

II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2010.

Exploración de características psicológicas en un equipo profesional de fútbol de la ciudad de San Luis.

Fiorentino, María Teresa, Baldi López, Graciela y Sabbadini, María Laura.

Cita:

Fiorentino, María Teresa, Baldi López, Graciela y Sabbadini, María Laura (2010). *Exploración de características psicológicas en un equipo profesional de fútbol de la ciudad de San Luis. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-031/24>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eWpa/SUQ>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

EXPLORACIÓN DE CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN UN EQUIPO PROFESIONAL DE FÚTBOL DE LA CIUDAD DE SAN LUIS.

Fiorentino, María Teresa; Baldi López, Graciela; Sabbadini, María Laura
Universidad Nacional de San Luis, Argentina

RESUMEN

Según Williams y Straub (1991) la psicología del deporte se centra en la identificación y comprensión de teorías y técnicas psicológicas que puedan ser aplicadas al deporte, con la finalidad de maximizar el rendimiento y el desarrollo personal de los deportistas. Las ejecuciones plenas en el ámbito deportivo consisten en esos momentos mágicos en que el atleta "lo pone todo" tanto física como mentalmente. Debido a las intensas presiones que reciben los deportistas a nivel familiar- social- económico e institucional es importante desarrollar las habilidades y recursos cognitivos, emocionales y conductuales de los mismos (Williams y Straub, 1991). El objetivo de la presente investigación fue explorar las diferentes variables psicológicas que podrían estar implicadas en el rendimiento deportivo de un equipo de 26 jugadores profesionales de fútbol de la ciudad de San Luis. Las edades oscilaron entre los 18 y 33 años. Se aplicó el Cuestionario de "Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo" de Gimeno, Buceta y Pérez- Llantada (2001). Los resultados mostraron que este grupo de individuos tendrían, en general, diversos recursos psicológicos (control del estrés y ansiedad, motivación, habilidades cognitivas, cohesión de equipo, etc.) que les permitirían afrontar eficazmente las diferentes demandas y estresores que emergen de situaciones deportivas competitivas a nivel profesional.

Palabras clave

Rendimiento deportivo Características psicológicas

ABSTRACT

EXPLORATION OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS IN A PROFESSIONAL FOOTBALL TEAM OF SAN LUIS CITY

According to Williams y Straub (1991), sports psychology focuses on the identification and understanding of psychological theories and techniques that may be applied to sports in order to maximize performance and personal development of sportsmen. The satisfying performances in sports consist in those magic moments in which athletes give everything they have physically and mentally. Due to the intense pressure they experience at family, social-economic and institutional levels, it is important that they develop their cognitive, emotional and behavioral resources and skills (Williams y Straub, 1991). The objective of this work was to explore the psychological variables which could be involved in the sporting performance of a team of 26 professional football players of San Luis city, aged between 18 and 33 years. The instrument applied was the Questionnaire of "Psychological Characteristics related to Sporting Performance" by Gimeno, Buceta and Pérez- Llantada (2001). The results showed that this group of individuals had, in general, several psychological resources such as stress and anxiety control, motivation, cognitive skills and group cohesion which could allow them to face efficiently the demands and stressing situations emerging from highly professional competitions.

Key words

Sporting performance Psychological characteristics

MARCO TEÓRICO

La Psicología del Deporte es un área relativamente joven, cuyo objeto de estudio son "los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física" (García, 2000). Para Williams y Straub (1991) la Psicología del Deporte se ocupa tanto de los factores psicológicos que determinan el ejercicio y la práctica deportiva, como de los efectos psicológicos que se derivan de tal participación. Según estos autores, la psicología aplicada al deporte se centra en la identificación y comprensión de teorías y técnicas psicológicas que puedan ser aplicadas al deporte, con la finalidad de maximizar el rendimiento y el desarrollo personal de los deportistas.

Debido a las intensas presiones que reciben los deportistas profesionales a nivel familiar - social - económico e institucional es necesario no sólo entrenar y mejorar las capacidades físicas, técnicas y tácticas, sino también, es importante desarrollar las habilidades y recursos cognitivos, emocionales y conductuales de los mismos (Williams y Straub, 1991). La competición deportiva puede generar gran angustia y, a su vez, afectar los procesos fisiológicos y cognitivos, deteriorando la ejecución e impidiendo el nivel óptimo de actuación. Por ello, es primordial investigar las variables psicológicas relacionadas con un desempeño eficaz, tales como: nivel de ansiedad, confianza, concentración, motivación, preparación cognitiva-emocional y cohesión de equipo, entre otras.

Dentro del deporte de competición, un alto grado de estrés y ansiedad son elementos que interfieren negativamente en el óptimo rendimiento de un deportista. Williams y Straub (1991) consideran que un estado de ansiedad elevado puede causar reacciones como miedo, enfado, irritabilidad y preocupación. Tanto el estrés como la ansiedad pueden manifestarse antes, durante o después de una situación de competición, por una discrepancia entre la dificultad de la tarea y la capacidad del sujeto para poder afrontarla.

En una investigación realizada por Izquierdo (1999) con atletas individuales y en equipos de alto rendimiento, encontró que a medida que se avanza desde la etapa pre-competitiva, los niveles de ansiedad-estado aumentan constantemente hasta alcanzar su máxima intensidad en el período competitivo en sí mismo. Mientras que los niveles de ansiedad-estado de la etapa post-competitiva son menores que los del comienzo y representan un descenso en la intensidad de la ansiedad.

Nideffer (1976) sostiene que la capacidad para controlar los procesos de pensamiento y concentrarse en una tarea es, sin duda, la clave más importante para lograr una actuación eficaz en el deporte. Para esto es necesario controlar, al menos, dos tipos diferentes de focalización de la atención: por un lado, la dimensión del foco atencional, y por el otro, la dirección del mismo. En algunas situaciones, la atención deberá dirigirse hacia los propios sentimientos, pensamientos y/o conducta del atleta, mientras que en otras deberá focalizarse en el oponente.

El rol de la motivación es central en cualquier actividad humana, ya que el buen rendimiento suele asociarse a un adecuado nivel de la misma. En el contexto de la psicología moderna, este concepto se ha utilizado para representar tanto la energía, como la intensidad y la direccionalidad que subyace a cualquier conducta humana (Carratalá Sánchez, 2004). Basándose en la teoría de la evaluación cognitiva, Vallerand (1997) propuso el Modelo Jerárquico de la Motivación Intrínseca, Extrínseca y Amotivación como un instrumento para organizar y comprender los mecanismos básicos que regulan la motivación en el ámbito del deporte y ejercicio.

Por último, la cohesión y el ambiente de equipo es otro de los factores psicológicos que influyen en el rendimiento del deportista. Para Gimeno, Buceta y Pérez Llantada (2001) son fundamentales las relaciones interpersonales entre los miembros del equipo, como así también, el nivel de satisfacción vivenciado al trabajar con otros miembros del mismo, las actitudes más o menos individualistas y la importancia que se le concede al "espíritu de equipo".

OBJETIVO

Realizar un estudio exploratorio acerca de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en un equipo de fútbol profesional de la ciudad de San Luis.

MUESTRA

La muestra quedó conformada por 26 jugadores de fútbol profesional del Club Atlético Juventud Unida Universitaria, perteneciente a la primera división del Torneo Argentino A, de la ciudad de San Luis, cuyas edades oscilaban entre 18 y 33 años ($M = 24.12$; $DS = 4.15$).

INSTRUMENTO

Se aplicó el Cuestionario de "Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo" de Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada (2001). Incluye cinco escalas que evalúan control de estrés, motivación, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y cohesión de equipo.

PROCEDIMIENTO

Se aplicó, de manera individual, el cuestionario a cada uno de los jugadores del equipo, previa explicación de las instrucciones y los propósitos de la investigación.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS

Con respecto a la variable *control del estrés y ansiedad deportiva* se observó que los deportistas estudiados ($N = 26$) obtuvieron puntuaciones que los ubicaron entre un percentil 55 y 99. La media grupal fue 67.92 (percentil 90) con una DS de 8.83. Estos resultados indican que los deportistas disponen de adecuados recursos psicológicos para controlar el estrés relacionado con su participación en los entrenamientos y competiciones deportivas. En la escala referida a *influencia de la evaluación del rendimiento*, el grupo ($N = 26$) obtuvo valores correspondientes a la franja entre los percentiles 65 y 99, con una media de 35.27 (percentil 90) y una DS de 4.75. Estos resultados muestran un buen manejo del impacto de una evaluación negativa sobre el rendimiento del equipo, y de la ansiedad que la misma genera, lo cual se manifiesta en la seguridad con que los jugadores enfrentan las críticas externas en situaciones de bajo rendimiento.

En cuanto a la *motivación del equipo*, los puntajes obtenidos (entre los percentiles 50 y 99; $M = 26.46$ -percentil 90-, $DS = 3.41$) indican que el grupo presenta un óptimo nivel de motivación e interés por los entrenamientos y partidos, además de esfuerzo y dedicación para poder alcanzar las metas propuestas tanto a nivel grupal como individual.

En relación a la escala *habilidad mental*, la puntuación media obtenida ($M = 23.81$ - percentil 70 -, $DS = 3.23$; con valores correspondientes entre los percentiles 30 y 95) indica que el grupo, en general, posee habilidades psicológicas adecuadas (funcionamiento y autorregulación cognitivo- emocional, establecimiento de objetivos, análisis objetivo del rendimiento, etc.) para un mejor desempeño deportivo. Cabe destacar que cuatro integrantes del equipo obtuvieron un puntaje por debajo del percentil 50, lo cual indica un menor reconocimiento y utilización de las habilidades psicológicas necesarias para beneficiar el propio funcionamiento. Es importante señalar que estos sujetos integran el plantel suplente del equipo.

Por último, los datos obtenidos sobre *cohesión grupal* ($M = 20.46$ - percentil 65 -, $DS = 2.10$, con valores entre los percentiles 20 y 99) mostraron que los jugadores se encuentran satisfechos y conformes con su actividad deportiva y trabajo en equipo, así como con la posibilidad de establecer buenas relaciones interpersonales tanto a nivel formal como informal. Sólo dos integrantes registraron puntuaciones correspondientes a percentiles menores de 50, lo cual indica una menor integración al grupo.

CONCLUSIÓN

En psicología del deporte se tienden a asumir que el nivel de ejecución es un reflejo directo de la forma en que uno piensa y siente, en contraposición a la creencia que el estado emocional es el resultado de la propia ejecución. Sin embargo, actualmente, ambos puntos de vista se consideran correctos, existiendo una relación circular en la que el estado mental óptimo se relaciona con una mejor ejecución, y que el éxito implica estados mentales saludables. Los resultados obtenidos señalan que este equipo profesional de fútbol presenta un nivel adecuado de recursos psico-

lógicos que favorecen un alto rendimiento (no temor al fracaso, autorregulación del nivel de activación, concentración óptima en la actividad, percepción de autocontrol, alta confianza en sí mismo, percepción integrada y compromiso grupal) lo cual le permite permanecer en la primera división del Torneo Argentino A con perspectivas a un futuro ascenso de categoría. Esto coincide con Williams y Straub (1991) quienes afirman que estas cualidades psicológicas son esenciales para un buen desempeño deportivo,

BIBLIOGRAFIA

- CARRATALÁ SANCHEZ, E. (2004). Análisis de teoría de las metas de logro y de la autodeterminación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana. Tesis de doctorado no publicada, Universidad de Valencia, España.
- GARCÍA, S. (2000). Psicología de la Actividad Física y del Deporte. <http://www.cop.es/perfiles/contenido/deporte.htm>. Recuperado el 30 de octubre de 2009.
- GIMENO, F., BUCETA, J. M. Y PÉREZ-LLANTADA, M. (2001). El cuestionario "Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo" (C.P.R.D): Características psicométricas. *Análisis Psicológica*, 1 (XX), 93-133.
- IZQUIERDO, R. J. (1999). Niveles de ansiedad precompetitiva, competitiva y post-competitiva. Tesis de grado no publicada, Maracaibo, Universidad de Zulia.
- NIDIFFER, R. M. (1976). Test of attentional and interpersonal style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 394-404.
- VALLERAND, R. I. (1997). Toward a Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. En M. P. Zanna (Ed.) *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp.271-360). New York, San Diego: Academia Press.
- WILLIAMS, J. M y STRAUB, W. F. (1991). *Psicología del deporte: Pasado, presente, futuro*. En J.M. Williams, *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Ed. Biblioteca Nueva.