

## Psicología del Deporte: un paso adelante

Uno de los objetivos del presente artículo es el de brindar al lector una breve visión general de la situación actual de la Psicología del Deporte en España. Para ello, en primer lugar y a modo de introducción, se presenta una definición de Psicología del Deporte y se exponen sus ámbitos y colectivos de actuación y las funciones que puede desempeñar el psicólogo del deporte. En segundo lugar, se realiza una valoración sobre la situación actual de la Psicología del Deporte en España y las principales líneas de investigación. Y, por último, se presenta una reflexión sobre éstos y otros aspectos tratados, presentando futuras líneas de trabajo.

### Introducción

La Federación Europea de Psicología de la Actividad Física y del Deporte define la Psicología de la Actividad Física y del Deporte como: "Los fundamentos psicológicos, procesos y consecuencias de la regulación psicológica de actividades relacionadas con el deporte de una o varias personas actuando como sujeto de actividad. El foco puede ser el comportamiento o diferentes dimensiones psicológicas del comportamiento humano, esto es las dimensiones afectivas, cognitivas, motivaciones o sensaciones motoras". Esta especialidad de la Psicología tiene como eje básico y fundamental la Psicología Científica, y se apoya, aunque en menor medida, en los conocimientos específicos provenientes de las Ciencias del Deporte, que perfilan el ámbito de aplicación y los conoci-

mientos complementarios adecuados para el desarrollo del área.

En cuanto a los **ámbitos de actuación** profesional del psicólogo del deporte, podemos señalar: 1) el deporte de alto rendimiento, 2) el deporte de iniciación y 3) el deporte de ocio, salud y tiempo libre. Cada ámbito posee sus propias peculiaridades u objetivos, que varían desde acciones centradas en la educación, formación y bienestar psicológico hasta la búsqueda del máximo rendimiento de los deportistas.

Además, la intervención en Psicología del Deporte puede dirigirse a distintos **colectivos**: I) deportistas, II) entrenadores y técnicos deportivos, III) padres de deportistas, IV) árbitros y jueces deportivos, V) directivos y aficionados y VI) población general (niños, jóvenes, adultos, tercera edad, personas con necesidades especiales, etc.).

En relación con este aspecto, cabe señalar la importante labor que supone tanto el trabajo directo con el deportista (por ejemplo, abordando aspectos personales y deportivos) como la labor indirecta que se realiza con el resto de integrantes que componen el ámbito deportivo (por ejemplo, asesorando y formando a entrenadores para que gestionen a sus deportistas).

En dichos ámbitos y colectivos, el psicólogo que trabaja en el deporte puede ejercer funciones de: A) evaluación y diagnóstico, B) planificación y asesoramiento, C) intervención, D) educación y formación y E) investigación.

### Valoración de la Psicología del Deporte en España

La Psicología del Deporte en España cuenta con una trayectoria dilatada, que se extiende a lo largo de los últimos treinta años, desde la creación del primer laboratorio de Psicología del Deporte, fundado por Josep Roig en la Residencia Joaquín Blume de Barcelona hasta hoy. Al revisar su estado actual en nuestro país hemos de tener presente que este hecho ha permitido la consolidación académica de nuestra especialidad, si bien hemos de estudiar la situación presente en cuatro campos de incidencia profesional:

En primer lugar, dentro del área de investigación teórica, continúan las iniciativas promovidas desde el mundo universitario: inclusión de esta materia como asignatura dentro de los planes de estudio de la licenciatura en Psicología, la licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Magisterio; formación de posgrado a través de cursos de doctorado incluidos dentro de programas organizados por departamentos, cursos de Experto Universitario y másteres en distintas universidades españolas (por ejemplo, Universidad Autónoma de Madrid) y realización de trabajos, amparada por subvenciones y becas, de investigación dentro de las alternativas antes enumeradas. Es notorio el aumento del volumen de comunicaciones a congresos y encuentros profesionales, dato éste que nos indica la aceptación y ampliación de nuestro campo de trabajo

dentro de las especialidades de la Psicología.

Además, es de destacar la implementación y crecimiento de revistas científicas en español sobre Psicología del Deporte. A la ya tradicional *Revista de Psicología del Deporte* y a la consolidada *Cuadernos de Psicología del Deporte*, recientemente se ha sumado la Revista Iberoamericana de *Psicología del Deporte*.

En segundo lugar, en lo que respecta a entidades no universitarias, es destacable la labor que el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos ha desarrollado a través de la creación de grupos de trabajo en Psicología de la Actividad Física y el Deporte, con el objetivo de la difusión y la realización de actividades formativas dirigidas a los profesionales de la Psicología. A través de charlas-coloquio, mesas redondas, jornadas, etc., se ha promovido el conocimiento de la Psicología del Deporte no sólo entre los colegiados sino que se ha llegado a actividades de cierto calado general en otros colectivos afines a nuestro campo: entrenadores, dirigentes deportivos, deportistas, etc.

En tercer lugar, queremos mencionar la creciente formación de técnicos deportivos (entrenadores, preparadores físicos, etc.) a través de la introducción de módulos de Psicología del Deporte dentro de los programas de estudio que integran las acreditaciones organizadas por las distintas federaciones deportivas. Estos organismos también organizan charlas, talleres, mesas redondas, etc., para complementar la formación en Psicología entre sus titulados.

Y en cuarto lugar, tenemos el análisis de la implantación profesional del psicólogo deportivo. Se constata el aumento del número de psicólogos que trabajan en esta área, integrando los equipos de trabajos de clubes, federaciones, centros de tecnificación deportiva, etc., especialmente dentro de programas de trabajo con jóvenes deportistas. A pesar de este hecho, queda cierto camino por recorrer en cuanto al reconocimiento profesional de la labor que muchos de ellos desempeñan, siendo pocos los profesionales con dedicación exclusiva a su puesto de trabajo. Como en otros contextos y áreas profesionales, el aspecto econó-



< Charla con padres de deportistas.

mico limita la incorporación del psicólogo en el ámbito deportivo.

### Líneas de investigación en España

A modo orientativo, se ha realizado una revisión de trabajos científicos sobre Psicología del Deporte difundidos a través de *Revista de Psicología del Deporte*, *Cuadernos de Psicología*, *Revista Iberoamericana de Psicología del Deporte* y los últimos cuatro congresos nacionales celebrados en torno a esta disciplina. No se han tenido en cuenta revistas y congresos internacionales. Las temáticas de las investigaciones van encaminadas hacia el estudio de: 1) teoría y metodología, 2) deporte y calidad de vida, 3) motivación y emoción, 4) psicobiología del deporte, 5) entrenamiento psicológico, 6) aprendizaje y desarrollo motor, 7) Psicología organizacional y Recursos Humanos, 8) poblaciones con necesidades especiales, 9) iniciación deportiva, 10) arbitraje y juicio deportivo, 11) personalidad y deporte y 12) factores psicológicos y lesiones deportivas.

Nos encontramos en un momento importante, en el que la investigación debe dar un paso hacia adelante desde los estudios de carácter selectivo o correlacional a una investigación más aplicada que ofrezca soluciones prácticas (por ejemplo, mejora de la concentración en los entre-

namientos y partidos) a los problemas que deben abordar los psicólogos aplicados en el día a día. Para ello, además, es necesario que las instituciones públicas se impliquen apoyando en mayor medida proyectos de investigación encaminados a fomentar estos objetivos.

### Algunas reflexiones

Para continuar avanzando en el desempeño profesional del psicólogo del deporte, hemos observado y recogido algunos obstáculos a superar en estos últimos años:

- **Mayor formación** de los psicólogos en esta área, ya que hay psicólogos no suficientemente formados o que no han tenido en cuenta el contexto deportivo, con su correspondiente repercusión negativa. A este aspecto, también habría que sumarle la necesidad de una mayor formación psicológica de los técnicos deportivos, que facilitaría la labor del psicólogo, tanto en su aceptación como en la colaboración de las acciones a desarrollar.
- **Mayor información** en los directivos, técnicos deportivos y deportistas sobre la Psicología del Deporte, el papel del psicólogo y posibles beneficios de su aportación profesional en los equipos de trabajos de esta área.



< Evaluación de jugadores.

- **Cumplimiento con el Código Deontológico.** En algunas federaciones, clubes y en el colectivo de deportistas existen también prejuicios ante el psicólogo por experiencias pasadas desafortunadas realizadas por profesionales, en su mayoría no licenciados en Psicología, y que, saltándose las normas profesionales, divulgaron informaciones íntimas de los deportistas obtenidas tanto en entrevistas personales como en diagnósticos.
- **Difundir** de forma rigurosa la Psicología del Deporte en los medios de comunicación, evitando el sensacionalismo.
- **Necesidad de foros o medios especializados** para el trabajo y discusión ideológica. Señalar la importancia de mantener e incrementar las relaciones entre los profesionales de la Psicología del Deporte, tanto a nivel nacional como internacional, para seguir avanzando en la consolidación del área, y ofrecer mayor grado de eficacia como servicio a la sociedad, fin último de todo ejercicio profesional desde una perspectiva global.

En este sentido, recientemente ha vuelto a iniciar sus trabajos el Grupo de Trabajo en Psicología del Deporte en el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid,

con el objetivo de ser un punto de encuentro para los colegiados interesados en esta temática. Además, hace un año aproximadamente, se creó la Asociación Madrileña de Psicología del Deporte, que persigue objetivos similares y complementarios, y que se abre a profesionales provenientes de distintas disciplinas (psicólogos, preparadores físicos, pedagogos, maestros, técnicos deportivos, etc.).

- **Luchar contra el intrusismo**, ya que el ámbito deportivo ha sido un espacio en el que *mentalistas, coach, entrenadores actitudinales*, etc. continúan "moviéndose" en detrimento tanto del servicio que se proporciona al cliente, como de la mala imagen generada en los psicólogos a raíz de las acciones realizadas por estas personas.

Consideramos fundamental para el desarrollo futuro de esta área profesional y de su consolidación la clarificación del rol del psicólogo deportivo y su divulgación en el colectivo del deporte, especialmente entre el estamento de los entrenadores. Una información clara, y específicamente dirigida, posibilitará la desaparición de ideas erróneas y frenará el intrusismo profesional. Aunque ya se están iniciando trabajos en este sentido en algunos colegios oficiales de psicólogos autonómicos, es necesario potenciar más esta actividad, unificar criterios y crear una acre-

ditación que certifique a los psicólogos cualificados para ejercer en esta área.

### Madrid 2010

Para finalizar conviene señalar que, tras el éxito conseguido por el *XI Congreso Nacional de Psicología del Deporte* celebrado en Sevilla el pasado mes de marzo, la Federación Española de Psicología del Deporte ha decidido otorgar a Madrid la organización del próximo *Congreso Nacional de Psicología del Deporte* para el año 2010.

Invitamos a todos los colegiados a colaborar en la preparación de este evento científico, tanto en la organización como en la presentación de comunicaciones y pósteres.

Se puede encontrar más información sobre la temática de Psicología del Deporte en la página *web*:

<http://www.cop.es/perfiles/contenido/deporte.htm> o solicitarla mediante un correo electrónico a: [alejopsico@eu-rope.com](mailto:alejopsico@eu-rope.com).

D. ALEJO GARCÍA NAVIERA (M-16192)  
D<sup>a</sup> PILAR JEREZ VILLANUEVA (M-18084)

**Miembros del Grupo de Trabajo en Psicología del Deporte**

