

VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología  
XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología  
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos  
Aires, 2016.

# **El problema teórico del rendimiento deportivo en la psicología del deporte.**

Cirami, Lautaro y Ursino, Damian.

Cita:

Cirami, Lautaro y Ursino, Damian (2016). *El problema teórico del rendimiento deportivo en la psicología del deporte. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-044/14>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eATh/NYV>

*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>.*

# EL PROBLEMA TEÓRICO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Cirami, Lautaro; Ursino, Damian  
Universidad de Buenos Aires. Argentina

---

## RESUMEN

El presente escrito es un trabajo teórico en el cual se propone problematizar el concepto de rendimiento deportivo a partir de la psicología del deporte. Más allá de la diversidad y proliferación de estudios en la psicología del deporte, no se presenta claridad ni consenso respecto de cómo se define el rendimiento deportivo. Los objetivos del escrito son: 1) definir y enmarcar la Psicología del Deporte como disciplina científica, 2) conceptualizar rendimiento deportivo y 3) problematizar el concepto de rendimiento deportivo desde la psicología del deporte. El presente escrito presenta una propuesta posible a modo de síntesis dialéctica para pensar al RD. Por un lado, se propone una dimensión diacrónica de la cual se desprende otra dimensión diacrónica situacional (interna y externa). Finalmente, el trabajo expone los pilares del plan de trabajo del proyecto de investigación presentado en ProInPsi.

## Palabras clave

Psicología del Deporte, Rendimiento Deportivo, Problema Teórico, Ciencias del Deporte

## ABSTRACT

THE THEORETICAL PROBLEM OF SPORT PERFORMANCE IN SPORT PSYCHOLOGY

This paper is a theoretical work in which it is proposed to problematize the concept of sporting performance from sport psychology. Beyond the diversity and proliferation of studies in sports psychology, there is not a clearly or consensus of sport performance definition. The purpose of this article are: 1) defining and frame the Sport Psychology as a scientific discipline, 2) conceptualizing sport performance and 3) problematize the concept of sport performance from sport psychology development. This write presents a possible proposal as a dialectical synthesis to think the sport performance. On the one hand, is proposed a diachronic dimension, and another situational dimension (internal and external). Finally, the article discusses the pillars of the work plan of the research project presented in "ProInPsi".

## Key words

Sport Psychology, Sport Performance, Theoretical Problem, Sport Science

## INTRODUCCIÓN

El presente escrito es un trabajo teórico en el cual se propone problematizar el concepto de rendimiento deportivo a partir de la psicología del deporte. Más allá de la diversidad y proliferación de estudios en la psicología del deporte, la literatura científica publicada hasta el momento no presenta claridad, ni consenso conceptual sobre el RD. Diversos artículos científicos sugieren resultados aparentemente similares pero esencialmente diferentes. Esto dificulta el avance, acumulación y comunicación de conocimientos. En esta

dirección, surgen las siguientes preguntas: ¿Cómo se conceptualiza el rendimiento deportivo? ¿Qué variables inciden en el mismo? ¿Cómo influyen las variables psicológicas? ¿Qué características debe tener una intervención desde la psicología del deporte?.

Por lo tanto, teniendo en cuenta que para el avance y comunicación de conocimientos sobre este tópico es necesario consenso y consistencia teórica, este trabajo se propone los siguientes objetivos:

- Definir y enmarcar la Psicología del Deporte como disciplina científica.
- Conceptualizar rendimiento deportivo.
- Problematizar el concepto de rendimiento deportivo desde la psicología del deporte.

## DESARROLLO

La Psicología del Deporte y el Rendimiento Deportivo

La psicología del deporte se define como una disciplina científica que estudia a los sujetos y su comportamiento en un contexto deportivo (Weinberg y Gould, 1996). Uno de sus objetivos generales es estudiar en qué medida los factores psicológicos se relacionan con el rendimiento deportivo. A partir de ello, un psicólogo del deporte trabaja con aquellas personas involucradas en el ámbito deportivo realizando evaluaciones, diseñando y proponiendo intervenciones para modificar aquellos comportamientos y factores psicológicos que aumentan, mantienen y/o disminuyen el rendimiento deportivo de un sujeto o equipo. La psicología del deporte realiza un trabajo interdisciplinario por lo que interactúa con las demás ciencias del deporte. Según la literatura científica, las tres habilidades psicológicas básicas para el desempeño del deportista son control de la ansiedad, autoconfianza y concentración (Balaguer y Castillo, 1994). Además, el psicólogo del deporte trabaja sobre otras variables y habilidades psicológicas como la motivación, manejo del estrés, atención, concentración comunicación, manejo de emociones, toma de decisiones, liderazgo, entre otras (Giesenow, 2007). La psicología del deporte tiene tres campos de desarrollo: 1) Formación, 2) asesoramiento e 3) investigación (Weinberg y Gould, 1996). En esta dirección y a partir de esta última, resulta crucial la construcción teórica a partir de evidencia empírica para el diseño de intervenciones efectivas in situ.

El rendimiento deportivo (RD) es un término polisémico y se lo debe diferenciar de resultado deportivo. Este concepto deriva de la palabra "performance", adoptada del inglés, la cual significa ejecutar. Además, este término surge de "parformance", que en francés antiguo significa cumplimiento. Por lo tanto, una definición genérica posible consiste en que el RD es el resultado de una acción producto del aprovechamiento máximo de una ejecución (Pacheco, 2015). No obstante, es crucial entender que el RD es sensible a contexto, situación, jugador y disciplina deportiva.

El RD se encuentra influenciado por múltiples variables. Cada disciplina científica dentro de las ciencias del deporte estudia las variables más pertinentes a su campo y objeto de estudio. Es por ello que se debe atribuir una compleja interacción entre las mismas y su

efecto en el RD. En la actualidad, los psicólogos del deporte consideran que el rendimiento deportivo se encuentra esencialmente influenciado por cuatro variables: lo táctico, físico, técnico y psicológico. La influencia y pertinencia de cada variable no se encuentra detallada, no obstante, se podría entender que cada variable tiene la misma capacidad de influencia sobre el RD significada en un 25% por igual. Sin embargo, Pacheco (2015) describe un modelo donde el RD depende en un 50% de un entrenamiento físico, técnico y táctico; y en otro 50% del entrenamiento psicológico.

El desarrollo de comportamientos deportivos es producto del encuentro entre procesos madurativos y de aprendizaje. Este último se la puede comprender como aquellos cambios relativamente permanentes en el comportamiento producto de la experiencia (Feldman, 1997). La experiencia que atraviesa a los sujetos no se reduce solo a las interacciones que realiza el mismo con otro sujeto significativos sino también a las contingencias ambientales y su efecto sobre la conducta.

Una propuesta para el abordaje teórico del rendimiento deportivo Desde el presente escrito y teniendo en cuenta los aportes de la bibliografía revisada, se propone entender el rendimiento deportivo a partir de una líneas de desarrollo que se desprenden de la misma. En esta dirección, se propone conceptualizar distintos estratos: a) Rendimiento Deportivo Diacrónico (RDD) y b) Rendimiento Deportivo Diacrónico Situacional (RDDS), el cual comprende una dimensión interna y otra externa.

El rendimiento deportivo diacrónico surge desde un punto de vista ontogénico y está conformada por el resultado de la interacción entre el conjunto de experiencias y el genotipo individual, donde interacción entre gen y ambiente puede explicar las diferencias individuales (Papini, 2009). El RDD se conforma por variables tales como el biotipo del sujeto, la alimentación, las tecnologías y recursos con las que el sujeto contó para entrenar como los factores psico-sociales. En este último se resaltan las instituciones que atraviesan al sujeto como también las interacciones con sus familiares y personas significativas, como por ejemplo los entrenadores o diversos deportistas. Dichas variables constituyen el RD pero no explican las diferencias significativas en situaciones deportivas. Además explica la iniciación, elección y participación en una actividad deportiva. Por último, el contexto deportivo no altera ningún valor de dichas variables. Por ejemplo, el biotipo de un jugadores se mantienen constantes.

Dicha línea se caracteriza por:

1. Explicar y predecir el RD de un sujeto a los largo de su carrera respecto a una actividad deportiva general.
2. Inflexibilidad respecto al contexto deportivo.
3. Independencia respecto de las diferencias significativas del RD en situaciones deportiva.
4. Ser producto de procesos ontogénicos.

A partir de este primer estrato se desprende el "Rendimiento Deportivo Diacrónico Situacional" (RDDS). Si bien su desarrollo parte de la historia de aprendizajes del sujeto, su expresión y relación con el RD varía dependiendo de una situación deportiva determinada y concreta.

En esta dirección, los factores del RDDS se pueden diferenciar a partir de dos sub-categorías: Internos y externos. Las variables que conforman el RDDS Internos son las tácticas, físicas, técnicas y psicológicas. Estas toman el carácter de "internos" dado a que son propias y constitutivas de un sujeto. Estas mismas debe se trabajan y son las que el deportista tiene control. Las variables que conforman el RDDS Externos son los contrincantes, los jueces del

partido, el ambiente y contexto específico de competencia (cancha, condiciones climáticas, público, instancia de competición). Estas se denominan externas ya que excede al sujeto y no posee control de las mismas. Sin embargo, su influencia en el RD se verá intermediado por el entrenamiento de las RDDSI. De este modo, una intervención psicodeportologica apunta a modificar las RDDSI en función de las variables del RDDSE.

Es relevante destacar que dichas variables responden a un contexto e inherentemente se van a ver modificadas por el mismo. Por ejemplo, la capacidad física de un jugador disminuye a medida que avanza el tiempo de juego. La estrategia que se implemente depende exclusivamente del competidor y la misma fluctúa y se ajustará a la circunstancias propias y únicas del partido intentando obtener el mayor provecho de la misma. La variable técnica también se altera durante una situación deportiva debido a que la misma aparece mediada por el factor físico, así como también por factores psicológicos. Por ejemplo un sujeto que manifiesta cansancio físico es probable que modifique su técnica de manera involuntaria. Del mismo modo factores mentales pueden desviar la misma como pueden ser altos niveles de ansiedad o direccionamiento de la atención a distractores, es decir estímulos irrelevantes del ambiente que dificultan una ejecución. Estas variables son flexibles y sensibles al contexto. La mismas explicarían el RD de un sujeto en una determinada situación deportiva.

Esta dimensión de la RDDS se caracteriza por:

1. Explicar el RD situacional de un sujeto.
2. Ser flexibles a contexto deportivo.
3. Explicar las diferencias significativas del RD en situaciones deportiva.
4. Ser producto de procesos ontogénicos.

En este punto se destaca el carácter en común entre RDD y RDDS: Su desarrollo ontogénico. Mientras que también quedan esclarecidas sus diferencias.

## CONSIDERACIONES FINALES

A modo de conclusión, se puede sugerir una definición genérica del RD que consiste en el resultado de una acción producto del aprovechamiento máximo de una ejecución (Pacheco, 2015). Otros autores, sugieren entender el RD en relación a variables tácticas, físicas, técnicas y psicológicas. Desde este marco teórico, se entiende que los cuatro factores influyen por igual. Sin embargo, otra línea teórica sostiene que el 50% del RD depende de variables psicológicas. Estas hipótesis de trabajo deberían ser puesta a pruebas en investigaciones empíricas para ser sostenidas o refutadas.

Por lo tanto, existen distintos problemas teóricos para poder conceptualizar el RD. Por un lado, hay dificultades inherentes al concepto que tienen que ver con la alta variabilidad según el contexto, situación, jugador y disciplina deportiva. Por otro lado, el campo de investigación en la psicología del deporte aún es emergente y requiere mayor evidencia empírica para la construcción de modelos teóricos. El presente escrito presenta una propuesta posible a modo de síntesis dialéctica para pensar al RD. Por un lado, se propone una dimensión diacrónica de la cual se desprende una dimensión diacrónica situacional (interna y externa).

En esta dirección, desde la cátedra de la materia electiva Psicología Aplicada al Deporte (607) y la práctica profesional Psicología del Deporte y Actividad Física (811) a cargo del Prof. Adj. Int. Raúl Barrios se conforma un espacio de investigación para poder abordar las problemáticas con las que se encuentra esta temprana disciplina científica. En esta dirección el equipo de investigación presentó el proyecto "Reconceptualización de Rendimiento Deportivo

y Correlaciones con Factores Psicológicos” en el concurso ProInPsi (UBA). El plan de trabajo consiste en 1) una revisión sistemática de la literatura científica (2006-2016), 2) una reconceptualización del RD a partir de la revisión y 3) la realización de un estudio empírico para poner a prueba intervenciones diseñadas desde la PDD.

#### **BIBLIOGRAFÍA**

- Balaguer, I. y Castillo, I. (1994). Entrenamiento psicológico en el deporte. En Balaguer I. (Dir) Entrenamiento psicológico en el deporte: Principios e implicaciones. Valencia: Albaratros-Educación.
- Feldman R. (1997): Aprendizaje. En: Psicología. Ed. McGraw Hill Interamericana, México.
- Giesenow, C. (2007) Psicología de los equipos deportivos” Buenos Aires. Claridad. Cap. 7 “Rol del Psicólogo del deporte”.
- Pacheco, M. P. (2015). Características psicológicas y rendimiento deportivo. Un estudio en jugadores bolivianos de fútbol profesional. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 3(2).
- Papini, M. R. (2009). Psicología Comparada. Evolución y Desarrollo del Comportamiento (Traducción de Rubén N. Muzio et al.). Bogotá, Colombia: Editorial Manual Moderno.
- Weinberg, S. & Gould, D. (1996) Fundamentos de la psicología del deporte y el ejercicio físico. Barcelona: Ariel Psicología. Cap. 16: “Autoconfianza”.
- Weinberg, S. & Gould, D. (1996) Fundamentos de la psicología del deporte y el ejercicio físico. Barcelona: Ariel Psicología. Cap. 1 “Bienvenidos a la psicología del deporte y ejercicio físico”