliencia es compleja y multidimensional e implica factores individuales, familiares y del ambiente socio-cultural; no se trata de un concepto definible por un único indicador, requiere la inclusión de diferentes ámbitos de expresión (Fergusson y Lynskey, 1996; Kinard, 1998; Rutter, 2000).

Lo cierto es que la resiliencia está cada vez más presente en investigaciones en contexto deportivo. En este sentido, según Ruiz (2005, 2008), la configuración de la

resiliencia puede formar parte de trabajos que analizan la importancia de la personalidad en dicho contexto. Algunos autores centran sus estudios en un funcionamiento psicológico más óptimo; señalando mejores estrategias de afrontamiento en la vida de deportistas que presentan elevada resiliencia (Yi, Smith y Vitaliano, 2005); mayor bienestar en su deporte y menor riesgo de trastornos psicológicos (Hosseini y Besharat, 2010).

Por otro lado, encontramos trabajos que relacionan la resiliencia con el rendimiento y éxito deportivo (Fletcher y Sarkar, 2012), resultando interesante su estudio en diferentes deportes para elaborar estrategias de intervención con los atletas en distintos niveles (Schinke y Jerome, 2002).

En relación a la evaluación de la resiliencia, Salgado (2005) afirma que resulta prioritario identificar las posibles formas de medición y evaluación, con la finalidad de medir el impacto y la eficacia de los programas de intervención. Salgado acude a la revisión de Luthar y Cushing (1999) sobre los aspectos a evaluar (Figura 1).

1. Medición de la adversidad
 - a. Medición del riesgo a través de múltiples factores.
 - b. Situaciones de vida específica.
 - c. Constelación de múltiples riesgos.
2. Medición de adaptación positiva
 - a. Adaptación según factores múltiples
 - b. Ausencia de desajuste
 - c. Constelación de adaptación
3. Medición del proceso de resiliencia
 - a. Modelos basados en variables
 - b. Modelo basado en individuos

Figura 1: Aspectos a evaluar en resiliencia. Tomado de Salgado (2005).

En cuanto a los instrumentos, uno de los específicos para la evaluación de la resiliencia es la Escala de Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young (1993). Pesce, Assis, Avanci, Santos, Malaquias y Carvalhaes (2005) traducen la prueba al portugués utilizando muestra brasileña. Posteriormente, Vigário, Sérpa y Rosádo (2009) completan la adaptación con muestra portuguesa. Finalmente, la prueba es traducida al español y adaptada al deporte de fútbol por Ruiz, De la Vega, Poveda, Rosado y Serpa (2012). Nuestro trabajo se basa en los datos obtenidos por estos autores. A partir de su versión, hemos analizado la consistencia tras administrar el instrumento a esgrimistas de competición, un deporte en el que no existe literatura científica sobre el constructo de la resiliencia (Reche, Cepero y Rojas, 2012).

La esgrima por sus características de deporte individual minoritario no ha recibido demasiada atención científica en comparación a otras disciplinas deportivas. Sin embargo, en los últimos años ha aparecido un creciente interés por el entrenamiento psicológico en centros de formación de esgrima (Rosnet, 2004). Investigaciones recientes revelan que las habilidades psicológicas más destacadas de los esgrimistas españoles son reto competitivo y sensibilidad emocional; precisando mejora en autoconfianza, motivación, actitud positiva y concentración; y especial atención en visualización. Además, que los esgrimistas con una mayor experiencia deportiva presentan una significativa mayor atención y control de sus emociones en detrimento de la motivación (Reche, Cepero y Rojas, 2010). En relación a la



élite, los junior muestran mayor dominio en motivación que los senior, y estos últimos presentan deterioro de la concentración; no encontrándose diferencias por género (Reche et al. 2012). En comparación con la no-élite presentan mayor dominio en habilidades de confianza, visualización y actitud positiva; no encontrándose diferencias en habilidades psicológicas en función del género o edad de estos deportistas (Reche, Cepero y Rojas, 2013).

Problema científico

La resiliencia ha sido evaluada en deportistas con la Escala de Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young (1993) adaptada al español en fútbol con una limitación muestral que excluyó a participantes femeninos y un rango amplio de edad (Ruíz et al., 2012). ¿Qué grado de confiabilidad presenta esta escala en un deporte individual de combate como es la esgrima?

Objetivo

Determinar la prevalencia de la resiliencia en esgrimistas a nivel global y factorial. Además, determinar la confiabilidad de la versión española de la Escala de Resiliencia en esgrimistas incluyendo ambos géneros y un amplio rango de edad, para valorar su consistencia interna, tanto de los ítems como de los factores.

MÉTODO

Participantes

Participaron 86 deportistas de la disciplina de la esgrima de sexo femenino (39,8%) y masculino (59.1%), con edades comprendidas entre los 14 y 58 años, con una edad media de 25.16 años y desviación típica de 10.63. Todos ellos participaban en un campeonato del ranking nacional de España y presentaban distintos niveles deportivos (asistentes a pruebas nacionales, internacionales o al preolímpico/olimpiadas) y categorías (junior \leq 20 años de edad y senior $>$ 20 años de edad) (Tabla 1).

Tabla 1:

Contingencia de esgrimistas en función de la categoría y el nivel de rendimiento.

		PARTICIPANTES DE			Total
		Pruebas Nacionales	Pruebas Internacionales	Preolímpico /Olimpiada	
CATEGORIA	JUNIOR	23	18	1	42
	SENIOR	29	15	0	44
Total		52	33	1	86

Instrumento

La Escala de resiliencia fue construida en 1993 por Wagnild y Young para

evaluar el grado de resiliencia individual, como una característica de la personalidad positiva que favorece a la adaptación del individuo. Consta de 25 ítems escritos de

forma positiva, se responde en escala Lickert de 7 puntos. Los resultados varían desde 25 hasta 175, considerándose elevada resiliencia puntuaciones iguales o superiores a 147 (Wagnild y Young, 1993). Fue adaptada al español en una muestra de futbolistas varones de 15 a 21 años obteniendo un alfa de .80 a nivel global, .76 en el factor Competencia personal, y .49 en el factor Aceptación de uno mismo y de la vida (Ruiz et al. 2012).

Está conformada por dos factores:

- Competencia personal (17 ítems; 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 23 y 24), que indica autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia
- Aceptación de uno mismo y de la vida (8 ítems; 7, 8, 11, 12, 16, 21, 22 y 25), representando adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable.

Estos dos factores toman en consideración las siguientes características de resiliencia (Salgado, 2005):

- Ecuanimidad: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo" y, tomar las cosas como vengan; por ende se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.
- Perseverancia: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo,

permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

- Confianza en sí mismo: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.
- Satisfacción personal: Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.
- Sentirse bien solo: Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Análisis de los datos

Se realizó un análisis descriptivo con medias, desviación típica, frecuencias y porcentajes. Además, análisis de fiabilidad mediante el Alpha de Cronbach de los ítems y de los factores. Los resultados se analizaron con el paquete estadístico SPSS 21.0.

Procedimiento

En primer lugar se solicitó autorización y colaboración a la Real Federación Española de Esgrima para la administración de cuestionarios en los últimos campeonatos de espada del ranking nacional absoluto de la presente temporada 2012/2013.

El cuestionario fue entregado y supervisado por psicólogos del deporte a



lo largo de la competición deportiva. Todos los participantes cumplieron la prueba de forma individual y voluntaria a lo largo de su campeonato y firmaron su consentimiento informado. El procedimiento fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Católica San Antonio de Murcia.

RESULTADOS

A continuación se presentan los análisis descriptivos de la escala global y sus factores (Tabla 2). La media de los resultados en la escala global de resiliencia fue de 132 ($dt= 18.65$), con un mínimo de 68 y una puntuación máxima de 163.

Tabla 2:

Análisis descriptivos de la escala global y factores.

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. tip
FACTOR COMPETENCIA PERSONAL	81	38	113	92,68	13,59
FACTOR ACEPTACION DE UNO MISMO	81	21	53	39,64	6,43
TOTAL R	77	68	163	132,06	18,65
N válido (según lista)	77				

Baja resiliencia se considera una puntuación inferior a 147 puntos en la escala y alta igual o mayor a 147 puntos. Es así que, los esgrimistas que puntúan alto en resiliencia conforman un 20%, mientras el 80% lo hace en baja resiliencia. La media en el factor competencia personal es de 92 (en un rango de 17 a 119) y en el de aceptación de uno mismo 39 (de un rango de 8 a 56).

La escala global presenta un Alfa de Cronbach de .89, un alfa de .89 en el factor Competencia personal y de .64 en el factor Aceptación de uno mismo y de la vida. La escala global y el Factor Competencia personal son adecuados (Alpha de Cronbach $> .70$; Nunnally y Bernstein, 1995). Esto permite considerar la escala como confiable para los fines que pretende evaluar. (Tabla 3).

Tabla 3:

Fiabilidad la escala global y de los factores Competencia personal y Aceptación de uno mismo y de la vida

	Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
GLOBAL	,89	,90	25
COMPETENCIA PERSONAL	,89	,90	17
ACEPTACIÓN DE UNO MISMO	,63	,64	8

A continuación se presentan las características psicométricas de los ítems con relación a su aportación al nivel de fiabilidad de la escala global (Tabla 4). Se

observa que aún eliminado elementos el Alpha sería confiable ($>.70$).

Tabla 4:
Aportación de cada ítem a la fiabilidad global del cuestionario.

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
R1	126,43	319,48	,69	,71	,89
R2	126,44	321,56	,59	,62	,89
R3	126,82	325,38	,41	,59	,89
R4	126,16	318,29	,71	,79	,88
R5	126,26	318,32	,62	,74	,89
R6	126,29	309,89	,69	,70	,88
R7	127,12	313,86	,54	,56	,89
R8	126,57	317,80	,53	,60	,89
R9	126,90	322,17	,51	,62	,89
R10	126,88	317,34	,55	,52	,89
R11	128,05	343,57	,02	,23	,90
R12	127,58	328,40	,35	,39	,89
R13	126,66	323,93	,47	,52	,89
R14	126,78	320,14	,47	,49	,89
R15	126,61	318,82	,61	,71	,89
R16	126,49	319,25	,51	,65	,89
R17	126,75	307,76	,69	,79	,88
R18	126,01	319,32	,66	,65	,89
R19	126,82	326,46	,41	,51	,89
R20	127,53	334,56	,20	,46	,90
R21	126,03	317,26	,58	,77	,89
R22	128,04	334,06	,19	,37	,90
R23	126,70	328,42	,48	,68	,89
R24	126,49	318,93	,59	,62	,89
R25	127,14	331,07	,27	,30	,89

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los objetivos de nuestro estudio han sido evaluar los niveles de resiliencia en esgrimistas a nivel global y factorial, así como examinar la consistencia interna de la escala Escala de Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young (1993) adaptada al español en fútbol por Ruiz et al. (2012) y de los factores que la

componen, trabajando sobre algunas de las limitaciones que los autores indican en sus trabajos como la inclusión de ambos géneros y un amplio rango de edad.

Los niveles de fiabilidad de nuestro estudio comparado con el de Ruiz et al (2012) son mayores en la escala global y en los factores. Asimismo, se confirma parcialmente la estructura factorial de la escala, en convergencia con el citado artículo. El análisis estadístico del coeficiente Alpha de Cronbach establece la escala como confiable.



Por otro lado, continuando con la comparación en la validación del cuestionario en fútbol, se observan los mismos valores de resiliencia global en la muestra de esgrimistas que en la de futbolistas (20%). Sobre la base de esta información se propone ofrecer una intervención psicológica a los esgrimistas en sus distintos niveles para el logro de un rendimiento óptimo deportivo.

Dentro de las limitaciones de estudio, se destaca la necesidad de relacionar la resiliencia con factores psicosociales que contribuyen a la misma en contexto deportivo.

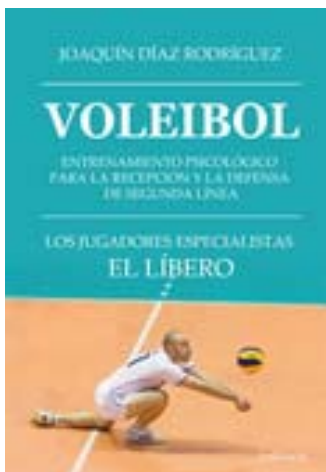
Por último, como futuras líneas de investigación, se propone un aumento del número de ítems del factor Aceptación de uno mismo y de la vida, para un posible aumento de la fiabilidad de la escala. Además, el análisis de diferencias en resiliencia en función de su género, categoría y nivel deportivo.

REFERENCIAS

- Aldwin C.M. (2007). *Stress, coping and development*, 2nd edn. London: The Guilford Press.
- Cabanyes, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 145-141.
- Fletcher, D., Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic Champions. *Psychology of sport and exercise*, 13(5), 669-678.
- Fergusson, D. M., y Lynskey, M.T. (1996). *Adolescent resiliency to family adversity*. *Journal of child Psychol. Psychiatry*, 37, 281-92.
- Hosseini, S.A. y Besharat, M.A. (2010). Relation of resilience whit sport achievement and mental health in a sample of athletes. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 633-638.
- Kinard, E.M. (1998). Methological issues in assessing resilience in maltrated children. *Child abuse Negl.* 22, 669-80.
- Luthar, S.S., y Cushing, G. (1999). *Measurement issues in the empirical study of resilience: An overview*. In Glantz MD, Johnson JL, editors. *Resilience and development: Positive life adaptations*. Plenum; New York, 129-160.
- Nunmally, J.C. y Bernstein, I.J. (1995). *Teoría psicométrica*. Madrid: McGraw-Hill.
- Pesce, R.P., Assis, S.G., Avanci, J.Q., Santos, N.C. Malaquias, J.V. y Carvalhaes, R. (2005). Adaptação transcultural, confiabilidade e validade da escala de resiliência. *Cadernos de Saúde Pública*, 21(2).
- Reche, C., Cepero, M. y Rojas, F.J. (2010). Efecto de la experiencia deportiva en las habilidades psicológicas de esgrimistas del ranking nacional. Español. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(2), 33-42.
- Reche, C., Cepero, M. y Rojas, F.J. (2012). Perfil psicológico en esgrimistas de alto rendimiento. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 19(7), 35-44.
- Reche, C., Cepero, M. y Rojas, F.J. (2013). Consideraciones en el entrenamiento de habilidades psicológicas en esgrima. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 83-88.

- Rosnet, E. (2004). Interest of psychological assessment before counseling in the training centers of the French Fencing Federation. *International journal of Psychology, 39* (5-6), 201-201.
- Ruiz, R. (2005). Análisis de las diferencias en personalidad en el deporte del judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría deportiva. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 2*(1-2), 29-48.
- Ruiz, R. (2008). Aportaciones del análisis subdimensional del cuestionario de personalidad BFQ para la predicción del rendimiento en judokas jóvenes de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 8*(1), 5-29
- Ruiz, R., De la Vega, R., Poveda, J., Rosado, A. y Serpa, S. (2012). Análisis psicométrico de la Escala de resiliencia en el deporte del fútbol. *Revista de Psicología del deporte, 2* (1), 143-151.
- Rutter, M. (2000). Resilience reconsidered: conceptual considerations, empirical findings and policy. En: Shonkoff JP, Meisels SJ, editors. *Handbook of early childhood intervention, 2nd ed.* New York: Cambridge University Press, 651-82.
- Rutter, M. (2007). Resilience, competence and coping. *Child abuse Negl, 31*, 205-9.
- Salgado, A.C. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Libertabit. Revista de Psicología, 11*, 41-48. una alternativa peruana
- Schinke, R.J. y Jerome W.C. (2002). Understanding and refining the resilience of elite athletes: An intervention strategy. *Athletic Insight, 4* (3): 1-13.
- Vera, B., Carbelo, B., y Vecina, M.L. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del Psicólogo, 27*(1), 40-49.
- Vigário, I., Serpa, S. y Rosado, A. (2009). Tradução e adaptação da Escala de Resiliência para a população portuguesa. Universidade Técnica de Lisboa. Faculdade de Motricidad Humana. Pendiente de publicación.
- Wagnild, G. y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*(2), 165-178.
- Yi, J., Smith, R. y Vitaliano, P. (2005). Stress-resiliencie, illness and coping: a person-focused investigation of young women athletes. *Journal of Behavioral Medicine, 28*(3), 257-265.

Voleibol: Entrenamiento Psicológico Para La Recepción Y La Defensa De Segunda Línea. Los Jugadores Especialistas. El Líbero.



Editorial: Ushuaia ediciones

Fecha de publicación: Agosto 2013

ISBN 978-84-15523-58-1

Precio: 15 euros

Página web: <http://www.casadellibro.com/libro-voleibol-entrenamiento-psicologico-para-la-recepcion-y-la-defens-a-de-segunda-linea/9788415523581/2206609>

Autores:

Joaquín Díaz Rodríguez

Licenciado en psicología. Master en Psicología del Deporte y la Actividad Física. Profesor colaborado en el master de Psicología del Deporte y de la Actividad Física de la UNED-CSD. Entrenador Internacional nivel I y Nacional de voleibol. Profesor de Psicología de los cursos nacionales de entrenadores de voleibol de Nivel III. Ha sido seleccionador nacional junior femenino. Entrenador de voleibol durante más de 20 temporadas en equipos femeninos y masculinos. Fundador y Presidente de la Asociación Cantabra de Psicología del Deporte (APD-Cantabria) Secretario de la Federación Española de Psicología del Deporte (FEPD) y Vocal de la Junta Directiva de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del deporte (SIPD). Presidente de la Comisión Deontológica del Colegio Oficial de Psicólogos de Cantabria Asesor psicológico de equipos y deportistas de diferentes especialidades; atletas, voleibolistas, jugadores de bolos, billaristas, nadadores, entrenadores.

Ha escrito dos libros sobre “psicología de los Bolos” y numeroso artículos sobre psicología del deporte en libro y revistas. Ha presentado ponencias y comunicaciones en distintos congresos nacionales e internacionales sobre psicología del deporte.

RESEÑA

Dra. Isabel Díaz Ceballos

Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria, Miembro de la Asociación cántabra de psicología del deporte y Miembro de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del deporte (SIPD)

“*Entrenamiento psicológico para la recepción y la defensa de segunda línea: Los jugadores especialistas, El líbero*”, se trata del primer manual escrito en castellano sobre psicología aplicada al voleibol y en concreto, al entrenamiento psicológico del especialista en el juego de segunda línea, recepción y defensa, el Líbero.

Joaquín Díaz, psicólogo del deporte y con una importante trayectoria como entrenador de voleibol, ha aunado para elaborar este manual su experiencia en ambos ámbitos, presentando una visión de la psicología aplicada al voleibol clara, rigurosa y basada en la experiencia. Une a la psicología del deporte sus conocimientos de técnica y táctica en el voleibol, haciendo de este texto un manual que podrá ser consultado tanto por psicólogos del deporte como por entrenadores o los propios jugadores especialistas o no.

El manual parte de la definición general de lo que supone el jugador en el puesto del líbero en el equipo. Se hace un análisis de los aspectos estratégicos, técnicos y tácticos junto

con algunas de las variables psicológicas que están más presentes para su trabajo como especialista en la segunda línea.

Los primeros capítulos, recogen una introducción general sobre las demandas psicológicas que requieren las posiciones de la recepción y la defensa así como una definición de las características físicas, técnicas y tácticas del líbero y sus funciones dentro del juego. Joaquín Díaz, analizará de forma más específica los aspectos psicológicos más relevantes de este puesto de juego, para aportar las estrategias para su entrenamiento.

Se analizan detalladamente y de forma clara los llamados complejos KI y KII, sistemas de recepción y defensa en el voleibol así como las demandas psicológicas que para el líbero presentan los mismos. Joaquín Díaz, aportará técnicas de entrenamiento mental para el líbero, con un gran número de ejemplo claro y concreto. Se analizará la importancia de realizar un adecuado establecimiento de objetivos, poseer rutinas competitivas para la mejora de la concentración y la práctica del entrenamiento en imaginación.

Especial hincapié hace el autor en variables relacionadas con la motivación, el control de la activación y se centrará especialmente y de forma más exhaustiva en la atención y capacidad de concentración del líbero durante el juego.

Merece especial atención, el abordaje que en el manual se hace del entrenamiento específico de la capacidad para atender y concentrarse del líbero. Este jugador posee tiempos de espera fuera de la cancha un alto % del tiempo de juego, por lo tanto, será importante un adecuado entrenamiento psicológico orientado al establecimiento de rutinas inter-juego, la adecuada utilización de las autoinstrucciones u otras técnicas que faciliten al jugador el mantenimiento de la atención sobre el juego y el control de los distractores tanto internos como externos. El autor destaca como factores que dificultan una adecuada concentración los pensamientos negativos, las reacciones emocionales intensas o la propia la fatiga física y mental así como factores externos: asistencia de público, los propios compañeros o rivales, el resultado del juego, etc.

Díaz insiste en la importancia de una adecuada comunicación del líbero con sus compañeros de equipo, tanto a nivel verbal como no verbal. Se analizan los códigos comunicativos utilizados por el líbero en relación a sus compañeros. El líbero, según el autor, es importante que asuma el liderazgo de la segunda línea, por lo que una comunicación eficaz será determinante para el desarrollo del juego y la transmisión de estados de ánimo positivos. Se analizan expresiones faciales, posturas, gestos, etc. y como estos pueden afectar a la cohesión del equipo y, por tanto, al rendimiento.

La autoconfianza como variable psicológica fundamental en los deportistas lo es también, obviamente, para el líbero. Por eso se dedica un capítulo a analizar esta variable. El líbero se encuentra más expuesto a los errores que el resto de sus compañeros, por lo tanto el desarrollo de la autoconfianza, poseer una alta tolerancia a la frustración y desarrollar una buena capacidad de autocontrol son cruciales en el entrenamiento psicológico específico.

Este manual, pretende ser un referente de consulta para el entrenamiento psicológico en el voleibol y específicamente para el entrenamiento del Líbero. Se trata de un texto útil para entrenadores, deportistas, psicólogos y todos aquellos profesionales vinculados al mundo del voleibol y con interés en el trabajo específico con el líbero El autor, pretende dar una visión práctica de las técnicas psicológicas utilizadas para el aumento del rendimiento deportivo del jugador de voleibol.

Joaquín Díaz aporta su amplia visión de este deporte a través de su conocimiento desde las perspectivas como jugador, entrenador y psicólogo, con una larga historia en la formación de entrenadores.

INDICE

- ✓ Prólogo
- ✓ Presentaciones
- ✓ Introducción
- ✓ Demandas psicológicas de la recepción
- ✓ Demandas psicológicas de la defensa de segunda línea
- ✓ El líbero, el especialista en recepción y defensa
 - Tareas y funciones del líbero
- ✓ Psicología del líbero
- ✓ El entrenamiento psicológico del líbero
- ✓ Para el entrenamiento psicológico de la recepción
- ✓ Para el entrenamiento psicológico de la defensa de segunda línea
- ✓ Dificultades para atender y concentrarse
 - Factores internos
 - Factores externos
- ✓ Consideraciones generales sobre el entrenamiento psicológico en recepción y defensa
- ✓ Las habilidades de comunicación de los líberos
 - Comunicación Verbal
 - Comunicación no verbal
 - Gestos
 - Expresiones faciales
 - Contacto físico
 - Posturas corporales
- ✓ Autoconfianza
- ✓ Autocontrol
- ✓ Animador y mantenedor del ambiente de juego
- ✓ Consideraciones finales

Afiliación

Todos los profesionales del deporte y estudiantes que deseen aportar su esfuerzo y compromiso al desarrollo de la psicología del deporte en Iberoamérica son bienvenidos en esta sociedad. El periodo de afiliación 2014 está abierto desde diciembre del 2013. Para afiliarte sólo debes dirigirte a <http://www.sipd.org/socios-sipd/afiliacion/> seguir los pasos

CUOTA SIPD ESTÁNDAR

Beneficios

- Descuentos en eventos. Los socios contarán con descuentos importantes en eventos y actividades auspiciadas por la SIPD, en aquellos en los que colabore u organice.
- Base de datos iberoamericana para dar a conocer a los socios de cada país. Contactos de los mejores especialistas de Psicología del deporte de Iberoamérica.
- Acceso al Boletín informativo de la SIPD.
- Acceso a la lista de distribución de la SIPD (donde se comparten muchos documentos exclusivos).
- Acceso a la Revista “Avances de la Psicología del deporte en Iberoamérica”.
- Beca de 200 euros en el programa de Máster de Psicología del deporte SIPD.

\$20 USD anual

CUOTA SIPD PREMIUM

Beneficios

- Descuentos en eventos. Los socios contarán con descuentos importantes en eventos y actividades auspiciadas por la SIPD, en aquellos en los que colabore u organice.
- Base de datos iberoamericana para dar a conocer a los socios de cada país. Contactos de los mejores especialistas de Psicología del deporte de Iberoamérica.
- Acceso al Boletín informativo de la SIPD.
- Acceso a la lista de distribución de la SIPD (donde se comparten muchos documentos exclusivos).
- Acceso a la Revista “Avances de la Psicología del deporte en Iberoamérica”.
- Beca de 500 Euros en el programa de Máster de Psicología del deporte SIPD.
- Acceso a talleres y mesas de trabajo exclusivas para socios Premium en el marco del V Congreso SIPD.
- Publicación de Hoja de vida y contacto profesional en la web SIPD. Para generar vinculación con tus servicios profesionales.
- Acceso gratuito a webinars de actualización en psicología del deporte durante el año.
- Cuota preferencial de inscripción al V Congreso SIPD en Puerto Rico.

\$75 USD anual

Normas para la Publicación

Los idiomas oficiales son el español y portugués (el inglés solo será considerado para el resumen de la presentación); los trabajos deberán ser inéditos, no admitiéndose aquellos que hayan sido publicados total o parcialmente en otros lugares, ni los que estén en proceso de publicación o hayan sido presentados a otra revista para su posible publicación. Se asume la conformidad de todas las personas que figuran como autores, y la conformidad de las personas citadas como fuente de comunicación personal.

Deben cumplir las normas de presentación del estilo internacional de publicaciones científicas en psicología, recomendadas por la APA, 6.ª Edición (2010). Los trabajos tendrán una extensión máxima de 25 páginas, a doble espacio, con márgenes de 3 cms. y numeración en la parte inferior derecha. Las tablas o figuras se deben incluir en el archivo Word. En caso de ser necesario la revista solicitará adjuntarlas en otro archivo original (p. e., .él, .jpg, .tiff).

Todo artículo que sea el informe de una investigación empírica (donde haya recolección de datos) debe estar adecuadamente dividido en las secciones recomendadas por la APA

Los artículos que no sean un informe de investigación empírica como tal pueden figurar como revisiones de una temática, crítica de una teoría o de un estudio empírico, o desarrollo de una propuesta teórica, ensayos. Estos artículos deben ser presentados teniendo en cuenta aquellos criterios generales de las normas APA en relación con títulos y subtítulos, resumen, estilo de redacción y citación de referencias. Adicionalmente, estos textos deben estar claramente establecido el problema que se desarrolle a lo largo de todo el texto, debe presentar de manera clara la importancia del tema o de la problemática analizada, su argumentación y conclusiones debe ser claras y coherentes con el desarrollo del tema y debe contener referencias bibliográficas correspondientes a la temática estudiada y al tipo de estudio (para un artículo de revisión se esperan mínimo 50 referencias).

En el caso de reseñas de libros, en las que se busca la divulgación de libros y publicaciones similares realizadas en Iberoamérica en el último año, se debe tener en cuenta que las publicaciones no deben tener más de un (1) año de publicación, deben ser realizadas por profesionales expertos en el tema del libro y deben contener la siguiente estructura:

§ **Título del libro**(título completo del libro).

§ **Imagen de la portada**(la imagen definitiva del libro impreso).

§ **Nombre e información del quien hizo la reseña**(la reseña no debe ser realizada por el mismo autor).

§ **Autor (es) del libro**(nombre completo de los autores y una muy pequeña reseña de su recorrido profesional y/o académico).

§ **Editorial.**

§ **Fecha de publicación**(mínimo el año).

§ **ISBN.**

§ **Precio.**

§ **Reseña**(400 palabras máximo).

§ Índice del libro.

Proceso de revisión: Su recepción se acusará de inmediato, y en un plazo máximo de 60 días se contestará acerca de su aceptación o no. En el supuesto de no ser aceptado se remitirá al autor una carta donde se le indique que dicho artículo no será publicado y por ende tendrá la libertad de publicarlo en otras revistas. Eventualmente, la aceptación definitiva podría supeditarse a "mejoras" o modificaciones del trabajo que los consultores o el consejo editorial propongan al autor.

Todos los manuscritos serán revisados anónimamente. Con el fin de mantener dicho anonimato, en la primera página del texto sólo aparecerá el título del trabajo, pero no los nombres de los autores, ni la filiación. Con estas condiciones será enviado a dos revisores que contarán con 30 días para emitir su concepto, en caso de ser necesario se recurrirá a un tercer revisor.

Condiciones

Si se acepta un trabajo para su publicación, los derechos de impresión y reproducción por cualquier forma y medio son de la Revista Avances en la Psicología Iberoamericana. No se rechazará ninguna petición razonable por parte del autor para obtener el permiso de reproducción de sus contribuciones. Asimismo, se entiende que las opiniones expresadas en los artículos son de responsabilidad exclusiva de los autores y no comprometen la opinión y política científica de la Revista. Igualmente, las actividades descritas en los trabajos publicados estarán de acuerdo con los criterios y normativas vigentes, tanto por lo que se refiere a experimentación como en todo lo relativo a la deontología profesional. La revista podrá solicitar a los autores copia de los datos en bruto, manuales de procedimiento, puntuaciones, y, en general, material experimental relevante.