

IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2017.

Experiencia óptima de Flow a través del deporte y consumo de alcohol en jóvenes.

Schmidt, Vanina, Raimundi, María Julia, Molina, María Fernanda, Alvarez Iturain, Analía Roxana, Celsi, Ignacio, Benzi, Melisa y Leibovich, Nora.

Cita:

Schmidt, Vanina, Raimundi, María Julia, Molina, María Fernanda, Alvarez Iturain, Analía Roxana, Celsi, Ignacio, Benzi, Melisa y Leibovich, Nora (2017). *Experiencia óptima de Flow a través del deporte y consumo de alcohol en jóvenes. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-067/382>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eRer/pBt>

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>.

EXPERIENCIA ÓPTIMA DE FLOW A TRAVÉS DEL DEPORTE Y CONSUMO DE ALCOHOL EN JÓVENES

Schmidt, Vanina; Raimundi, María Julia; Molina, María Fernanda; Alvarez Iturain, Analía Roxana; Celsi, Ignacio; Benzi, Melisa; Leibovich, Nora
Universidad de Buenos Aires - Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas - Universidad Abierta Interamericana. Argentina

RESUMEN

El deporte ofrece la oportunidad de mejorar la calidad de vida, el bienestar psicológico y lograr experiencias óptimas. El Flow es una experiencia óptima definida como un estado en el que la persona está completamente absorta en una actividad por el mero disfrute que produce. A su vez, el deporte ha sido señalado por organismos internacionales y nacionales, como estrategia privilegiada para abordar problemáticas de consumo de sustancias en población joven. Objetivo: explorar si el Flow en el deporte se asocia a menor consumo de alcohol. Método. Participantes: 362 jóvenes deportistas (Edad M=18; DE=3; 42.8% mujeres). Instrumentos: Escala de Flow Disposicional, Cuestionario de Identificación de los Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol, Cuestionario de Situación Deportiva y Sociodemográfico. Resultados: Quienes consumen de manera ocasional y rara vez abusan del alcohol presentan mayores niveles de Flow que quienes consumen de manera frecuente y en ocasiones abusan del alcohol. Sin embargo, los deportistas que experimentan altos niveles de Flow consumen tanto alcohol en una misma ocasión como quienes no experimentan el fenómeno. Conclusión: el presente estudio forma parte del conjunto de evidencias a favor de las experiencias positivas que genera el deporte como posible estrategia de protección frente al consumo de alcohol.

Palabras clave

Alcohol, Deporte, Flow, Prevención

ABSTRACT

OPTIMAL EXPERIENCE OF FLOW THROUGH SPORT AND ALCOHOL CONSUMPTION IN YOUNG PEOPLE

Sport offers the opportunity to improve the quality of life, psychological well-being and to achieve optimal experiences. Flow is an optimal experience defined as a state in which the person is completely engrossed in an activity for the mere enjoyment it produces. In turn, the sport has been indicated by international and national organizations, as a privileged strategy to address issues of substance use in young people. Objective: To explore whether Flow in sport is associated with lower consumption of alcohol. Method. Participants: 362 young athletes (Age M = 18, SD = 3, 42.8% women). Instruments: Dispositional Flow Scale, Alcohol Use Disorder Identification Test, Sports Situation and Sociodemographic Questionnaires. Results: Those who consume occasionally and rarely abuse alcohol have higher levels of Flow than those who consume frequently and sometimes abuse alcohol. However, athletes who experience high levels of Flow consume as much alcohol on the same occasion as

those who do not experience the phenomenon. Conclusion: the present study is part of the set of evidence in favor of positive experiences generated by sport as a possible strategy to protect against alcohol consumption.

Key words

Alcohol, Sport, Flow, Prevention

BIBLIOGRAFÍA

- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*. New York: Harper Perennial.
- Fang, X., Chan, S., Brzezinski, J., & Nair, C. (2010). Development of an Instrument to Measure Enjoyment of Computer Game Play, *International Journal of Human-Computer Interaction*, 26(9), 868–886. doi:10.1080/10447318.2010.496337
- Hernández Mendo, A., & Morales Sánchez, Verónica Triguero, J. D. (2013). Propiedades psicométricas de un cuestionario para estudiar el flow contextual. enviado.
- Jackson, S., Martin, A. J., & Eklund, R. C. (2008). Long and short measures of flow: the construct validity of the FSS-2, DFS-2, and new brief counterparts. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30(5), 561–587.
- Schmidt, V., Molina, M. F., González, M. A., Raimundi, M. J., & Maglio, A. L. (2011). ¿Cómo pasan el tiempo los adolescentes de Buenos Aires? Hacia la elaboración de una clasificación de actividades adolescentes ecológicamente válida. *Actas del III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología y XVIII Jornadas de Investigación de la Facultad de Psicología, UBA.*, II, 485–486.