

CONSIDERACIONES PARA LA PRACTICA DEL PSICOLOGO EN UN EQUIPO DEPORTIVO

Jorge A. Palacio*

* M.Sc. Profesor Asistente, Universidad del Valle. Director Cultural y Deportivo,
Universidad Javeriana, Cali.



Tomado de: Reflexión sobre las pinturas deportivas de Hans Erni/F.K. Mathys. En: Revista Olímpica. Lausana (Suiza). No. 271-272 (May.-Jun. 1990); p. 279.

La psicología deportiva ha cumplido varios roles durante su corto período de crecimiento, en los últimos 20 años. Intentos iniciales por proveer servicios psicológicos en deporte, estuvieron marcados por una orientación clínico-remedial, en la cual el psicólogo era consultado para el tratamiento de problemas individuales de naturaleza temporal o para resolver conflictos entre miembros de un equipo, que estaban dificultando el proceso normal de preparación deportiva (Ogilvie y Tutko, 1966). Esta orientación remedial fue transformada en una orientación preventiva, en la cual los psicólogos deportivos jugaron un papel más activo, que estaba básicamente dirigido a la prevención del surgimiento de problemas, a través de una intervención temprana (Geron, 1983). Por ejemplo, las formas tradicionales de presentación de las dinámicas de grupo en deporte, fueron dirigidas hacia la prevención de los conflictos potenciales de los miembros del equipo, en vez de estar dirigidas hacia la preparación de los deportistas para la obtención de objetivos específicos (Palacio, 1983).

En cualquier caso, los psicólogos deportivos no eran considerados como miembros importantes del equipo técnico, sino como ayudantes potenciales cuyos servicios podrían ser requeridos en situaciones de extrema necesidad. Con el notorio desarrollo de la investigación en psicología y los avances teóricos y técnicos, un más amplio interés

emergió. Profesionales en el área fueron experimentando mayor presión para llegar a ser directamente relevantes, los deportistas fueron experimentando con sus propias técnicas psicológicas y algunos entrenadores empezaron a establecer las relaciones conceptuales, entre las necesidades de la preparación psicológica y algunos de los más recientes desarrollos en el campo de la Psicología deportiva (Nideffer, 1981).

Como resultado de estos avances, la demanda de servicios psicológicos se vio incrementada, hasta el punto que la psicología deportiva ha sido considerada como una de las áreas más prometedoras en el campo de las ciencias del deporte (Blinkie y Botterill, 1978).

ROLES Y SERVICIOS PSICOLOGICOS EN DEPORTE

En un intento por ayudar a guiar a los psicólogos deportivos y educar a entrenadores y deportistas, la Sociedad Canadiense de Aprendizaje Psicomotor y Psicología Deportiva (C.S.P.U.S.P.) reunió varios expertos con el fin de delinear los criterios éticos para la práctica en el área. Este trabajo resultó en la publicación y difusión de un documento que señala cuatro roles que podrían ser jugados por aquellos individuos que trabajan en Psicología Deportiva. Estos roles podrían ser escogidos por el profesional en cuestión o ser impuestos por su formación previa (CSPLSP, 1982).

EL ROL CLINICO

Dada la naturaleza competitiva del deporte, que algunas veces está asociado con condiciones altamente estresantes, ocasionalmente se desarrollan problemas emocionales severos, que requieren una intervención clínica especializada (Nideffer, 1981). Este rol ha estado caracterizado por la participación de profesionales entrenados en Psicología (Ogilvie y Tutko, 1966) y ha llegado a ser poco común en la práctica (Nideffer, 1981). Con esta idea se quiere señalar, que el número de problemas clínicos encontrados en el trabajo con deportistas, es relativamente limitado. Ejemplos citados hacen referencia a deportistas desilusionados, causándose lesiones en momentos críticos y ciertos casos de depresión clínica después de dejar la práctica deportiva. Las personas indicadas para adelantar estos tratamientos requieren entrenamiento y

experiencia clínica (Salmela, 1983). Por eso se recomienda en estos casos, la asistencia de un Psicólogo clínico. De ese modo, este rol debería ser aislado y no incluido como responsabilidad específica del Psicólogo deportivo o del educador físico interesado en la materia (CSPLSP, 1982; Nideffer, 1981).

EL ROL EDUCATIVO

Este rol está relacionado con los servicios educativos para deportistas, entrenadores, padres, administradores deportivos, árbitros y público en general. Dos tipos de orientaciones son incluidas. Primera, hay una orientación informativa que incluye la provisión de información a deportistas y entrenadores, acerca de los beneficios potenciales de los factores psicológicos sobre el aprendizaje y el rendimiento, la discusión sobre los aspectos psico-evolutivos de la participación deportiva y la influencia de dicha participación sobre el crecimiento personal. Segunda, una orientación hacia la consejería que incluye aspectos tales como la consideración sobre los cambios en la carrera deportiva o el retiro, la confrontación con el éxito sorpresivo, el manejo de las relaciones familiares y de pareja, y así sucesivamente. Este rol en cualquiera de sus dos formas, parece ser uno de los que ha dominado la práctica en el campo de la Psicología deportiva.

EL ROL DEL MEJORAMIENTO DEL RENDIMIENTO

Este rol indica la participación del psicólogo deportivo como facilitador en el proceso de adquisición y desarrollo de habilidades motrices y psicológicas, a través de la utilización de varias técnicas de autorregulación y autocontrol. Segundo, este rol implica la utilización de conocimiento psicológico para facilitar la comunicación entre los deportistas, y el mejoramiento de la motivación y las relaciones interpersonales que pueden aumentar el rendimiento y la satisfacción en la práctica deportiva. Finalmente, este rol implica la participación del Psicólogo Deportivo en la planeación e implementación de los programas de preparación competitiva. El conocimiento adecuado de las demandas específicas del deporte y una gran claridad acerca de las limitaciones de tipo técnico son requeridas.

EL ROL DEL INVESTIGADOR - EVALUADOR

La utilización de técnicas de evaluación tal como la entrevista estructurada, observaciones comportamentales, información sobre el rendimiento y pruebas psicológicas son importantes para decisiones de selección y seguimiento, desarrollo de programas o propuestas de investigación. Esto requiere conocimiento especial sobre los aspectos técnicos de los procedimientos de evaluación y el respeto hacia los derechos de los deportistas (Kill, 1979). Este rol también implica el compromiso del psicólogo con el avance del conocimiento teórico y la dirección práctica de la intervención, debida a la utilización de estos procedimientos.

Esta formulación de los roles elaborada por la Sociedad Canadiense de Aprendizaje Psicomotor y y Psicología Deportiva (CSPLSP, 1982), es muy similar en su concepción a la propuesta por el Comité Olímpico de los Estados Unidos, que ha organizado los servicios en torno a tres roles específicos: clínico, educativo e investigativo (USOC, 1983); Palacio (1985, 1989) ha desarrollado una conceptualización de esos roles, proponiendo un modelo integral de servicios en psicología deportiva.

MODELOS ACTUALES PARA LA PRÁCTICA EN PSICOLOGIA DEPORTIVA

Ciertos modelos han sido propuestos en psicología deportiva para guiar la práctica profesional. En general estos modelos han estado relacionados con la adquisición y desarrollo de habilidades psicológicas relevantes para el desempeño deportivo, (Martens, 1981) o con la preparación psicológica para la competencia (Tutko, 1982; Unesthal, 1983). Por ejemplo, Martens (1981) ha propuesto un programa de entrenamiento en habilidades psicológicas, dirigido a proveer las destrezas necesarias tales como control de la atención, desarrollo de la autoconfianza y destrezas interpersonales, en las cuales frecuentemente el repertorio de los deportistas es deficiente. Tutko (1983) ha organizado un programa de seis semanas con sesiones de 20 minutos por día, dirigido a enseñar relajación y práctica mental. Unesthal (1983) ha organizado un programa de 20 semanas con el fin de entrenar a los deportistas en la utilización de técnicas psicológicas, tales como relajación, entrenamiento en concentración, entrenamiento en activación, que pueden ser útiles para el

desarrollo de lo que él llama el Estado Ideal de Rendimiento. Estos modelos han sido concebidos para la facilitación del rendimiento. Como ha sido observado, el rol que caracteriza la intervención del psicólogo deportivo es el del mejoramiento del rendimiento. Sin embargo, este rol no es el único cumplido por el psicólogo. Algunos modelos para la práctica han sido propuestos o implementados, que pueden ser útiles en este contexto. Entre ellos encontramos el modelo autoeducativo de Orlick (1980) y Harris y Harris (1984), el modelo centrado en el entrenador de Railo y Unesthal (1979), y la Asociación Canadiense de Entrenadores (Salmela, 1983), y el modelo centrado en el deportista, de Nideffer (1981).

Modelos autoeducativos

El trabajo de Orlick (1980) y Harris y Harris (1984) son dos ejemplos de lo que puede ser llamado modelo autoeducativo o de autoayuda. En estos modelos, el psicólogo deportivo presenta información acerca de diversas habilidades psicológicas que de alguna forma influyen en el rendimiento deportivo. Entonces, una serie de técnicas, estrategias y procedimientos de autoevaluación son utilizados para el desarrollo de dichas habilidades. En este modelo, el papel del psicólogo deportivo es básicamente el de educador que usa diferentes mecanismos de información, tales como libros y artículos de revistas. Esta información es presentada en un lenguaje accesible, con el fin de facilitar la utilización por parte de deportistas y entrenadores. Se espera que la persona que utilice esta información, asume la responsabilidad por el resultado de los procedimientos utilizados. La diferencia básica entre la orientación de Orlick y la de Harris, es que el primero combina elementos de diversas escuelas psicológicas, mientras el segundo se concentra en trabajo cognitivo. Dado el carácter anónimo de los usuarios del servicio, la evaluación de este modelo es muy difícil.

Modelos centrados en el entrenador

Este ha sido uno de los modelos más ampliamente utilizados en la práctica. Dos ejemplos de este modelo son la experiencia escandinava (Railo y Unesthal, 1979) y la experiencia canadiense (Salmela, 1983).

En Escandinavia el trabajo en psicología deportiva ha sido ampliamente desarrollado, utilizando estrategias de naturaleza fundamentalmente educativa. Con el fin de llegarle a la mayoría de los deportistas, su método ha sido educar a los entrenadores, de manera que ellos puedan trabajar directamente con los deportistas. A los entrenadores se les enseña la teoría y la práctica en psicología deportiva, después de lo cual sigue un período práctico que los familiariza con varios métodos de trabajo. Este es un proceso continuo que les permite regresar más adelante, para trabajar con procedimientos más avanzados. Durante este tiempo, los entrenadores son supervisados por un psicólogo experto (Railo y Unesthal, 1979).

Otro buen ejemplo de este modelo es lo que ha ocurrido con Canadá a través de la Asociación Canadiense de Entrenadores (Coaching Association of Canada). A la fecha, más de 60000 entrenadores y deportistas han recibido conocimientos teóricos y prácticos, en clases regulares y seminarios especiales, incluyendo información general y específica en psicología deportiva y otras áreas de las Ciencias del Deporte.

Los programas tienen 5 niveles que incluyen tanto a los entrenadores principiantes como a los expertos internacionales. Los cursos son dictados por especialistas e incluyen temas como el procesamiento de información en el ser humano, el aprendizaje de habilidades deportivas, los motivos determinantes de la participación deportiva, el planteamiento de objetivos, el control emocional y la preparación psicológica para la competencia. Además este proceso educativo incluye el área de participación deportiva desde la iniciación hasta el retiro y su influencia específica sobre las relaciones personales (Salmela, 1983).

Modelos centrados en el deportista

Una tercera forma en la cual los psicólogos deportivos han ofrecido sus servicios es a través del modelo centrado en el deportista. En este modelo hay una relación directa entre el psicólogo y el deportista. En cierto sentido, el deportista puede consultar sin necesidad de ser autorizado o remitido por el entrenador. Al mismo tiempo, el psicólogo puede asesorar al deportista sin consultar de antemano al entrenador (Partington, 1982). Dos tipos de orientaciones han sido aplicadas con este modelo. La

primera es la consultoría, en la cual el psicólogo es consultado cuando ciertos problemas aparecen en el proceso de preparación o en general durante el período de participación deportiva. Algunas veces el entrenador demanda el apoyo del psicólogo para la planeación de programas.

Los aspectos más importantes son una orientación hacia la solución de problemas con una relación a corto plazo del psicólogo con el equipo, en un trabajo especializado. La intervención puede estar dirigida a todo el equipo o a un deportista en particular. En este contexto, cualquier servicio puede ser ofrecido y cualquier rol utilizado, pero casi siempre uno sólo a la vez. Los límites de la intervención están dados por el problema a solucionar. El psicólogo normalmente hace una intervención específica y deja a los entrenadores y deportistas el uso de las destrezas adquiridas. Esta orientación ha sido usada ampliamente en psicología deportiva. Un ejemplo es dado más adelante cuando se relata la experiencia de Suinn, y otro es el caso de Nideffer (1981).

Otra alternativa es tener al psicólogo inmerso en el sistema con los entrenadores y deportistas, trabajando día a día a través de la temporada (Lanning, 1980). Se podría hablar del "Psicólogo del equipo". Algunas de estas experiencias serán presentadas a continuación, para establecer esta función particular.

EL PSICOLOGO EN UN EQUIPO DEPORTIVO

Una de las formas actuales de participación del psicólogo en el deporte es como asesor de un equipo en particular. Esta orientación se refiere a la incorporación de servicios psicológicos de apoyo, en el contexto de un programa general de preparación deportiva (Rushall, 1979); también implica la incorporación del psicólogo entre el grupo de especialistas relacionados con el desarrollo personal y deportivo de los miembros del equipo (Vanek, 1977). Ciertas experiencias han sido relacionadas en la literatura (Henschen y Gordin, 1983; Orlick, 1984; Rushall, 1979; Suinn, 1979; Wilson y Minden, 1979) y algunas conclusiones generales pueden ser obtenidas sobre la práctica del psicólogo en un equipo. Una breve descripción y análisis será presentado aquí. Ellas han sido seleccionadas teniendo en cuenta su naturaleza representativa, en términos de las diferentes orientaciones utilizadas para la prestación de servicios, y la

reconocida importancia de los psicólogos que las han reportado. Dada la ausencia de modelos explícitos para la práctica, el análisis será usado con el fin de inferir los supuestos que subyacen en la participación del Psicólogo al lado de un equipo deportivo.

LA EXPERIENCIA DE HENSCHEN Y GORDIN

Descripción: Henschen y Gordin (1983) han relatado su experiencia con el equipo femenino de gimnasia de la Universidad de Utah. En el momento de ese reporte, este equipo había ganado dos campeonatos nacionales a nivel universitario (1981-1982). El programa psicológico fue organizado con una doble orientación hacia la consejería individual y las dinámicas de grupo. Cada área, tenía a su vez dos partes, un programa de evaluación y un programa de intervención. El entrenador y el psicólogo escogieron cinco variables psicológicas consideradas cruciales para el rendimiento en gimnasia: autoconcepto, estados emocionales, motivación para el logro, concentración y ansiedad. Algunos instrumentos fueron escogidos para evaluar esas variables. Una vez obtenidos los resultados de la evaluación, cada gimnasta fue asesorado individualmente en términos de sus fortalezas y debilidades. De acuerdo con estos parámetros, una variedad de intervenciones fueron empleadas con el fin de desarrollar las habilidades psicológicas deseadas. Paralelo a este programa de Consejería individual, un programa de dinámicas de grupo fue diseñado, donde a pesar que la gimnasia sea considerada como un deporte individual, la dinámica de grupos jugó un papel significativo en el éxito del equipo. Con el fin de determinar las actitudes de los gimnastas, sus interrelaciones y los canales de comunicación con el grupo, un test sociométrico fue administrado 4 veces durante la temporada. De acuerdo con Henschen y Gordin, estas pruebas indicaban lo que estaba sucediendo entre los miembros del equipo y permitieron determinar las técnicas apropiadas para trabajar con el grupo de deportistas.

Otra orientación utilizada para la dinámica de grupos fue la de establecimiento de objetivos. Cada gimnasta fue asesorado en la escogencia de los objetivos grupales e individuales. El compromiso para la obtención de esas metas fue mediado por un contrato. Finalmente según Henschen y Gordin, uno de los fundamentos principales del programa fue el crecimiento personal de los gimnastas como resultado de su participación en él.

Análisis: Con una vinculación a largo plazo en la preparación del equipo, los servicios se concentraron básicamente en la preparación psicológica del equipo, para la competencia. En este sentido los servicios estuvieron dirigidos a nivel del desarrollo de habilidades psicológicas, con una orientación hacia el logro de objetivos, usando el marco otorgado por un procedimiento de establecimiento de metas. El trabajo de grupo y el reconocimiento de las diferencias individuales fue una característica clara del programa, reflejado en su división en dos campos, de consejería individual y dinámicas de grupos. La preocupación por la investigación y la evaluación del programa y de la práctica del psicólogo no estuvo presente, y un cuidado especial por el crecimiento del deportista permaneció al nivel de los procedimientos de información. Esta experiencia se concentró en la preparación psicólogo para la competencia, de manera que el único rol cumplido por el psicólogo deportivo fue en relación con el mejoramiento del rendimiento.

LA EXPERIENCIA DE RUSHALL

Descripción: Rushall (1979) ha reportado su experiencia con nadadores y remeros y subraya algunos de los requerimientos más importantes para la efectividad del psicólogo, y los servicios específicos brindados. Primero que todo, la importancia del tiempo de interacción del psicólogo con el equipo fue considerado crucial, dado que entre más corta la duración de la interacción, más limitada la influencia potencial que puede alcanzar. Segundo, fue reconocido que el interés principal del psicólogo debe ser, hacer consciente a los entrenadores de las contribuciones valiosas que pueden ser hechas, ganar credibilidad a través de una efectividad demostrada, y ejecutar roles de apoyo más bien que competir con las actitudes del técnico. Tercero, se señaló que el psicólogo debería estar preparado para tener sus propias funciones, contribuciones y efectividad evaluadas.

Los servicios ofrecidos por Rushall incluyeron: la evaluación del comportamiento de los deportistas en situaciones específicas, a través de la utilización de inventarios de tipo comportamental; la evaluación de la satisfacción de los deportistas con el programa de entrenamiento, condiciones de vida, planes de preparación competitiva y aspectos relativos a las relaciones familiares; la transmisión de información no confidencial

a los técnicos, con el fin de realzar su efectividad; la evaluación de programas; la construcción de programas para mejorar el rendimiento de los deportistas; la prestación de servicios de consejería a través de sesiones estructuradas y no estructuradas con deportistas y entrenadores; y finalmente, la asesoría en programas de preparación psicológica y desarrollo de habilidades.

Rushall, sin embargo, no prevé información específica acerca de la organización de un programa de preparación competitiva, en el cual pudiera incluir los servicios prestados. Más bien, él concibe este programa como uno más de los servicios ofrecidos por el psicólogo. En resumen, Rushall ha reportado la provisión de servicios en las áreas de consejería, desarrollo de habilidades, preparación competitiva, educación de entrenadores, diseño y evaluación de programas e investigación, con una concepción del papel del psicólogo ejerciendo una labor de apoyo.

Análisis: La orientación de Rushall está caracterizada por la prestación de una amplia variedad de servicios a entrenadores y deportistas. Estos servicios no están concebidos dentro de la mira exclusiva de un programa de preparación psicológica para la competencia. Está concebida esta preparación más bien, como uno de los posibles servicios provistos por un psicólogo en un equipo. Un compromiso a largo plazo, servicios en varios campos o roles, y una combinación de búsqueda de objetivos y solución de problemas se encuentran en esta experiencia. Aunque el trabajo de grupo no es enfatizado, las diferencias individuales son tomadas en cuenta. La investigación aplicada y la evaluación es uno de los énfasis más importantes en la orientación de Rushall. Finalmente, la diversidad de servicios expresa una preocupación especial por el crecimiento personal del deportista y no solamente por el desarrollo de la excelencia deportiva.

Esta es una característica interesante de la orientación de Rushall, debido a que es uno de los pocos psicólogos deportivos que concibe la práctica como algo mucho más amplio que la preparación para la competencia. En este sentido, Rushall propone una segunda forma de organizar los servicios psicológicos en deporte, como una amplia variedad donde la preparación psicológica para la competencia sirve para la realización de los objetivos deportivos. Como comparación, Henschen y

Gordin (1983) proveyeron todos los servicios delimitados por el programa de preparación para la competencia. Parece que la orientación de Henschen y Gordin está concebida a la luz de los objetivos deportivos, y el crecimiento personal de los deportistas está subordinado al desarrollo de la excelencia. Con la orientación de Rushall la excelencia deportiva no es sino uno de los posibles objetivos que el psicólogo deportivo puede ayudar a alcanzar.

Aunque una diversidad de prácticas son usadas por Rushall, no es claro como estas prácticas pueden ser concebidas dentro de un marco general de acción. Más bien parece que Rushall ha reunido todas las posibilidades de servicios de una manera circunstancial, en vez de estar orientado por una planeación previa. En ese sentido, la experiencia de Rushall provee muchas claves aisladas para la conceptualización de un modelo para la práctica del psicólogo deportivo.

LA EXPERIENCIA DE ORLICK

Descripción: Orlick (1985) ha reportado su experiencia con dos equipos canadienses de Remo y Ski alpino, para los Juegos Olímpicos de Verano e Invierno de 1984. El programa psicológico incluido en el contexto de un programa de preparación competitiva, empezó con una sesión en la cual los deportistas fueron informados acerca de la importancia del entrenamiento mental en el proceso de preparación para la competencia. Durante esta sesión, un procedimiento de establecimiento de objetivos fue seguido, con el fin de determinar hacia donde iba el equipo y establecer el método, etapa por etapa, para la obtención de los objetivos. Una evaluación de las necesidades y los estilos de funcionamiento psicológico fue también implementado durante la sesión.

Dos días después una segunda sesión fue adelantada con el fin de compartir sugerencias para mejorar la armonía del equipo, revisar planes precompetitivos, focos competitivos y finalmente solicitar que ciertos formatos fueran llenados por los deportistas. El plan precompetitivo estaba dirigido a controlar sentimientos previos al evento. El plan competitivo estaba dirigido al control de la concentración durante el evento. Finalmente, ciertos planes fueron diseñados para manejar las distracciones, antes, durante y después del evento. Algunos días después,

una tercera sesión fue sostenida con el fin de establecer el contexto para la práctica, evaluación y refinamiento de los planes mentales. Con este marco general y la dirección dada por los planes diseñados, el programa de entrenamiento mental fue iniciado.

Con el fin de complementar este programa de entrenamiento, otros dos planes fueron diseñados. El primero dirigido al desarrollo de la armonía de equipo y la facilitación de las relaciones interpersonales entre los miembros del equipo y los deportistas y entrenadores. De acuerdo con Orlick, esta interacción constituye el punto más crítico debido a que confronta a técnicos y deportistas cotidianamente. La dedicación de los últimos cinco minutos de cada sesión de entrenamiento a expresar sentimientos acerca del trabajo, fue la estrategia sugerida por Orlick y utilizada por el equipo.

Un segundo plan, relacionado con los medios de comunicación, fue desarrollado para preparar a los deportistas a enfrentar entrevistas y manejar situaciones estresantes relacionadas con estos encuentros. Estos dos planes mostraron claramente que el psicólogo tiene que ver no solamente con el desarrollo de las habilidades deportivas sino también con las condiciones sociales y medioambientales que pueden influir en el desempeño de los deportistas.

Finalmente, la evaluación de los planes y la retroalimentación dada por los entrenadores fue señalada por Orlick como una de las estrategias más importantes para el desarrollo y refinamiento de los programas de preparación psicológica.

Análisis: La experiencia de Orlick es uno de los ejemplos de lo que los psicólogos deportivos pueden ofrecer en la preparación para una competencia específica. De hecho, este programa fue desarrollado con una meta general pero muy concreta, la cual consistió en la preparación psicológica para los Juegos Olímpicos. En este contexto, el papel central jugado por Orlick como psicólogo del equipo fue el del mejoramiento del rendimiento, dejando otros aspectos como la educación deportiva, como prácticas complementarias en el logro de este objetivo. La evaluación de necesidades y el establecimiento de objetivos sirvieron para establecer un programa, diseñado etapa por etapa, para el grupo y para cada deportista en particular.

La evaluación de los programas y de la práctica del psicólogo fue útil para obtener conocimiento práctico que puede ser utilizado en posteriores implementaciones de los planes de entrenamiento mental. Aunque una preocupación especial por el crecimiento personal de los deportistas no fue subrayado en su reporte, otros trabajos de Orlick (1980) manifiestan su amplio interés por esta dimensión de la participación del psicólogo deportivo. Finalmente, un compromiso a largo plazo con el desarrollo del programa, caracterizó esta experiencia.

En contraste con la experiencia de Rushall, Orlick parece tener un plan concreto como guía para su trabajo. Sin embargo, en la medida en que se concentra en la preparación del equipo para una competencia específica, muchos aspectos de la vida diaria de los deportistas parecen ser dejados a un lado. En ese sentido, varios componentes de esta experiencia se refieren a una dimensión muy específica de la práctica psicológica en deporte. Así, esta experiencia no provee una visión global de la práctica psicodeportiva. Sin embargo, provee sugerencias muy importantes acerca del rol de los planes de preparación como un aspecto central de la intervención.

LA EXPERIENCIA DE WILSON Y MINDEN

Descripción: Wilson y Minden (1979) reportaron su experiencia con el equipo femenino de gimnasia olímpica (artística) del Canadá. Ellos inicialmente pusieron en claro que como consultores psicológicos su papel básico era el de profesionales de apoyo, cuyos objetivos, funciones y preocupaciones estaban dirigidas hacia la actualización del potencial de los deportistas en el desarrollo de la excelencia, y en el bienestar mental y emocional. Entonces ellos enfatizan el valor de la orientación hacia el grupo, que brinda oportunidad de evaluar las situaciones y problemas de una manera continua. En esta forma, fueron capaces de trabajar hacia la solución de problemas y el desarrollo de programas específicos.

A partir de la definición de problemas específicos en deportistas y entrenadores, a nivel personal y deportivo, Wilson y Minden desarrollaron una serie de programas en relación con el manejo del estrés, la modificación cognitiva para el desarrollo del autocontrol y la autocon-

fianza, programas para padres, programas para deportistas en vías del retiro competitivo. Sobre la base de sus observaciones, Wilson y Minden consideraron que era importante cambiar el foco de su intervención, para incluir aspectos relacionados con los agentes críticos que rodean al deportista. Mucho de lo sucedido al deportista depende de estos agentes críticos, como entrenadores, padres, comité técnico y administradores.

Algunas sugerencias importantes han sido hechas por Wilson y Minden como resultados de su experiencia. Primero, el psicólogo debe ser una parte central del proceso deportivo, en el campo, el gimnasio o la piscina.

Es a este nivel que una asesoría significativa será dada y datos relevantes serán recogidos. Segundo, hay necesidad de un compromiso a largo plazo por el desarrollo de programas de intervención y de investigación aplicada. Finalmente, el deportista no es el único foco de la intervención psicológica, sino uno de los agentes críticos que incluyen entrenadores, familiares y administradores deportivos.

Wilson y Minden no desarrollaron un programa específico de preparación psicológico para la competencia. Más bien ofrecieron una amplia variedad de servicios, con el fin de solucionar problemas que pudieran afectar la salud psicológica del deportista.

Análisis: El supuesto básico que subyace en el trabajo de Wilson y Minden como psicólogos de un equipo deportivo, es su cuidado especial por la salud y el bienestar psicológico de los deportistas. Esta preocupación se manifiesta en la variedad de los servicios prestados, donde la preparación psicológica para la competencia no es el programa central. También se manifiesta en su preocupación por los agentes críticos que conforman el ambiente que rodea al deportista. La evaluación de los problemas y dificultades de los deportistas es el punto de partida de Wilson y Minden como psicólogos del equipo. A partir de la información obtenida por este proceso de evaluación, una serie de programas fueron diseñados, con el fin de resolver las dificultades encontradas. La preocupación por el bienestar psicológico de los deportistas, y la orientación hacia la solución de problemas, es muy similar a la orientación formada por los sistemas de salud pública. En este sentido, una orientación hacia la solución de problemas caracterizan el trabajo de Wilson y Minden.

La relación a largo plazo es considerada como un prerrequisito para la investigación aplicada. Las diferencias individuales fueron reconocidas, pero el trabajo de grupo no fue enfatizado. Como en el caso de Rushall, no parece existir una formulación especial de un programa de preparación psicológica para la competencia. Más bien, una participación a largo plazo como asesores con un enfoque médico de solución de problemas, ofreciendo servicios en todas las áreas requeridas, es el aspecto más importante del trabajo de Wilson y Minden.

LA EXPERIENCIA DE SUINN

Descripción: Suinn (1979) reportó su experiencia con varios equipos a nivel nacional universitario. El señala que la mayoría de los psicólogos deportivos están ofreciendo dos tipos de servicios, el primero como programa general y el segundo como orientación individual. En el primero, el psicólogo presenta una serie de sesiones de entrenamiento a todos los miembros del equipo, en prácticas específicas como manejo del estrés. En el segundo, con una orientación a la solución de problemas, un deportista puede querer trabajar en un problema específico. En esta forma, el programa general es complementado con el ajuste hecho a través de la solución de problemas.

La intervención de Suinn empieza en un procedimiento de evaluación comportamental dirigido a la identificación del comportamiento a lograr y las condiciones que previenen su aparición, antes de llegar a cualquier recomendación para el entrenamiento psicológico. Entonces algunas técnicas específicas son usadas, tales como la desensibilización, el entrenamiento para el manejo de la ansiedad (Suinn, 1975) y la técnica llamada "Visuo-Motor Behavior Rehearsal" (Suinn, 1973). Estas técnicas están dirigidas hacia el logro de objetivos particulares relacionados con el comportamiento deseado.

Suinn puntualiza que como en su trabajo clínico en modificación del comportamiento, su orientación en psicología deportiva está dirigida por la filosofía general del reentrenamiento en oposición al tratamiento, énfasis en la acción en oposición a la conversación, y su preocupación por la inmediatez de los resultados, en oposición al compromiso a largo plazo.

Análisis: La experiencia de Suinn es un ejemplo del trabajo del psicólogo como consultor. En general, esta orientación enfatiza la implementación de programas particulares, dirigidos al desarrollo de las habilidades relevantes para el desempeño deportivo, en la cual la relación con el equipo es a corto plazo. La relación de problemas es el modelo usado como complemento en el proceso de adquisición de habilidades.

En esta orientación, la prestación de diversos servicios no es subrayada, y el desarrollo personal del deportista no es una prioridad. Básicamente, se intenta ayudar a entrenadores y deportistas a sobrellevar ciertas dificultades deportivas. En este contexto, un compromiso a corto plazo y resultados inmediatos es lo esperado de la participación del psicólogo. Suinn no provee un modelo para la preparación psicológica, ni está interesado en las diferentes dimensiones de la práctica en psicología deportiva, diferente al mejoramiento del rendimiento. Su orientación es un ejemplo de la relación del psicólogo deportivo con un equipo, trabajando como consultor más bien que como psicólogo del equipo.

Conclusión: Hemos visto como la psicología deportiva aplicada se ha venido desarrollando a nivel internacional, en la ejecución de diferentes roles, como el clima, el educativo, el del mejoramiento del rendimiento y el de la investigación-evaluación.

También hemos visto como se han venido utilizando diferentes modelos de intervención, de carácter autoeducativo, centrados en el entrenador y en los deportistas.

Entre estos últimos, el modelo de participación del psicólogo en el equipo, como parte del grupo técnico, se ha ido consolidando poco a poco.

Diversas experiencias han sido descritas que dan luz sobre los requisitos necesarios para la participación del psicólogo deportivo (Tabla I).

Un modelo de intervención que cumpla con esos requisitos ha sido formulado por Palacio (1985, 1989) y ha servido como guía conceptual para la práctica del psicólogo en el deporte.

TABLA 1
Componentes en las experiencias de los psicólogos
en equipos deportivos

Autores Componentes	Henschen and Gordin (1983)	Rushall (1979)	Orlick (1984)	Wilson and Minden (1979)	Suinn (1979)
Compromiso a largo plazo	X	X	X	X	X
Servicios múltiples de intervención		X	X	X	
Prácticas orientadas por objetivos	X	X	X		
Trabajo centrado en el grupo	X	X	X	X	X
Diferencias individuales	X	X	X	X	X
Investigación aplicada		X		X	
Evaluación de la práctica			X		
Crecimiento personal		X	X	X	
Variables sociales y medioambientales		X	X	X	X
Evaluación de programas		X	X	X	

REFERENCIAS

Blimkie, C.J.R., & Botterill, C.B. Report on the survey of sport governing bodies'sport science needs. Canadian journal of applied sport sciences, 1978, 4 (3), 230-234.

Canadian Society of Psychomotor Learning and Sport Psychology. Sport and psychology: What ethics suggest about practice. Ethics committee report, 1982.

Geron, E. Application of psychological methods to competitive sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14:123-131, 1983.

Harris, D.V., & Harris, B.L. *The athlete's guide to sports psychology: Mental skills for physical people*. New York: Leisure Press, 1984.

Henschen, K. & Gordin, R. Psychological profiling is a necessity. In L.E. Unestahl (Ed.), *the mental aspects of gymnastics*. Orebro, Sweden: Veje Public. Inc. 1983.

Kill, B. Athlete's rights, the coach and the sport psychologist. In P. Klavara & J.V. Daniels (Eds.) *Coach, athlete and the sport psychologist*. Ottawa: Canadian Coaching Association, 1979.

Lanning, W. Applied psychology in major college athletic's. In R.M. Suinn (Ed.), *Psychology in sports*. Minneapolis, Minnesota: Burgess Publishing Company, 1980.

Martens, R. How sport psychology can help Olympians. In J. Segrave & D. Chu (Eds.), *Olympism*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1981.

Nideffert, R.M. *The ethics and practice of applied sport psychology*. Ithaca, N.Y. Movement, 1981.

Ogilvie, B.C. & Tutko, T.A. *Problem athletes and how to handle them*. London: Pelham, 1966.

Orlick, T.D. *In pursuit of excellence*. Ottawa: Coaching Association of Canada, 1980.

Orlick, T.D. *Psyching for sport*. Leisure Press, Champaign, 111., 1986.

Palacio, J. *Preparación psicológica de grupos deportivos para la competencia*. Bogotá, Colombia: Regional de Deportes de Bogotá, 1983.

Palacio, J. A Model for the team psychologist's practice. Mémoire de Maitrise, Université de Montréal, 1985.

Palacio, J. Un modelo para la práctica del psicólogo en deporte. Revista Javeriana, Cali, en imprenta.

Palacio, J. & Núñez, J. Notas sobre psicología deportiva. Bogota: Instituto Colombiano de la Juventud y el Deporte, 1983.

Partington, J.T. Models for practice I: Notes from Guido Schilling's workshop. In J.P. Partington, T. Orlick & J.H. Salmela, (Eds.). Sport in perspective. Ottawa: the Coaching Association of Canada, 1982.

Railo, W.S., & Unestahl, L.E. The Scandinavian practice of sport psychology. In P. Klavora & J.V. Daniels (Eds.) Coach, athlete and the sport psychologists. Ottawa: Canadian Coaching Association, 1979.

Rushall, B.S. Observations of psychological support services for elite sport teams. In P. Klavora & J.V. Daniels (Eds.) Coach athlete and the sport psychologist. Ottawa: Canadian Coaching Association, 1979.

Salmela, J.H. Sport Psychology In L. Gregory (Ed), An introduction to applied psychology. New York: Random House, 1983.

Suinn, R.M. Visuo-motor behavior rehearsal for athletes. Sports Medicine Journal, 6,1973.

Suinn, R.M. Anxiety management training for general anxiety. In R.M. Suinn & R.G. Weigel (Eds.), The innovative psychological therapies: critical and creative incidents. New York: Harper and Row, 1975.

Suinn, R.M. Behavioral applications of psychology to U.S. World Class competitors. In P. Klavora & J.V. Daniels (Eds.), Coach athlete and the sport psychologist. Ottawa: Canadian Coaching Association, 1979.

Unestahl, L.E. The mental aspects of gymnastics. Orebro, Sweden: Veje, 1983.

US Olympic Committee. US Olympic Committee establishes guidelines for sport psychology services. *Journal of sport psychology*, 1983,5, 4-7.

Vanek, M. The role of psychology in contemporary sport. In Coaching Association of Canada (Ed.), 1976 Post Olympic Games Symposium. Ottawa: Coaching Association of Canada, 1977.

Wilson V.E. & Minden, H.A. The Canadian approach to sport psychology. In P. Klavora & J.V. Daniels (Eds.), *Coach, athlete and the sport psychologist*. Ottawa: Canadian Coaching Association, 1979.