

La psicología del deporte en un programa deportivo para jóvenes: el pla de tecnificació

Guillermo Pérez Recio

ABSTRACT

The present paper deals with a model of intervention of the psychological service in a youths sports program aimed at high performances. General and specific program objectives are justified and developed on the basis of two main concepts: The importance of the interventions preventive character, and pedagogical dimension preeminence in detriment of an intervention focused on therapy or clinic. Foundations and strategies guided to prevent and decrease some stress sources that could affect young athletes are detached, as well actions directed to instruct their coping resources, that will be useful and necessary in their sports lives.

Explanation is organized in function of interventions type: Parents interactions; collaborations with trainers and physical educators; individual training; and talent detection.

RESUMEN

El presente artículo versa sobre el modelo de intervención del servicio de psicología en un programa deportivo para jóvenes orientado a la tecnificación deportiva. Se justifican y desarrollan los objetivos generales y específicos de la programación en base a dos conceptos clave: La preponderancia del carácter preventivo de las intervenciones, y la primacía de la dimensión pedagógica de las mismas en detrimento de un enfoque más orientado hacia la clínica o la terapia. En el texto se desglosan los fundamentos y

estrategias encaminados a prevenir y minimizar algunas fuentes de estrés que pueden afectar a los jóvenes deportistas, así como las acciones dirigidas a educar sus recursos de afrontamiento, que les serán útiles y necesarios en su desempeño como deportistas.

La exposición se organiza en función del tipo de intervención: Interacciones con los padres; colaboración con entrenadores y licenciados en Educación Física; entrenamiento individual; e identificación de talentos.

RESUM

El present article tracta del model d'intervenció del servei de psicologia en un programa esportiu per a joves orientat a la tecnificació esportiva.

Els objectius generals i específics es justifiquen i desenvolupen en base a dos conceptes clau: La preponderancia del caràcter preventiu de les intervencions i la primacia de la seva dimensió pedagògica, en perjudici d'un enfocament més orientat vers la clínica o la terapia. En el text es desglosen els fonaments i estratègies encaminats a prevenir i minimitzar algunes fonts de stress que poden afectar els esportistes joves, així com les accions encaminades a educar els seus recursos d'afrontament, que els seran útils i necessaris en la seva tasca esportiva.

L'exposició es troba organitzada en funció del tipus d'intervenció: Interaccions amb els pares; col·laboració amb entrenadors i llicenciats en educació física; entrenament individual; i identificació de talents.

EL "PLA DE TECNIFICACIÓ esportiva a Catalunya" es un programa deportivo para jóvenes promovido por la Direcció General de l'Esport de la Generalitat de Catalunya, que tiene como objetivos:

1. Establecer una estructura imprescindible para conseguir un deporte de alto nivel.
2. Promover la tecnificación deportiva para conseguir una elevación progresiva del deporte de alta competición.

(DGE, Publicació tècnica, 1986).

Para alcanzar estos objetivos el plan prevé la inclusión de una serie de técnicos y servicios dentro de él que posibiliten el seguimiento y control de todos los jóvenes deportistas. El servicio de Psicología es uno más a sumar a los confiados a médicos, licenciados en Educación Física y entrenadores nacionales.

El estrés psicológico, sus fuentes, y la psicología en el plan de tecnificación

Al tratarse de un programa deportivo en el que se buscan resultados a medio o largo plazo, se impone como tarea primordial conseguir un seguimiento y control del entrenamiento que permita tener garantías de que a estos jóvenes se les someterá a unas cargas y exigencias acordes a su grado de desarrollo, que sean asimilables y soportables por ellos, y que estimulen sus aprendizajes.

Hay niños y jóvenes que se divierten con el deporte de competición y con las situaciones que se dan en él. Ello es debido a que ese entorno competitivo les ofrece la oportunidad de demostrar lo que son capaces de hacer en una actividad que es importante para ellos. Pero hay casos también en que pueden experimentar demasiado estrés en estas situaciones y sentirse incómodos y ansiosos. Existen numerosos estudios que ilustran este fenómeno. Entre los clásicos cabe citar las experiencias de Martens (1982), Scanlan y Passer (1976,1979), y más recientemente a Roberts (1986). En estas circunstancias es posible que el deportista joven vaya apartándose progresivamente de esa actividad que le produce malestar y termine abandonándola a pesar de que le guste o de que esté realmente dotado para ella. Las razones que aducirá serán similares a las siguientes: "no me divertía", "tenía otras cosas que hacer", etc. En la base de esas afirmaciones hay una serie de relaciones complejas entre las capacidades del joven deportista; sus aspiraciones; la importancia que tiene para él ser competente en el deporte; sus relaciones con el entrenador/profesor; la opinión, apoyo y exigencias que percibe en sus padres... (El artículo citado de Roberts analiza algunas de estas variables y su implicación mutua).

Un buen programa deportivo para jóvenes debe tener en cuenta estas cuestiones. Por consiguiente, debe también programar y arreglar las cosas de tal modo que las fuentes de estrés que existan sean las menos posibles. También, llegado el caso, debe procurar mecanismos al joven para afrontar con éxito los problemas y conflictos que se encontrará en su desarrollo como persona y como deportista.

Hasta aquí hemos hablado de variables psicológicas y de su influencia en el deportista joven (evaluación, aspiraciones, afrontamiento de situaciones estresantes...). El servicio de Psicología del Plan de Tecnificación se fija, por tanto, como *objetivo principal* de su labor el minimizar todo lo posible las situaciones y condiciones que produzcan experiencias negativas en los jóvenes, y maximizar aquellas estrategias que posibiliten su desarrollo apropiado y un afrontamiento correcto de las situaciones de estrés.

¿Cómo llevar a cabo estos propósitos? El punto de partida de nuestro plan de trabajo queda recogido parcialmente en el siguiente párrafo de B.J. Cratty:

"Lo más importante de todo, al parecer, es que los adultos relacionados con el escenario deportivo juvenil tengan conciencia de los signos de peligro relativos a reacciones emocionales contraproducentes frente a la práctica deportiva" (Cratty, B.J. 1982, pág.332)

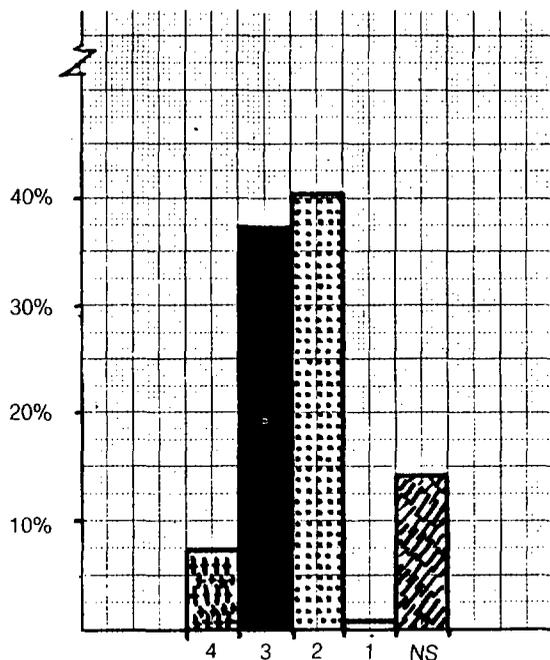
A esta atención por parte de los adultos a los síntomas de estrés nosotros queremos añadir una dimensión de prevención en nuestro programa. Del análisis de los aspectos negativos y de los factores que provocan estrés en los jóvenes se pueden extraer conclusiones que dirijan intervenciones eficaces para evitar su ocurrencia, previniendo así sus efectos negativos. Así pues, las intervenciones del servicio de Psicología están encaminadas a fomentar conductas positivas en los diferentes adultos que rodean a los alumnos del Plan y a eliminar en lo posible aquellas que puedan crear problemas a los jóvenes.

En los apartados que siguen desglosaremos estas intervenciones en función del grupo a que vayan destinadas (Padres de los alumnos, entrenadores y profesores de Educación Física, dirección del Plan, y los propios alumnos), así como sus correspondientes justificaciones en base a datos de experimentaciones y encuestas propias o procedentes de otras fuentes.

Padres de los alumnos

Hemos recogido algunos datos preguntando a nuestros alumnos sobre aspectos y opiniones que tienen que ver con sus padres.

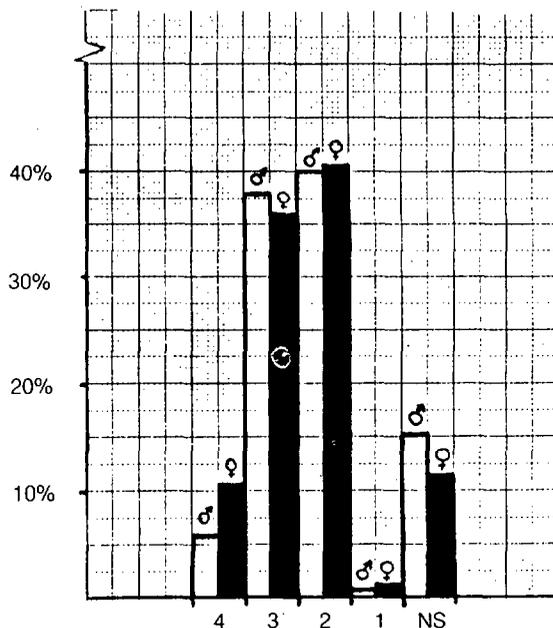
Se ha explorado el apoyo de los padres a la actividad tal como lo perciben sus hijos, y cómo



GRÁFICA 1. Valoración de la competencia deportiva del alumno que hace el padre, tal y como la percibe el joven. Los datos reflejan porcentajes en una escala de valoración. El polo superior de la escala es el "4" (muy bueno), y el inferior el "1" (malo). La categoría restante ("N.S") corresponde a aquellos sujetos que declaran no conocer la opinión de sus padres sobre este extremo.

piensan los alumnos que les ven sus padres deportivamente. Los resultados pueden verse en las gráficas 1 y 2, y en la tabla nº 2.

El apoyo de los padres a la actividad es bastante elevado, lo cual implica un índice de satisfacción alto con el programa por su parte. Con todo, en la tabla se puede comprobar que este apoyo es ligeramente inferior, en el caso de las madres,



GRÁFICA 2. Recoge los mismos resultados de la gráfica "1", diferenciando las respuestas de alumnos y alumnas. Se pretende comprobar si los alumnos perciben un apoyo diferencial en función de su sexo.

al señalado en los datos procedentes de las Escuelas Deportivas del I.N.E.F. de Barcelona.* Nota "1" a pie de página).

Complementariamente a este aspecto se exploró la opinión del alumno sobre la valoración deportiva que hacía su padre de él. La gráfica nº 1 se refiere a los datos totales y la nº 2 a la distribución por sexos de las respuestas. Sólo destacaremos dos comentarios de estas gráficas: Que no existen diferencias por sexos en estas

PADRES

Plan de Tecnificación	71.6%	18.6%	3%	6.7%
EE DD - INEF	78.4%	16.2%	1.1%	4.3%
	↑ APOYAN	↑ INDIFERENTES	↑ NEGATIVO	↑ NO SABEN
MADRES	↓	↓	↓	↓
Plan de Tecnificación	65%	26%	2.6%	6.3%
EE DD - INEF	80.5%	17.8%	0.5%	1.6%

TABLA 1. Apoyo de los padres al programa tal y cómo es percibido por sus hijos. Las categorías en las que se agrupan las respuestas son: "Apoyan" si perciben satisfacción con el programa; "Indiferente" si la actitud del padre o la madre no es ni positiva ni negativa; "Negativo" si se muestra poco satisfecho con el programa; y "No saben" si el alumno desconoce la opinión del progenitor sobre este aspecto.

NOTA 1. - Estos datos y otros que se ofrecerán más tarde proceden del proceso de elaboración de una encuesta aplicable en programas deportivos juveniles. En este proyecto trabajan técnicos de los siguientes programas: Escuelas Deportivas "Llor" de S. Boi de Llobregat; Escuelas Deportivas del I.N.E.F. de Barcelona; y del propio Plan de Tecnificación.

FUNCION PROPUESTA	\bar{x}	ORDEN
1. Tratamiento de patologías	2.3	4º
2. Valoración y orientación de problemas de conducta no relacionados con el deporte	2.3	5º
3. Asesoramiento y/o tratamiento de problemas de conducta relacionados con el deporte	3.8	1º
4. Información para la orientación deportiva y selección entre cursos	3.4	3º
5. Información de características del alumno (motivación, personalidad...)	3.5	2º

TABLA 2. Valoración de los técnicos del programa sobre posibles funciones del servicio de psicología.

valoraciones de los padres por lo que consideramos que no existe apoyo mayor a favor de ningún sexo; y que existe un porcentaje elevado, según nuestro parecer (14%), de alumnos que declararon no saber cómo les valoraban sus padres.

Las conclusiones que hemos extraído en el Plan de estos datos y de charlas y encuentros con los padres han sido:

1. Que con ser los índices de apoyo a la actividad altos, debe incrementarse el contacto y comunicación entre los técnicos (profesores/entrenadores/médicos) y los padres. No en balde los padres situaron en una encuesta solicitada por el Ministerio de Educación y Ciencia (EDIS, 1984) como aspecto más importante de un centro ideal "Que tenga buenos profesores", y en segundo lugar "El tipo de educación que se dé en él". El contacto y la comunicación regulares tranquilizará a los padres y les servirá para comprobar que sus hijos están en buenas manos, con unos programas y con técnicos adecuados. Estos contactos permitirán, por otro lado, proporcionar a los padres ocasiones para participar y colaborar más estrechamente en la educación que recibe su hijo.

2. Para complementar el punto anterior, se destaca la necesidad de proporcionar a aquellos padres que lo deseen pautas de comportamiento apropiadas para no crear problemas de ansiedad y estrés a sus hijos. Se impone informar a los padres de los síntomas posibles de ansiedad provocada por la competición, cómo pueden ellos aumentarla sin pretenderlo, y qué conductas respecto a sus hijos pueden ser las más apropiadas.

Para cubrir estos objetivos específicos dentro de nuestra labor se ha procedido a incrementar el número de contactos entre profesores, entrenadores y padres. Además de esto, se han comenzado a institucionalizar encuentros entre el servicio de Psicología y los mismos padres, encuentros que hasta el presente eran esporádicos. En estas reuniones se les informa a los padres de las reacciones emocionales y comportamentales de sus hijos ante el fenómeno del deporte de competición, así como de qué recursos disponen ellos para colaborar en la labor-formativa de sus hijos. Además,

se tratan todos aquellos aspectos e informaciones, así como todas las preocupaciones que puedan afectarles. Aparte de estas charlas grupales, los padres que lo desean pueden recibir orientaciones individualizadas para su caso concreto.

Entrenadores y profesores de educación física

Con el propósito de conocer la opinión de los entrenadores y profesores de Educación Física del programa sobre diversos aspectos de la Psicología del deporte infantil y juvenil les pedimos que valorasen una serie de cuestiones. Este trabajo se realizó en el marco de una encuesta más general (P. Recio, en preparación). Las cuestiones debían ser valoradas en función de su importancia, oscilando los valores desde "1" -no es importante, hasta "4"- muy importante. A continuación exponemos las cuestiones más valoradas por los técnicos del programa con las medias y desviaciones típicas de cada una de ellas:

- 1º "Estrategias para desarrollar la confianza en si mismo y mejorar el concepto de si mismo" ($\bar{x}=3.72$; d.t.=0.46)
- 2º "Detección y selección de deportistas jóvenes de élite por sus características psicológicas" ($\bar{x}=3.63$; d.t.=0.5)
- 3º "Como alcanzar el rendimiento óptimo" ($\bar{x}=3.54$; d.t.=0.68)
- 4º "Conductas del entrenador y sus efectos en los jóvenes" ($\bar{x}=3.36$; d.t.=0.5)
- 5º "Porqué dejan el deporte los deportistas jóvenes" ($\bar{x}=3.27$; d.t.=0.78)
- 6º "Habilidad para comunicarse: cómo pueden comunicarse mejor los entrenadores con los deportistas jóvenes" ($\bar{x}=3.27$; d.t.=0.78)
- 7º "Efectos que produce ganar y perder en los deportistas jóvenes" ($\bar{x}=3.18$; d.t.=0.4)

Los tópicos sometidos a encuesta eran en total 31. Los que se han expuesto aquí pueden dar una idea bastante cabal de las principales preocupaciones de los técnicos que imparten directamente la educación. Básicamente coinciden con las prio-

ridades que se reflejan en el estudio para todo tipo de profesionales de la actividad física y el deporte. Sólo son originales en la importancia que atribuyen a la detección de deportistas. Esto indica que los técnicos son conscientes de la prioridad del bienestar y de la educación integral de los jóvenes y que no pierden de vista este hecho por estar encuadrados en un programa orientado hacia el rendimiento. Un ejemplo ilustrativo de lo dicho lo constituye la valoración de la cuestión "Estrategias para mejorar el rendimiento en el entrenamiento de deportistas jóvenes de élite". Este tópico lo sitúan los técnicos del plan en el puesto decimoséptimo, y con una puntuación muy similar a la de la muestra general. Del mismo modo resulta evidente la preocupación que manifiestan los técnicos por comprender mejor la conducta de los alumnos (Cuestiones 4a, 5a y 7a) y las cargas a que están expuestos, así como de incrementar los recursos de que disponen para lograr

un nivel de enseñanza óptimo acorde a las necesidades del joven (Cuestiones 1a, 3a, 4a y 6a). Para complementar estos datos se les pidió a los técnicos que valorasen cinco posibles funciones de este servicio. La escala de valoración era idéntica a la explicada anteriormente. En la tabla 3 pueden verse las funciones propuestas; el valor medio de las valoraciones de cada una de ellas; y el orden de las funciones, siendo la primera la más valorada.

Lo primero que cabe deducir de las respuestas es el interés de los técnicos por conductas y problemas relacionados directamente con su trabajo diario (Funciones 3, 4 y 5), así como la pobre valoración que hacen de otras funciones más clínicas que se le han asignado al psicólogo tradicionalmente (Funciones 1 y 2).

Gracias a toda esta información: funciones de interés por un lado y problemática concreta por otro, y a los contactos mantenidos con los entre-

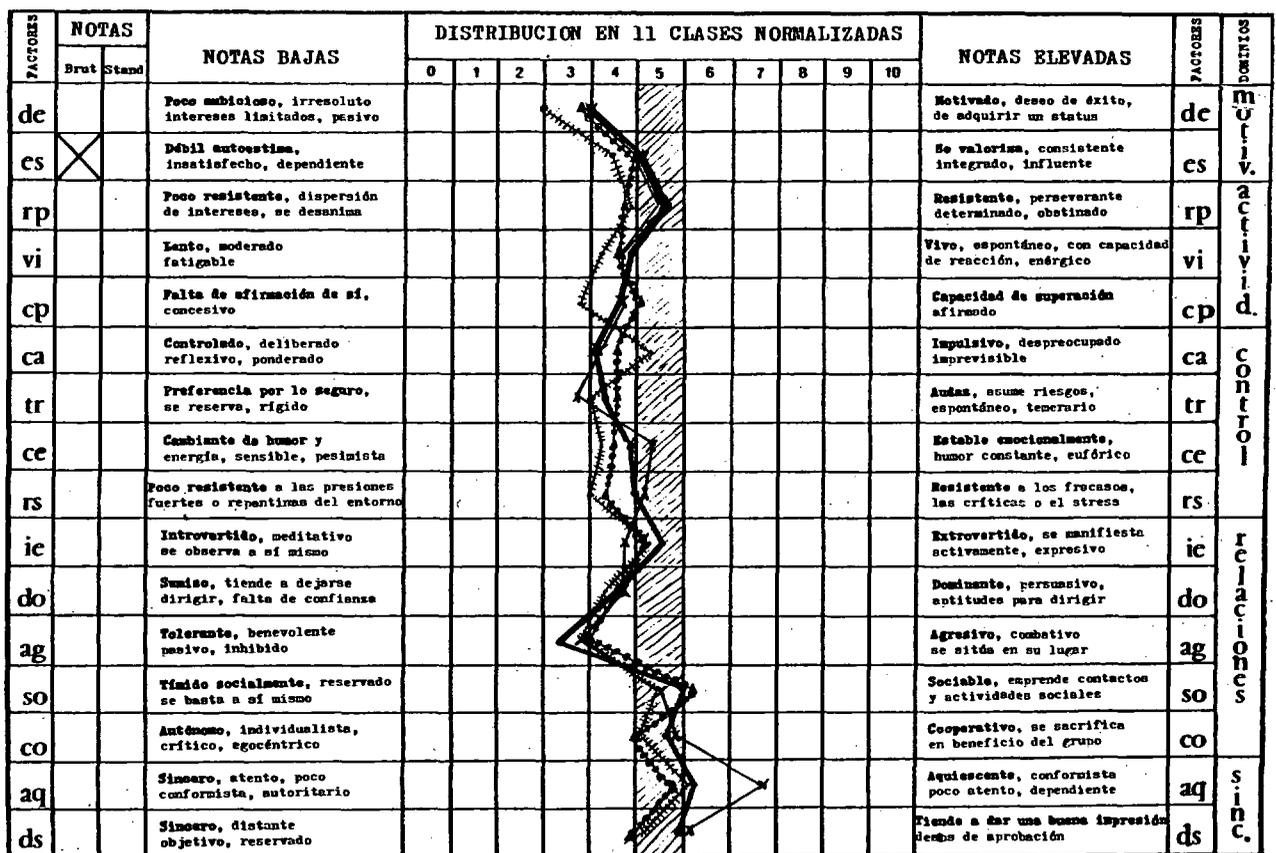
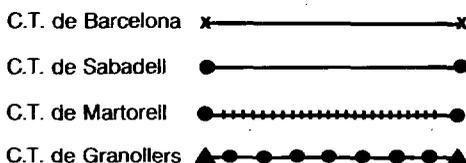


TABLA 3. Perfil de las medias de las puntuaciones de los alumnos de Atletismo del Plan de Tecnificación, según el baremo francés de la prueba de E. Thill "Questionnaire de Personalité pour Sportifs".



nadores y profesores hemos podido dirigir la intervención del servicio. Así, nos hemos fijado un doble objetivo:

1. Proporcionar información a los técnicos que les resulte útil para su labor diaria.
2. Trabajar conjuntamente con ellos en estrategias y métodos que optimicen la enseñanza (Algunos ejemplos pueden ser: mejora de las habilidades de comunicación, establecimiento de sistemas de autoevaluación y automonitoreización del rendimiento de los alumnos, control y mejora de algunos recursos pedagógicos...).

A continuación pasaremos a pormenorizar el modo de llevar a cabo estos objetivos específicos.

Informes:

La falta de pruebas, test y cuestionarios específicos de la situación deportiva es proverbial en nuestro idioma (Para un comentario más amplio sobre consideraciones metodológicas y sobre observación ver Riera, J. 1985, capítulo 3). Dada esta ausencia de pruebas adecuadas a nuestros fines hemos optado por una doble solución: realizar la adaptación de la prueba de E. Thill "Questionnaire de Personnalité pour Sportifs" (1983) por un lado, y elaborar nosotros mismos un modelo de encuesta que nos permita sondear algunos aspectos de la conducta de nuestros alumnos.

El cuestionario de personalidad deportiva nos ha parecido lo suficientemente específico de la situación deportiva como para que nos hayamos decidido a experimentar con él. La adaptación al castellano la estamos realizando en colaboración con el "Centro de Estudios del Alto Rendimiento Deportivo" de la D.G.E. En la tabla 4 puede verse el perfil de los alumnos de Atletismo de nuestros centros. Se han elaborado estos perfiles con la primera traducción del cuestionario, y refiriéndonos a los baremos originales franceses. En la figura se pueden ver los factores explorados y una explicación sucinta de los mismos.

La adaptación del cuestionario se encuentra avanzada, y en breve dispondremos de la versión definitiva del mismo.

¿Qué utilidad puede tener esta información? Algunos factores (DE, ES, CA, CE, RS) permiten hacerse una idea sobre el pronóstico deportivo a corto plazo (Thill, 1983, pág:29). Además, unidos al resto de factores, constituyen una información útil para el profesor/entrenador proporcionándoles datos sobre los cuales orientar la pedagogía en base a características individuales de los jóvenes a su cargo. Algunos ejemplos de toma de decisiones pueden ser: Puntuaciones elevadas en el dominio de relaciones, especialmente en el factor "dominancia" ayudan a decidir quién posee las mejores cualidades para ser capitán del equipo, quién es un buen elemento para conducir las relaciones del grupo...

Puntuaciones bajas en el dominio de control

indican al entrenador cuidado con las presiones y exigencias que ejerce sobre el joven. Puntuaciones bajas en el dominio de actividad alertan al educador sobre la necesidad de actividades más intensas para la puesta en marcha, calentamientos prolongados, etc.

Además de esta función informativa, consideramos el cuestionario como una ayuda potencial para la detección de talentos. Estamos dando los primeros pasos para poder comprobar la validez predictiva del cuestionario.

De los primeros trabajos realizados con la encuesta que comentamos en la nota "I" hemos recogido algunos datos que podrán resultar de interés para los técnicos del programa.

Por ejemplo, se han explorado los motivos que aducen los deportistas jóvenes de tres programas deportivos diferentes para hacer deporte. Los motivos explorados se determinaron en base a entrevistas realizadas en este servicio, y con el referente de los trabajos de Smoll y Schutz (1980) y de Smoll, Schutz y Wood (1981). Posteriormente hemos encontrado un trabajo paralelo de Tschakert & Burchardt (1986).

Relación de motivos explorados:

"Social": La participación en el deporte proporciona la oportunidad de conocer gente y entablar relaciones.

"Amical": La participación en el deporte permite continuar relaciones de amistad ya establecidas.

"Higiénico": La actividad física permite incrementar la salud y mantener el cuerpo en buenas condiciones.

"Estético": Les gusta participar en la actividad física por su belleza.

"Catártico": La actividad física permite reducir el estrés y olvidar problemas.

"Vértigo": Gusto por actividades con riesgo y que implican movimientos rápidos.

"Parental": Participar en el deporte agrada a los padres.

"Deportivo": Participar en la actividad física para llegar a ser un deportista de alto nivel.

"Recreativo": Participar en la actividad física proporciona diversión.

"Ascético": Gusto por participar en actividades con prácticas duras y prolongadas.

A continuación se presentan las diferencias encontradas en las respuestas de los jóvenes de los tres programas:

Los alumnos debían ordenar los motivos en orden a su importancia, por lo cual las medianas más bajas indican los motivos escogidos en primer lugar. En principio, podemos comprobar cómo la filosofía de base de cada programa se refleja en las respuestas de los alumnos. Los alumnos de las escuelas deportivas del I.N.E.F. declaran como motivo principal el recreativo, mientras que los de los otros dos programas postergan este motivo, primando más los aspectos

MOTIVO	Plan de Tecnif.	ORDEN	EEDD-INEF	ORDEN	Llor	ORDEN
Social	3.7	4º	3.6	3º	4.8	6º
Amical	4.55	5º	4.8	4º	5.6	7º
Higiénico	1.5	1º	2.4	2º	1.5	1º
Estético	3.5	3º	5.8	6º	5.8	8º
Catártico	5.4	9º	5.8	6º	3.4	5º
Vértigo	5.3	8º	7.2	9º	7.0	9º
Parental	9.1	10º	8.1	10º	7.7	10º
Deportivo	1.6	2º	5.7	5º	1.7	2º
Recreativo	4.6	6º	2.0	1º	3.2	4º
Ascético	4.8	7º	7.0	8º	2.8	3º

TABLA 4. Medianas y orden de importancia de los motivos para hacer deporte indicados por los alumnos de tres programas deportivos.

tos higiénico y deportivo. Otros detalles interesantes son las elecciones de los motivos sociales en el programa de tecnificación y la menor presión paterna en puntuación absoluta. Se les ha confiado a los entrenadores una información con los datos grupales e individuales de estos motivos refiriéndolos a las normas de todo el programa.

Dentro de esta línea de experimentación del cuestionario definitivo se ha explorado la opinión de los alumnos sobre las intencionalidades educativas de los profesores/entrenadores. Los aspectos explorados fueron los siguientes:

- Físico: si se incide en el trabajo de cualidades físicas
- Educativo: incidencia mayor en la enseñanza deportiva y otros aspectos (dominios cognitivos y sociales...)
- Rendimiento: si se incide en más intensidad en este aspecto.
- Recreativo: si el acento es más lúdico.

Los resultados son diferentes en función del programa y en función del deporte. En el programa de tecnificación el aspecto educativo era el más señalado (54% de alumnos), seguido inmediatamente del rendimiento (47,2%). Los aspectos físico y recreativo quedan más alejados (17% y 12.6% respectivamente). En las escuelas deportivas del I.N.E.F. el aspecto prominente es el recreativo, seguido del educativo, quedando postergados los aspectos de rendimiento y físico.

Dejamos para otra ocasión la pormenorización de resultados por edades, grupos, deportes, etc; así como los aspectos metodológicos de este trabajo. Hemos presentado este avance con el fin de dar una idea somera del tipo de información que se sondea para colaborar con los técnicos en la orientación de la enseñanza.

Estrategias y métodos de enseñanza:

Antes de entrar en detalles sobre este punto queremos resaltar un concepto que marca todas las intervenciones que se están desarrollando en este nivel: la necesidad de un trato absolutamente diferencial para cada profesor, entrenador, grupo

de entrenamiento y situación particular. Nuestros centros tienen la característica común de estar orientados hacia la tecnificación deportiva, pero aquí acaban prácticamente las semejanzas. Los deportes son diferentes y las edades a las que se requieren rendimientos también. Incluso existen diferencias de tratamiento en las programaciones de un mismo deporte en base a características especiales del grupo (iniciación más tardía, tecnificación más intensiva, etc). Es por ello que la intervención debe adaptarse a las circunstancias especiales de cada grupo de entrenamiento. Así, se ha optado por un acercamiento progresivo a cada grupo. El entrenador y/o el profesor exponen su problemática concreta, así como sus necesidades. Sólo después de este proceso se diseña la intervención concreta.

Como está fuera de lugar enumerar los planteamientos, observaciones e intervenciones seriamente dado que ocuparía mucho espacio comentaremos las tres líneas de trabajo que más se han utilizado en el Plan:

- Asesoramiento y apoyo técnico en la preparación psicológica general de los deportistas:

En otro lugar (P. Recio, b; en preparación) hemos defendido la necesidad de aplicar los contenidos de la Psicología al entrenamiento haciendo realidad el ideal de una preparación global que incluya contenidos físicos, técnico-tácticos y psicológicos. Para que un deportista pueda asimilar convenientemente este tipo de preparación es necesario un entrenamiento progresivo, iniciado ya cuando es joven (Rushall, 1979). Creemos que los entrenadores deben enseñar a sus deportistas jóvenes conductas para su preparación competitiva que les permitan afrontar las situaciones y poseer un control apropiado de sus rendimientos, de la misma manera que les enseñan habilidades o les ayudan a adaptarse al estrés físico. El modelo de entrenamiento aplicado pasa por dotar a los alumnos de habilidades en estrategias para afrontar las competiciones, técnicas de dominio del arousal competitivo, modos de eliminar la ansiedad, entrenamiento del control de la atención...

– Estrategias para minimizar las fuentes de estrés:

Como complemento al trabajo realizado con los padres que hemos expuesto más arriba, se han diseñado procedimientos en algunos grupos de entrenamiento para reducir el estrés del entrenamiento y la competición. Las prácticas educativas concretas pasan por la disminución de la carga evaluativa de comparaciones impropias (por ejemplo, exclusivamente centradas en comparaciones con el rendimiento de los compañeros o competidores, y no en el propio rendimiento y su incremento). Estimamos que la implantación de estos procedimientos proporciona un mayor bienestar y adaptación de la enseñanza a los alumnos.

– Control y modificación de recursos didácticos:

Se ha procedido a observar la dinámica de las sesiones de aquellos técnicos que lo han solicitado; para posteriormente diseñar estrategias pedagógicas tendentes a mejorar aquellos aspectos considerados como más necesarios. Ejemplos de cambios son: acciones del profesor que incrementan o disminuyen la motivación, estrategias destinadas a mejorar la cantidad y/o calidad de trabajo, cambios en la organización de la sesión o las tareas, inadecuaciones en las reacciones del profesor ante algunos conflictos, etc. Pueden consultarse los trabajos de Martin & Hrycaico (1983) y Smith, Smoll & Curtis (1979) para ampliar el estudio de las posibilidades de intervención a este nivel. Las técnicas de observación que se han utilizado son de propia construcción inspiradas básicamente en las técnicas de Diaz (1984), Smith, Smoll & Hunt (1977), y Grassing (1986).

Organización del plan

Dentro de esta esfera de intervención las posibilidades son muy variadas. Pero nosotros hemos marcado un tema prioritario: un sistema de detección de talentos adecuado a las características del Plan. ¿Porqué este tema y no otros tales como la accesibilidad de las instalaciones, la adecuación de los equipamientos, fomento de estrategias atractivas para los jóvenes, etc? Por dos razones principalmente. La primera tiene que ver con una consideración ética de base. Sin un sistema de detección correcto, dentro de las posibilidades técnicas y materiales del programa, corremos el peligro de alentar a jóvenes sin posibilidades reales de alcanzar las metas de alto rendimiento que se pretenden. Existen toda una serie de factores como la distorsión que introduce la edad biológica, la fiabilidad y validez de pruebas motrices y específicas, etc; que deben ser estudiados con cuidado a la hora de diseñar una estrategia de detección de jóvenes valores. Si esto no se tiene en cuenta se escogerá mal y, por consiguiente, se crearán unas expectativas falsas a los muchachos.

Cuando la maduración y el entrenamiento pongan en evidencia que no podrá alcanzar los niveles óptimos, el joven deberá enfrentarse a un cambio importante en sus conceptos y aspiraciones, cambio no exento de dificultades en algunos casos. Un sistema de detección adecuado tiene la virtud de minimizar este tipo de problemas.

La segunda razón es de orden metodológico. La validación del sistema de detección pasa por la evaluación continua de los resultados del programa. Esta evaluación (por supuesto, adaptada al programa humano que nos ocupa – ver Atkisson, 1978) permite validar a la vez (y evaluar, consiguientemente) las pruebas e intervenciones del servicio de Psicología.

Estas dos razones han determinado que este servicio colabore con otros técnicos del programa en la creación de este sistema de detección de talentos. Los primeros pasos están dados. Tras un análisis de los modelos existentes (Leger, 1985; Gimbel, 1976; Salmela & Régnier, 1983) y de discusiones sobre las necesidades concretas de nuestro programa así como de los determinantes propios de nuestra población y recursos, se ha llegado al desarrollo de un modelo propio. En él se añan la experiencia desarrollada por los técnicos durante los años de existencia del Plan y las virtudes e ideas aportadas por otros enfoques.

Un ejemplo de estos trabajos han sido los contactos personales que se han celebrado con los autores Leger y Salmela citados más arriba. No es éste el lugar apropiado para enumerar todo el proceso, por lo que remitimos al lector interesado al dossier "Identificación de talentos" (P. Recio, 1985).

Trabajo individualizado

Llegamos al último ámbito de trabajo del servicio de Psicología. El trabajo individual de casos remitidos por los padres o por los técnicos del programa. Esta intervención se lleva a cabo sólo cuando el problema concreto requiere una atención especializada. Siempre que es posible la intervención es indirecta, siendo agentes del cambio el entrenador o el profesor de Educación Física. En este área se dan dos tipos de intervenciones. Por un lado, aquellos casos que no tienen un origen o implicaciones claramente referidos a la práctica deportiva son remitidos a otros servicios de uso de la población general. Por otro lado, aquellas cuestiones que sí tienen que ver con el desempeño o formación deportivos, que son tratados directamente por este servicio.

La finalidad de este tipo de trabajo no se reduce a la mera resolución de problemas, sino que se basa también en una visión general de la preparación del deportista. Por ello, no se puede hablar de orientación clínica de un modo exclusivo por lo

que tiene de pedagógica. A la vez que se intenta solventar una problemática concreta se entrenan habilidades generales de afrontamiento que se puedan generalizar a las acciones que el joven realizará en el entrenamiento y la competición.

Este tipo de trabajo, con ser importante, no es el núcleo central de las intervenciones del servicio. De hecho, pensamos que sería preocupante la proliferación de intervenciones encaminadas a tra-

tar el estrés competitivo en jóvenes. La suficiente preparación de los técnicos y las medidas preventivas obvian este tipo de trabajo y consiguen que su incidencia sea muy limitada. Tal es el ideal al que aspiramos, conseguir una enseñanza, organización y relaciones capaces de ofrecer a los jóvenes oportunidades para desarrollar sus potencialidades sin menoscabar su salud.

Bibliografía

- ATKISSON, C.C Y OTROS (Eds.) "Evaluation of human service programs", Academic Press, New York, (1978)
- CRATTY, B.J. (1982) "Desarrollo perceptual y motor en los niños" Paidós, Barcelona.
- DIAZ, J. (1984) "Páginas psicológicas" Vb, 42: 24-25
- DIRRECCIÓ GENERAL DE L'ESPORT. Publicació tècnica. (1986). Barcelona "Plà de tecnificació esportiva a Catalunya"
- EDIS, (1984) Encuesta del CIDE. Datos publicados en "El País" Suplemento de educación, nº 115, 30 de Octubre.
- GIMBEL (1976) "Posibilidades y problemas de la investigación de talentos deportivos" *Leistungssport*, 6, (3); 159-167.
- GROSSING (1986) "Hoja de observación de situaciones de conflicto y reacciones correspondientes del profesor", Comunicación personal
- LEGER, L. (1985) "Talent detection" Jornades internacionals de Medicina i Esport. Granollers. (Hay traducción al Catalán: (1986) Dirrecció General de l'Esport. Publicació tècnica. "Recerca de talents en esports")
- MARTENS, R. (1982) "Per comprendre l'estrés en la competició" *Apunts d'educació física i medicina esportiva*, Vol. XLX, 257-268. (Traducción al castellano en la misma revista).
- MARTIN, G. & HRYCAICO, D. (1983) "Effective behavioral coaching: what's it all about?", *Journal of Sport Psychology*, 5: 8-20.
- P. RECIO, G. (1985) "Identificación de talentos: algunos pasos básicos". Documento de uso interno del Plan de Tecnificación.
- P. RECIO, G. (En preparación, a) "Psicología del deporte infantil, algunas opiniones de técnicos españoles".
- P. RECIO, G. (En preparación, b) "Afrontamiento y Psicología del deporte aplicada".
- RIERA, J. (1985) "Introducción a la Psicología del deporte". Martínez Roca, Barcelona.
- ROBERTS, G.C. (1986) "Actividad física competitiva para niños: Consideraciones de la Psicología del deporte". De próxima publicación en ACPE. "Primer Congreso Español de la Actividad Física y el Deporte" Barcelona.
- RUSHALL, B.S. (1979), "Psyching in Sport: The psychological preparation for serious competition in sport" Pelham, Londres.
- SALMELA, J.C. & REGNIER (1983) "Détection du talent, un modèle" *Science du Sport. Documents de recherche et de technologie*. Association canadienne des entraîneurs.
- SCANLAN, T.K. & PASSER, M.W. (1976) "The effects of competition trait anxiety and game win-loss on perceived threat in a natural competitive setting". Trabajo inédito, Departamento de Kinesiología, UCLA.
- SCANLAN, T.K. & PASSER, M.W. (1979) "Factors influencing the competitive expectancies of young female athletes" *Journal of Sport Psychology*, 1: 212-220.
- SMITH, SMOLL & CURTIS (1979) "Coach effectiveness training: a cognitive-behavioral approach to enhancing relationship skills in youth sport coaches". *Journal of Sport Psychology*, 1: 59-75.
- SMOLL & SCHUTZ (1980) "Children's Attitudes toward physical activity: A longitudinal analysis", *Journal of Sport Psychology*, 2: 137-147.
- SMOLL, SHUTZ & WOOD (1981) "A Psychometric analysis of an inventory for assessing children's attitudes toward physical activity", *Journal of Sport Psychology*, 4: 321-344.
- THILL, E. (1983) "Questionnaire de personnalité pour sportifs" Editions du Centre de Psychologie Appliquée. Paris.
- TSCHAKERT, R. & BURCHARDT, T. "Einstellungsprofile verschiedener Freizeitsportarten", trabajo inédito. DSHS, Colonia. .

Un movimiento puede ser analizado describiéndolo, es decir, sin relacionarlo con las sollicitaciones mecánicas que lo han originado. A este planteamiento se le conoce como análisis cinemático. Por contra, si durante el movimiento se consideran las fuerzas que actúan interna y externamente sobre el sistema en estudio, estamos entrando de lleno en el análisis cinético.

El análisis cinemático junto al análisis cinético constituyen los dos pilares básicos en los que se apoya el estudio de una determinada práctica deportiva. (P. Vera y colab.)

