

Josep Roca

Psicología del deporte: un nuevo campo profesional y de investigación

Eugenio A. PEREZ CORDOBA
José C. CARACUEL TUBIO*
Universidad de Sevilla

Es posible que si el lector no está muy al tanto de las nuevas orientaciones de la profesión psicológica, ni tampoco se encuentra especialmente vinculado al mundo y a la práctica del deporte, haya podido sorprenderse, ciertamente, al leer el título de esta entrevista. No obstante, a poco que se pare a pensar, le resultará evidente que, como psicólogos, estamos obligados a ocuparnos y preocuparnos de toda actividad humana. Y es obvio que el deporte ha adquirido, a lo largo del presente siglo -y especialmente en su segunda mitad- una relevancia personal y social de primera magnitud. Además, en la actividad deportiva se ponen en juego una gran cantidad de procesos psicológicos que recorren la práctica totalidad del repertorio humano desde los más «intelectivos» (percepción, toma de decisiones, seguimiento de reglas...) a los más «expresivos» (estilos conductuales, emocionalidad, motricidad...). Parece claro que, en los próximos años, la actividad profesional del psicólogo del deporte va a adquirir en nuestro país el auge y desenvolvimiento de que ya goza en otros, revelándose como una nueva vía de desarrollo de la profesión.

En la entrevista que presentamos a continuación, Josep Roca i Balasch, doctor en psicología, Profesor Titular y Director del Instituto Nacional de Educación Física (INEF) de Barcelona, expone cuál es el ámbito de actuación del psicólogo del deporte - en relación, sobre todo, con otros profesionales-, cuál debe ser la formación pertinente al mismo, así como los tópicos que, son objeto de investigación, por su parte, en la actualidad.

Pregunta (P): ¿Qué tipo de actividad profesional caracteriza al psicólogo del deporte?, ¿cuál es la naturaleza de su actuación?

Respuesta (R): Yo mantengo la opinión -no compartida en el último Congreso de la FEAPAFD (Federación Española de Asociaciones de Psicología de la Actividad Física y el Deporte), donde hubo un cierto revuelo por este tema- de que la psicología, como tal disciplina, es una disciplina básica, no es necesariamente aplicada, y claro está, se enfadan los psicólogos aplicados y dicen: «¿ahora qué hacemos nosotros?».

Yo lo que planteo es que la relación que podemos mantener los psicólogos con los educadores (en el caso de la educación física) y con los entrenadores, es un poco parecida a la relación que puede haber entre el

fisiólogo y el médico. El fisiólogo no es necesariamente el hombre que genera estos conocimientos y el médico los aprovecha. En cierto modo es la idea de Ribes en el 85 al final de su libro¹, y que yo sostengo, aunque él posteriormente ha planteado que hay otros problemas y que no es tan sencilla la relación entre lo básico y lo aplicado.

P: ¿Cómo delimita el psicólogo su rol respecto a otros profesionales del ámbito deportivo?

R: Esto plantea un problema fundamentalmente profesional del cual para mí se deriva otro aspecto de formación. Yo creo que las disciplinas tipo aplicadas, que se llamarían con más propiedad tecnológicas, son disciplinas que han de tener formación de tipo sintético y además individuali-

zadas, mientras que las disciplinas básicas siempre son disciplinas analíticas y de lo universal.

Es decir, los psicólogos buscamos siempre leyes de la percepción, en cambio a un entrenador le interesa que yo le hable de la percepción, pero en cuanto que él lo tiene que aplicar a un sujeto que hace voley, por ejemplo. O sea, siempre partimos de puntos de vista distintos; la psicología es una disciplina básica, y en este sentido nos interesa lo universal, y hacemos análisis para descubrir leyes universales, pero además, en las disciplinas aplicadas, como es el entrenamiento deportivo, los educadores requieren el conocimiento de tales disciplinas que influyen sobre el objeto que ellos van a trabajar. Entonces, claro, son sintéticas en el sentido de coger de todas las disciplinas potencialmente aplicables; en el INEF estamos distintos profesionales -de biomecánica, de psicología, de sociología, de fisiología-, y todos intentamos aportar datos para que luego el entrenador los utilice en su trabajo.

P: ¿Cómo se estructurarían, entonces, las relaciones profesionales entre el psicólogo del deporte y los otros profesionales afines?

R: Esto plantea un problema profesional, que es lo que yo no quiero plantear, y es el siguiente: los psicólogos ¿debemos trabajar sobre lo aplicado?. Pero yo creo que esto hay que saberlo leer: lo que digo es que hay dos actividades profesionales distintas, y que además requieren unos conocimientos, unas perspectivas y actividades científicas distintas.

Si uno quiere trabajar como médico debe saber lo que es ser médico, si quiere ser fisiólogo, debe saber lo que es un fisiólogo, pero igual si uno quiere ser educador ha de saber lo que es un educador, y lo mismo si uno quiere ser psicólogo. Pero cuando hablamos de psicología aplicada al deporte, automáticamente ya estamos diciendo que de los contenidos de la psicología extraemos algunos que van bien para el deporte; yo creo que ahí está el principio de acuerdo. Primero, que nosotros tengamos en cuenta que la psicología aplicada al deporte quiere decir investigar y ser más sensibles a aquellos contenidos que son aplicables al deporte y que además pueden ayudar al educador a esto, pero sigue siendo el investigar, el aportar datos que proporcionan información. Y luego está la otra alternativa que para mí es distinta, y es la del que quiere ser realmente entrenador, y luego, dentro de la educación, tocar los temas de psicología.

Digo esto como un esquema, para solucionar incluso las confrontaciones que hemos tenido los psicólogos con distintos profesionales: nos hemos peleado con los pedagogos, con los médicos; es evidente que el conocimiento que se genera en psicología interesa al médico, pero es evidente que nosotros no somos médicos, y que si queremos ser médicos hemos de estudiar la carrera de medicina. Lo que no podemos hacer es que, como ellos tienen lagunas en el campo de la psicología esto significa que les vayamos a cubrir su profesión.

Es evidente que los médicos no tienen formación en psicología, como tampoco los entrenadores, pero esto no quiere decir que debamos sustituirles como tales médicos o entrenadores: son dos cosas distintas. Si ellos tienen lagunas en su formación hay que luchar para que la medicina, el entrenamiento, la educación -son tecnologías- tengan cubiertas esas lagunas, pero esto no justifica un intrusismo laboral que es por lo que ellos están siempre en contra nuestra, y creo que los psicólogos no debemos equivocarnos otra vez, porque hoy -como director de INEF esto lo sé- el entrenador es muy sensible a que el psicólogo diga «ahora voy a hacer yo el entrenamiento»; ¡jojo!, el entrenamiento es del entrenador, dediquémonos a la parte de entrenamiento psicológico como tal. Esto no es muy dramático, porque en el futu-

ro va a haber equipos multidisciplinarios en los cuales todos van a compartir el ser entrenador. Pero de todas formas siempre habrá que tener mentalidad tecnológica para ser

**La psicología,
como tal disciplina,
es una disciplina básica,
no es
necesariamente aplicada.**

entrenador y es lo que yo diría a los psicólogos que quisieran ser entrenadores, que se formen en esto, que conozcan muy bien el deporte, porque sin conocer lo específico de un deporte, nunca llegarán a ser un buen entrenador, que haya una formación específica, un análisis concreto, que es lo que hace el entrenador, y que no se quede como psicólogo reclamando un derecho.

P: ¿Cuál sería entonces la salida del conflicto, profesionalmente hablando?

R: Yo creo que la salida en el futuro será ésta: un poco *manager* o asesor de entrenadores, o entrenador de entrenadores; y dentro de los entrenadores los habrá psicológicos, a los que poco a poco y según cómo les darán cancha, pero creo que sería una buena estrategia que los psicólogos hiciéramos cursos de entrenadores, sobre todo si se quiere ser entrenador psicológico; pero si se quiere ser psicólogo clínico aplicado al deporte no tiene por qué hacerlo, si

**No hay que pensar
que psicología del
deporte quiere decir
solamente psicología
del deportista.**

quiere hacer *counseling*, si quiere hacer sólo investigaciones tampoco.

Pero, claro está que yo hablo ahora solamente en el tema de psicología del deporte, o de psicología de la educación, en la medida que, si

uno quiere ser educador, entrenador, tiene que pasar por una formación o bagaje específico. De aquí se deriva que, depende de lo que se quiera hacer: si uno quiere hacer entrenamiento psicológico deberá tener formación como entrenador, pero si lo que se quiere es ser un psicólogo en el mundo del deporte que básicamente aporte datos, investigación, y que pueda trabajar en una facultad universitaria, INEF o Centro de Alto Rendimiento y que le dejen trabajar como investigador, al igual que, por ejemplo, los médicos que trabajan en fisiología del deporte, entonces la formación tiene que ser básicamente psicológica, eso sí con una formación en metodología, teoría del comportamiento, de relación con otras ciencias, etc. Si se quiere ser entrenador psicológico, entrenador o educador ya en el campo de la educación física (el psicólogo no sólo está para el deporte, sino también para la educación física, que es un campo más amplio), yo aconsejaría discriminar entrenamiento psicológico de psicólogo aplicado al deporte.

P: ¿Qué relación tiene la psicología del deporte con otras ciencias?

R: En el INEF, en cuanto a psicología, primero nos hemos de relacionar con las demás disciplinas básicas, para definir el objeto de estudio y delimitar qué aportamos los psicólogos, y además hay que tener en cuenta la relación que tienen las demás ciencias, y la nuestra, con los profesionales de tipo tecnológico, o sea, es un esquema de relación con las demás ciencias básicas y de relación con las disciplinas aplicadas. Yo veo que esta dicotomía, que es un continuo entre disciplinas aplicadas y tecnologías, es una primera coordinada de orientación. Así es, en definitiva, como están hechos los planes del INEF. O sea, hay disciplinas básicas como biomecánica, anatomía, fisiología, psicología, sociología, historia y teoría del deporte, y luego disciplinas como la educación física, la educación física especial, entrenamiento deportivo, técnicas de entrenamiento, sistemática del ejercicio..., que son más aplicadas.

P: ¿Qué tipo de formación demandan a la psicología los profesionales del deporte y qué les podemos aportar nosotros?

R: Creo que los que son profesionales aplicados -es decir, entrenadores, educadores, etc.- deberían saber psicología, al igual que los médicos. Es imprescindible, y de hecho lo han entendido así, que tengan clases de psicología; otro problema es qué les ofrecemos nosotros, qué podemos aportar, teniendo en cuenta que ellos quieren que les hables siempre, pongamos por caso, de la percepción en una situación concreta, cosa que se les ha de corregir. Yo puedo hablar de la percepción, pero no puedo hablarles del percibir cuando se está en un momento determinado de la carrera, lo digo porque a veces quieren que les llegues a especificar la psicología del voleibol, por ejemplo.

Yo les puedo hablar de la toma de decisiones, de factores críticos en la toma de decisiones, y ellos, en su trabajo, llegan a ver cómo esto ocurre; yo puedo llegar a él haciendo un esfuerzo, pero él deberá hacer un esfuerzo para ver cómo nuestros conocimientos se aplican a los suyos, porque él es el que conoce lo suyo y no yo. Así, tenemos que educar también a los entrenadores y atletas para que no exijan a los psicólogos una especificidad que no podemos dar, aunque quizás llegará un momento en que los distintos psicólogos de cada deporte serán los que den clase, en parte, para cada deporte específico. Esto es lo que reclaman en Barcelona, en la *Escola Catalana de l'Esport*, que hagamos psicología de cada cosa.

Pero aquí hay que delimitar dos aspectos: primero unos procesos generales, que no hay quien pueda llegar a concretar en las múltiples formas concretas como se pueden dar, no hay forma de especificarlos y por tanto debemos explicarlos a un nivel; y unos aspectos específicos, para los que puede haber, además, un psicólogo que imparta cursos orientados a intentar delimitar más aspectos específicos de aquél deporte, pero siempre salvando que eso será una cosa secundaria y complementaria.

P: ¿Hará falta una formación específica del psicólogo en ese deporte en concreto?

R: Si alguno hace entrenamiento psicológico, cuando se habitúe a ese deporte, ese mismo psicólogo será el que participe en los cursos de esa fe-

deración, esto será lo natural. Además cuando un entrenador ha hecho algo de psicología entiende mejor al psicólogo, aunque sólo sea para potenciar el diálogo, porque los entrenadores autodidactas o *amateurs* son algo paranoides, tienen problemas de miedo al intrusismo, en cambio los que han hecho algo de psicología, entienden que tenga alguien que les hable de cosas, ya entiende que nosotros debemos exigir. No sé cómo está la cosa por Andalucía, pero, por ejemplo, la Escola Catalana lo tiene claro, en los Institutos de Educación Física lo tienen claro, aunque quizás haya poca psicología, aún.

Normalmente, en el mundo del deporte, en Cataluña, está bien asumido que la psicología es una disciplina de igual o más importancia incluso, comparándose con la biomecánica, en auge también. Se

El deporte es un lugar donde se da con absoluta riqueza conducta humana. Es un laboratorio excelente que puede hacer muchas aportaciones a la psicología.

valoran disciplinas básicas y a los psicólogos se nos atiende como a profesionales que podemos enseñar mucho y creo que se les debía demostrar que podemos hablar de más cosas de las que hablamos. Ahora se habla mucho de estrés, motivación, pero también se podría hablar de tácticas, por ejemplo.

P: ¿Cuál es la situación profesional del psicólogo del deporte, comparativamente hablando, en España y en otros países?

R: Nosotros tenemos referencia de cómo ha ido en otros países, y la verdad es que a nivel de contratación por parte de la administración pública de psicólogos estamos en primeros lugares. En Estados Unidos, desde hace un par de años hay un psicólogo contratado en Colorado Springs, pero normalmente la gente trabaja allí en forma de contrato privado. Hay un

entrenador que le pide a un psicólogo que le haga asesoramiento, el psicólogo se especializa y lo hace, pero a nivel de reconocimiento oficial creo que hemos sido en este sentido pioneros. No es por nada, no es que sea ningún éxito, pero en Barcelona en el INEF había dos psicólogos, en la *Escola Catalana* tres, en el Centro de Alto Rendimiento hay dos, más dos becados, y con posibilidades de más; hay también psicólogos trabajando en federaciones, como la de tenis, y hay a veces psicólogos que trabajan por su cuenta pero no están controlados por la FEAPAFD y no sabemos quiénes son. Pero en los centros oficiales, que son los que he mencionado, ha significado un reconocimiento.

Quizás en becas siguen siendo más importantes las de medicina, pero entre otras razones porque presentan más. En otros países, yo visité Estados Unidos, básicamente no es que haya habido mucho, pero el reconocimiento a nivel privado es mayor.

P: ¿Y en los países del Este?

R: No, allí ha sido otra cosa, allí hay un psicólogo para cada equipo, la psicología se ha hecho muy específica, incluso el entrenamiento psicológico; son psicólogos que se vuelven entrenadores para el trabajo concreto. Funcionan a nivel de estado.

P: ¿Cómo puede obtenerse una formación específica en psicología del deporte?

R: Actualmente se imparte en Barcelona un curso organizado por el Departamento de Psicología Social de la Universidad de Barcelona, el Departamento de Psicología de la Educación, de la Autónoma, y el INEF, conjuntamente, estructurado como si fuera un *master*. Queremos que pueda llevarse a cabo en un solo año y que llegue, efectivamente, a ser un auténtico *master*.

Por otra parte, con la actual ordenación universitaria, los cursos de postgrado son fundamentales; ahí es donde los psicólogos explicamos cada uno temas distintos. Por ejemplo, yo hablo más bien de aprendizaje motor, o aprendizaje perceptivo, o de teoría del comportamiento, pero luego hay otros psicólogos que hablan de técnicas psicológicas, otros de psicología social, de dinámica de gru-

pos, o algunos que pueden hablar de técnicas de enseñanza para que un entrenador entrene bien; o sea que en los postgrados es donde vamos a poder llegar a una formación específica, porque tampoco podemos forzar un plan de estudios que tenga impuesta toda la psicología; más bien habrá que ir al lugar donde ya, de forma acertada, se ha propuesto que haya la psicología en todas sus modalidades.

P: ¿Qué otro tipo de formación es posible?.

R: Aparte de esto hay una formación que hemos hecho todos, que es la formación autodidacta, o con profesores, realizando la asignatura de «Psicología del Deporte» en la Universidad Autónoma de Barcelona o en los Institutos Nacionales de Educación Física; y, para completar, está la formación en los países más avanzados. Ir a hacer un *master* en los Estados Unidos o en Alemania, por citar dos países con más experiencia en el tema. Yo creo que esto es la alternativa que hay en estos momentos: postgrado, un *master* e ir a los países que ya llevan un tiempo. Y, aparte de esto, participar en los cursos de INEF sobre motricidad humana ayudaría mucho a los psicólogos, ya que los pondría en el contacto formativo necesario si se quiere ser psicólogo aplicado, incluso hacer un segundo ciclo de INEF les iría muy bien a éstos.

P: ¿Podrías especificar tu labor docente?.

R: Yo imparto en el INEF una asignatura que tiene dos años, se llama «Psicología de la Actividad Física y el Deporte» y el enfoque actual mío, el que mantengo y que me gusta más, es hacer una introducción histórica y temática de la psicología, que será lo básico en el primer trimestre. Luego una introducción de psicología general, que en mi caso explico lo que es condicionamiento para cuestión de conducta emocional, y después para el tema de desensibilización, relajación y esas cosas. Pongo mucho énfasis, cada día más, en la conducta sensorial y perceptiva ya que me parece la que más les interesa, y, bueno, también introduzco cuestiones de condicionamiento operante e incluiré en un futuro cuestiones de lenguaje; y a nivel más aplica-

do intentamos ver todas esas técnicas psicológicas de coping, mentalización y todo lo que es práctica mental, así como sistemas de motivación. Pero esto en el cuarto curso,

En España hay buenas posibilidades de trabajo para un psicólogo del deporte y la salida del futuro será la de *manager* o asesor de entrenadores.

que es más concretamente una asignatura de psicología del deporte, siempre lo ha sido.

Este curso lo hacemos varios psicólogos, participa Guillermo Pérez que está en el Centro de Alto Rendimiento, quien imparte una asignatura, Joan Riera, que comenta su libro², y yo. La de cuarto curso la hago más aplicada en cuanto a técnicas psicológicas que se pueden aplicar al entrenamiento deportivo, mientras que la de primer curso es más general.

Luego está la asignatura de «Aprendizaje y Desarrollo Motor», que creo tiene un componente psicológico incuestionable. Y, bueno, también hay posibilidad de hacer seminarios que te dan mucha capacidad de juego.

P: En cierto modo es lo que se hace en la Facultad de Psicología: empezar por lo más básico.

Me parece básico que dejemos un poco los diagnósticos, este papel es dualista y al final no resuelve los problemas: el campeón se hace, no se diagnostica.

R: El curso, de hecho, ha tenido muchas variaciones desde la época de Gloria Balagué. Antes Riera, luego Jaime Cruz, después yo, dimos solamente condicionamiento operante; más tarde empecé a introducir cosas

de condicionamiento clásico y ahora he introducido, además, cuestiones de percepción que me parecen obvias.

Es un problema que se ha hecho cada vez más amplio y creo que lo que plantea es que la psicología en el INEF tenga más de una asignatura, que haya psicología de los procesos de condicionamiento, de percibir, de adaptación psicosocial y de motivación,... Creo que en el futuro debemos poner adjetivos al término «psicológico», lo que sucede es que todo esto debe pasar por un cambio en el plan de estudios. Habría que dar también psicología evolutiva, cosa que no hay, si bien en parte lo sustituye el desarrollo motor, pero habrá que ir llenando de contenido estas asignaturas para demostrar la necesidad de que se impartan. Yo de entrada querría proponer al instituto una psicología general y luego una de la percepción más diferenciada.

P: El enfoque que dais a la formación, ¿se centra sobre todo en el deportista que está en el INEF?.

R: No, hay que pensar que el INEF tiene tres salidas profesionales consensuadas en este momento: una que es la de entrenador, otra la de educador y otra que es la de, diríamos, animador deportivo, para entendernos, y todos con categoría de licenciado. El entrenador es el profesional que quiere trabajar con un equipo y en el mundo de la preparación física, del entrenamiento deportivo, y en un deporte concreto, o sea, alto rendimiento.

P: ¿Eso son tres especialidades?.

R: Sí, son especialidades, estamos intentando además que haya un reconocimiento en los dos últimos años de tal especialidad, incluso que nuestros departamentos se encaminen hacia esta especialización.

P: A nivel de asignaturas optativas, ¿se han diferenciado a partir de cierto curso?.

R: A partir de tercero; intentamos que cuarto y quinto sean a nivel de especialización; entonces, parece claro que el psicólogo ha de contestar a esos tres niveles, no se puede quedar sólo con el deporte de élite,

por eso yo hago trabajos que puedan interesar al educador, y algo les informo, para que si llegan a la escuela sepan los tests que se utilizan, y tengan otras informaciones, como por ejemplo, el conflicto herencia- medio, que cualquier educador, creo, ha de conocer, porque este es un tema que está como sustrato ideológico y teórico en la escuela, y, además, me exigen ya, en este momento, que haya temas a nivel de animación de grupo y en concreto de psicología social, así que creo que las tres especializaciones exigirán a la psicología poner un adjetivo: psicología social, de la percepción...

P: Esto se uniría también a la diferencia que tú proponías antes, el psicólogo investigador, el psicólogo un poco más asesor, el psicólogo más bien educador y el psicólogo propiamente entrenador.

R: Será como una tablilla de doble entrada, habrá gente que diga que sólo trabaja en investigación; por ejemplo, qué podría interesar a la gente que tira al plato y entonces plantea un trabajo en el que investiga a ver si un cierto tipo de plato o de gatillo es mejor que otro; y habrá gente que lo encaminen directamente a un deporte; yo diría que es una parrilla de doble entrada y debemos cubrir todo.

Pero lo que está claro es que los Institutos Nacionales de Educación Física, si las cosas se van haciendo más o menos bien, van a exigir más psicología.

P: Volviendo al tema del objeto de estudio de la psicología del deporte, ¿es sólo la conducta del deportista, o bien os ocupáis también de la conducta del árbitro, de los jueces, del público?. Es un tema que atrae bastante, ya que como sujeto psicológico el árbitro, por ejemplo, es muy rico...

R: Es la aportación de Joan Riera, el no pensar que psicología del deporte quiere decir solamente psicología del deportista, sino que bueno, la conducta humana implicada en el deporte es muy amplia, está el árbitro, el juez, los entrenadores,...

P: Nosotros hemos investigado interacciones con el público...

R: Esto demuestra que la psico-

logía entra por todos lados, no solamente a nivel conceptual de relación con lo abstracto, sino además con lo concreto en todas las situaciones que el deporte pueda requerir.

P: Tal vez sería necesario un análisis de la realidad deportiva lo más exhaustivo posible. Por ejemplo, tú trabajas sobre conducta perceptiva y la percepción en el juicio y el arbitraje resulta esencial.

R: La palabra percepción se utiliza en muchos sentidos, pero en el caso del arbitraje se utiliza más bien en el sentido de juicio correcto, de percepción correcta, evidentemente, lo que pasa es que yo me he dedicado más a lo que llamaríamos percepción sensorial que no es lo mismo, la percepción correcta de las cosas es un tema más de psicología social.

Yo creo que los temas de que hemos hablado -el árbitro, el entrenador, el grupo- lo que plantean es la integración de la psicología social en

Los profesionales aplicados -entrenadores, educadores, etc.- deberían saber psicología.

el mundo del deporte, me explico: yo creo que el tema del juicio y de cómo las federaciones hacen que cambien los juicios requiere un análisis más bien de tipo social o psicosocial, aparte de los aspectos tecnológicos que también hay que tener en cuenta, porque sabemos que a veces el arbitraje es un problema tecnológico, de tener buenos instrumentos de medida, y quizás lo que hace el psicólogo, como tantas otras veces, es cubrir un espacio en el que, por las razones que sea, hay una mala formación por parte de los que deberían tenerla y el psicólogo es alguien que va diciendo «os dejais todo esto», y a veces nos dicen «póngase usted a hacerlo», pero el psicólogo debe tener una visión de los temas más amplia.

P: Lo que ha ocurrido en hockey, han cambiado los jueces de portería y han puesto dos jueces árbitros, e incluso para motivar más han aumentado la portería dos

o tres centímetros y han puesto los postes redondos.

R: Aquí entramos en porqué hay deportes que siguen siendo atractivos y deportes que se hunden, por ejemplo, el rugby es un deporte que cuando va perdiendo interés se cambian las reglas; habría que ver hasta qué punto los psicólogos podemos aportar algo sobre cómo hacer un deporte simplemente atractivo.

P: El baloncesto ha estudiado todas esas reglas y ha conseguido captar más atención que el fútbol. Pero, hablando de otro tema, una pregunta que personalmente nos atrae: ¿cómo puede ayudar la psicología del deporte a la psicología? o sea, esa investigación que se hace de modo semiaplicado, ¿de qué forma puede influir en nuevos conocimientos dentro de la psicología?.

R: Mi experiencia concreta es que empecé intentando modificar el tiempo de reacción en los atletas con un esquema skinneriano y de modificación de conducta, y me comportó un cambio de mentalidad incluso en los esquemas teóricos, déjé el paradigma de la triple contingencia y de reforzamiento por un modelo de campo.

A mi entender, el deporte es un lugar donde se puede aprender muchísimo de conducta humana, lo considero un laboratorio excelente y soy de los que viven con la ilusión de que la psicología del deporte, entendida de esta forma, puede hacer aportaciones a la psicología, y a mi me gustaría que otros psicólogos lo vieran así. De hecho, por ejemplo, en la psicología social algunos experimentos importantes estaban hechos en el mundo del deporte y, en concreto en temas como el de la anticipación. Yo sé que en otros ámbitos psicológicos también se habla de ello, pero en el concepto de anticipación, al menos, el deporte ha sido pionero en desbancar tiempo de reacción e implantar el de anticipación, porque ha visto que el concepto de tiempo de reacción se quedaba corto para explicar la conducta de anticipación. También el concepto de táctica me parece que nos podría enseñar muchas cosas en determinadas taxonomías psicológicas. En mi opinión, el deporte es un lugar donde se da con absoluta riqueza conducta humana, y entiendo que,

además de que los psicólogos sirvamos para aplicar técnicas concretas yo creo que podemos tomar al deporte -y esta es mi opción principal- como un lugar para el pensar psicológico, derivando, eso sí, de este pensar, temas que sean aplicables, -no en plan egoísta- pero sí para hacer psicología desde el deporte. Yo siempre digo que hay dos cosas: psicología del deporte y deporte de la psicología, o sea desde el deporte hacer psicología.

P: ¿Existen en la actualidad puestos de trabajo para el psicólogo del deporte?.

R: Hay muchos lugares de trabajo para ocuparlos un psicólogo del deporte, entre ellos el de entrenador psicológico, aunque la gente no se esté dando cuenta. Para mí, el camino más fácil, si se quiere ser entrenador psicológico es hacer un curso de entrenadores del tipo de los que se imparte en las federaciones y llevar a cabo entrenamiento psicológico y se tendrá un lugar de trabajo, pero si lo que se quiere es entrenar quitándole el puesto a los entrenadores habrá una pugna estúpida como la que ya hemos tenido con los médicos. Así, por ejemplo para dedicarse a la medicina conductual lo mejor que se puede hacer es estudiar medicina y sacarse el título (incluso como cosa táctica), y en el mundo del deporte no deberíamos equivocarnos y hacerlo bien para no levantar suspicacias.

En España, como en todas partes, hay trabajo aplicado en la pista, trabajo como investigación, trabajo para hacer psicología, trabajo en el campo de la educación física, colaboración con los educadores, para cuestiones de estimulación precoz, para educación física especial, para todos los que tienen problemas sensoriales.

Por ejemplo, yo estoy colaborando con una persona que está estudiando la manera para que un ciego pueda jugar al fútbol. Le hablo de indicios perceptivos, le digo que los indicios perceptivos pueden tomarse con cualquier sentido, entonces lo que hay que hacer es que los ciegos tengan indicios de sonido y se les enseñe a jugar con ese sonido. Antes lo que se hacía era ponerle un sombrero para que no se la pegasen muy fuerte. Podemos llegar a colaborar en cosas muy concretas, y desde una

perspectiva psicológica hay muchos temas que analizar.

Hay gente que consigue trabajo en clubs privados, y en algunas entidades públicas hay un reconocimiento

Sería una buena estrategia que los psicólogos hiciéramos cursos de entrenadores, sobre todo si queremos ser entrenadores psicológicos.

to de la psicología: hay gente que se dedica a la tercera edad, los hay que quieren hacer psicología social, hay quien trabaja con drogadictos o en prisiones, con patologías... Las posibilidades son inmensas, quizás todo vaya dependiendo de saber moverse los psicólogos, de saber vender el producto de la psicología, de saber explicar qué contenidos podemos dar, porque los entrenadores nos preguntan: «oye, ya me gusta esto de la psicología, pero decidme qué enseñáis, que me vais a contar» y a veces nos quedamos parados, y esto también influye.

P: ...psicología del deporte y psicología en el deporte...

R: Exacto. Creo que esto es una alternativa que no hay que despreciar, la idea de salir del laboratorio de condicionamiento operante y aparatos nuestros, me parece una idea de salud mental psicológica. El mundo del deporte es un lugar donde po-

Hay que tener una psicología más próxima a los hechos y el deporte te permite esa psicología.

demos poner a prueba los conceptos, generar nuevos conceptos, ver la necesidad de enfocar las cosas de una manera que no sea la que estaba exclusivamente en los laboratorios.

P: Incluso podemos ver una ventaja en la psicología del deporte, y es que, como la actividad deportiva es algo voluntario, que la gente lo hace por afición, por diversión -no como el colegio o el trabajo- las situaciones en las que se lleva a cabo la investigación son más amenas y relajadas.

R: Si, está claro, yo disfruto investigando porque además las situaciones deportivas son un pozo sin fondo de preguntas psicológicas; por ejemplo yo he trabajado durante un tiempo en percibir, pero después me he interesado en temas de ritmos psicobiológicos y deporte, y también por la interacción entre aspectos de condicionamiento y perceptivos -si es que la hay, y cómo es- o temas de desarrollo humano, tales como la reducción del tiempo de reacción, si lo que evoluciona es el sujeto o la forma de relacionarse, etc. A mí me han surgido preguntas que creo muy aplicadas, y esto es lo bueno, que haces psicología básica, y es una psicología básica que se mantiene en contacto con las preguntas reales. Hay que tener una psicología más próxima a los hechos y el deporte te permite esa psicología, es decir no hacerte preguntas que sólo sirven para mantener un corro de psicólogos juntos en un sitio para resolver problemas concretos.

Por tanto, yo creo que en la medida en que tengamos cosas claras en psicología, también serán claras nuestras actividades.

P: Así pues, ¿ves perspectivas de futuro, en cuanto a salidas profesionales?.

R: Veo un amplio campo global en la medida en que la educación va a ser una cuestión clave en el futuro y que el deporte va a seguir siendo un fenómeno que va a requerir técnicos. Por otro lado, está la posibilidad de especialización, aparte de la actitud más bien básica, científicamente hablando. Yo creo que las hay, las hay...

P: Las primeras investigaciones en psicología deportiva se orientaban hacia el análisis de la personalidad de los deportistas, el ver qué deportes encajaban mejor con qué tipologías, la detección de «talentos», etc. Hoy estos enfoques

- siguiendo la evolución de la psicología en general- están obviamente caducos. Pero, ¿cuáles son las tendencias actuales de investigación en este ámbito?

R: En cuanto a investigaciones recientes yo os puedo hablar del último congreso de la FEAPAFDE, donde había trabajos muy diversos. Así, el estrés es un tema de trabajo e investigación muy de moda. Por ejemplo, Guillermo Pérez ha investigado sobre el coping, sobre afrontamiento de situaciones, (afrontamiento en el sentido de tener ideas positivas de las cosas, de eliminar las negativas). Ahora él está interesado en el tema de la táctica y de cómo analizar el gesto y la táctica deportiva, pero la táctica como convención, o sea, la idea de cómo crear hábitos en el contrario, tirar siempre de un sitio, luego del otro,... Creo que son cuestiones interesantes para trabajar los psicólogos. Están los estudios sobre los estilos de los entrenadores, como los de Jaime Cruz y sus colaboradores acerca de las formas de enseñar mejor en los entrenamientos, y otros trabajos concretos, como la modificación de ingesta de agua en tenistas de mesa, porque parece ser que bebían en el momento inoportuno; en este caso el psicólogo se ocupa de cómo cambiar los hábitos de ingesta. También hay quienes trabajan el tema de la rejilla de Kelly, (algo parecido a un sociograma), pero esto son líneas de trabajo de distinta orientación teórica. Joan Riera, por su parte, está dedicado ahora profesionalmente, como asesor en el Comité Organizador de la Olimpiada de Barcelona 92 en temas de arbitraje.

P: ¿Y cuál es tu línea de investigación en estos momentos?

R: Tengo trabajos en marcha tratando de investigar y ensayar la delimitación y representación general de la conducta psicológica, siguiendo un modelo interconductual, y tomando el deporte como realidad a partir de la cual se hace investigación. Espero que el trabajo teórico permita ir configurando una Psicología General, a la vez que unos conocimientos que sirvan a la educación física y el deporte. Últimamente me intereso mucho por temas de lenguaje y deporte, ahora tengo un alumno que está trabajando sobre lenguaje, poniendo de manifiesto los líos que tiene el lenguaje en

el mundo deportivo, como primer paso para aclarar problemas de técnica y táctica, ver resultados de percepción y de palabras que se utilizan en muchos sentidos...

P: En este sentido, ¿cómo se articulan las investigaciones de índole más básica con su posible repercusión en el campo aplicado?

R: Creo que una buena psicología será la mejor garantía de una psicología aplicada. Y también, los temas de percepción y lenguaje pueden ser de utilidad inmediata en la mejora de la técnica y la práctica deportivas. Aunque actualmente hablamos poco de eso, pienso que en el aprendizaje de la técnica y la táctica hay aspectos psicológicos claves. Más clara puede ser la aplicabilidad de otras investigaciones que realizo, como por ejemplo, sobre el fenómeno del *jet-lack* y su influencia en la práctica del deporte, como ver si la gente rinde peor a causa de las pérdidas de sueño, de los cambios en las horas de dormir,...

En general creo que la investigación redundará en una mayor profesionalización de las técnicas deportivas. Para ello es importante no crear conflictos profesionales y saber ofrecer el conocimiento psicológico.

P: Para finalizar, alguna cosa que recomendarías a los que se inician o se quieren dedicar a la psicología del deporte.

R: Pues tal vez algo que no he dicho pero que a mí me parece básico, y es que dejemos un poco los diagnósticos (antes parecía que sólo estábamos para diagnosticar). Esto se ha perdido ya bastante (al menos en Cataluña) aunque todavía hay gente que se empeña en diagnosticar, pero mi experiencia, y la de los más veteranos, es que este papel es dualista y además inoperante, y al final no resuelve los problemas. Para mí la psicología es mucho más de análisis y aplicación, pero de diagnóstico de lo concreto y de aplicación de técnicas para resolver lo concreto; es una psicología que da más resultado, que no es tanto una psicología de bola de cristal, de encontrar la personalidad del atleta campeón o del equipo ganador, sino una psicología de ver en qué falla el sujeto y cómo se puede arreglar esto. La psicología es

mucho de análisis y aplicación cercana al comportamiento.

P: Es decir, enseñarles a analizar para que luego analicen ellos lo que quieran analizar.

R: Lo puedes hacer tú o enseñar a entrenadores para que lo hagan, las dos cosas: un poco en la línea de trabajo conductista. En lugar de hacer diagnóstico, llegar allí y ¡ajo! si el sujeto no hace bien esta jugada, pues venga, mantenemos la jugada a ver dónde se falla y a ver cómo podemos enseñarle mejor a jugar. En esto no se ha variado y en este sentido seguimos siendo, yo diría, conductistas. Pero bueno, esto no es «ser conductista», esto es hacer una ciencia como hacen los demás. Los fisiólogos hacen igual: si lo que pasa es que un atleta se cansa, pues vamos a ver cómo le preparamos para que no se canse tanto, pero no vamos a decir este tipo es «cansable» o no, aunque ellos también lo hacen, porque lo fisiólogos son muy diagnosticadores. Pero la fisiología que interesa al mundo del deporte es una fisiología no tanto de encontrar tipologías, sino de ver qué tipo de problemas tiene un sujeto y cómo podemos resolverlos, porque no se encuentra en psicología -ni en fisiología- el tipo «campeón».

P: El campeón se hace, no se diagnostica.

R: Incluso en fisiología, porque hay tipos que son «patatas», pero que por las cuestiones que sean... Mira por ejemplo en natación, cuánta gente que eran «piedras» han hecho buenas marcas.

P: Esta sería la clase de proceso que plantea mucho Ribes: todo es un proceso evolutivo.

R: Claro, cuando se habla de conducta humana - psicológicamente, algo que se construye- no se puede predeterminar lo que se va a construir, depende, la respuesta es siempre depende, ¿esta persona siempre ha sido un campeón o va a tener actitudes de campeón?, depende: depende de que se den unas circunstancias que hagan que este señor tenga actitudes de resistencia a la campeón?, depende: depende de que se den unas circunstancias que

hagan que este señor tenga actitudes de resistencia a la frustración, de motivación permanente, de mantener unos objetivos claros en su carrera,... depende; y si esto se le enseña va a ser un campeón, y si no...

Este enfoque contrasta con las creencias al uso, muy arraigadas en los medios deportivos -entrenadores, atletas, prensa, aficionados- acerca de las cualidades innatas de los deportistas. Sin poner en tela de juicio -por obvio- que determinadas características morfo-

lógicas o fisiológicas permiten o no destacar en -o incluso practicar- ciertos deportes es indudable que llegar a ser un buen deportista es, una vez más, y como se desprende de las palabras de Josep Roca, una cuestión de aprendizaje.

Esperemos que en el futuro se dejen de oír expresiones tales como que «Fulano es un delantero centro nato» o que «Mengano es un vallista nato», y que las autoridades competentes pongan más énfasis en formar buenos deportistas,

sin esperar tantos «nacimientos milagrosos».

Muchas gracias a Josep Roca.

Notas

* Los autores quieren agradecer expresamente a Francisco M. Romero Algarra el trabajo de transcripción de esta revista.

¹ Ribes, E. y López, F. (1985): *Teoría de la conducta*. México: Trillas.

² Riera, J. (1985): *Introducción a la Psicología del Deporte*. Barcelona: Martínez Roca.

Normas para la publicación de información sobre encuentros profesionales y científicos en *apuntes de psicología*

En esta sección los colaboradores que lo deseen podrán insertar información de congresos, jornadas, symposiums, cursos, etc de contenido científico y/o profesional que hayan tenido lugar o que estén pendientes de celebrarse.

Para su publicación el autor deberá atenerse a las siguientes normas:

- La extensión aproximada será de dos folios mecanografiados a doble espacio.
- Reseñar nombre de la convocatoria, lugar y fecha de celebración y entidad o instituciones organizadoras.
- Enunciar las conferencias, mesas redondas, etc más relevantes y los nombres de sus ponentes. En su lugar, resaltar la asistencia de personalidades de prestigio científico y/o profesional que hayan participado.
- Resumir brevemente aquellos aspectos del contenido que a juicio del autor de la información considere más importantes.
- Si el encuentro es de ámbito internacional, insertar un breve análisis estadístico de la participación española y, si es de carácter nacional, de la participación andaluza.
- Conclusiones generales y perspectivas de futuro.
- Nombre, apellido, domicilio y lugar de trabajo del autor de la información.

BOLETIN DE SUSCRIPCION

Revista del Colegio Oficial de Psicólogos.
Andalucía Occidental.

C/Palacio Valdés, 1. Bajo Dcha. 41005 Sevilla.
Tel. (95)466 30 76.

apuntes de psicología

Apellidos _____ Nombre _____

Profesión _____

Domicilio _____ Teléfono _____

Población _____ C.P. _____ Provincia _____

. Se suscribe por un año a *Apuntes de Psicología* a partir del N° _____ del _____ trimestre de 19 _____

- . Forma de pago:
- En efectivo.
 - Giro Postal o telegráfico.
 - Cheque adjunto n° _____
 - Transferencia bancaria a la c/c.60-05272-15 del Banco Popular Español, oficina principal, Sevilla.

- Se publican 4 números al año. Suscripción anual: - España: 1.500 ptas.
- Comunidad Europea e Hispanoamérica: 2.000 Ptas.
- Otros países: 3.000 ptas.

IVA Incluido.