

Idees per al desenvolupament d'una psicologia aplicada a l'esport de minusvàlids

Ideas para el desarrollo de una psicología aplicada al deporte de minusválidos

Dr. Jordi Segura i Bernal

L'esport de minusvàlids ha experimentat un gran avenç en les últimes dècades. És unànime l'opinió que a una persona amb discapacitat li és beneficiosa la pràctica esportiva. Avui dia aquesta opinió pot portar-nos a un tòpic. No fou així en altres èpoques. En l'actualitat, la pressió social, concretada en eslògans del tipus "esport per a tots", ha aconseguit un estat de consciència que podríem resumir en "és bo que tots fem esport". Tanmateix, de l'estat de consciència no hem passat a accions concretes d'intervenció social. Les iniciatives institucionals, o són incipients, i per això menyspreables, o queden en projectes de lloables propòsits. Segons el nostre parer, una acció social concreta i idònia és aquella en què es veuen implicats tots els nuclis del sistema social. Una acció així està encara per arribar.

Esport de minusvàlids: més enllà de la discapacitat

L'esport de minusvàlids físics i sensorials s'enganxa a l'últim esglaó de la rehabilitació. És evident que amb aquest grup de persones la rehabilitació és bàsicament motora. No ho és tant quan parlem dels disminuïts psíquics, perquè la seva afecció no implica únicament aquests aspectes, i sí aspectes psicomotors. En els primers, la tasca del metge i del fisioterapeuta s'orienta cap a la recuperació de la funcionalitat corporal de la persona. En els segons, parlem genèricament d'una reeducació psicomotora. Però en tots els casos existeix una discapacitat que va més enllà del component motor: una DISFUNCIONALITAT PERSONAL, global.

El deporte de minusválidos ha experimentado un gran avance en las últimas décadas. Es unánime la opinión que a una persona con discapacidades le es beneficiosa la práctica deportiva. Esta opinión puede antojar hoy en día una verdad de perogrullo. No fue así en otras épocas. En la actualidad, la presión social, concretada en eslogans del tipo "deporte para todos", ha logrado un estado de conciencia que podríamos resumir en "es bueno que todos hagan deporte". Sin embargo, del estado de conciencia no hemos pasado a acciones concretas de intervención social. Las iniciativas institucionales, o son incipientes —que no menospreciables—, o quedan en proyectos de laudables propósitos. En nuestra opinión, una acción social concreta e idónea es aquella en la que se ven implicados todos los núcleos del sistema social. Una acción así está aún por llegar.

Deporte de minusválidos: más allá de la discapacidad

El deporte de minusválidos físicos y sensoriales se engancha al último eslabón de la rehabilitación. Es evidente que con este grupo de personas la rehabilitación es básicamente motora. No lo es tanto cuando hablamos de los disminuidos psíquicos, porque su afección no implica únicamente esos aspectos, y sí aspectos psicomotores. En aquellos, la labor del médico y del fisioterapeuta se orienta a la recuperación de la funcionalidad corporal de la persona. En éstos hablamos genéricamente de una reeducación psicomotora. Pero en todos los casos existe una discapacidad que va más allá del

En tot procés rehabilitador s'han de distingir dues etapes. En finalitzar la primera, amb una incipient superació de procés traumàtic, la persona es va despenjant de l'organització assistencial de "xoc" i aprèn a afrontar LA SEVA discapacitat. Però llavors s'enfronta a una barrera més difícil de superar, si n'hi ha: la barrera de l'"handicap".

Es en aquest moment quan aprecia que no només és un minusvàlid, sinó que és també un "estorb" social. I és a partir d'aquesta segona etapa quan se li proposa la pràctica esportiva: fer esport l'ajudarà a mantenir la funcionalitat motora reapresa i, més important, fer esport li facilitarà reaprendre la funcionalitat psíquica i social. Aquest ha estat el camí seguit per molts esportistes.

Un sistema deficitari

Si bé durant la primera etapa de la rehabilitació l'encara malalt té accés a una assistència més o menys suficient, durant la segona el sistema troba més dificultats de resposta. I la resposta es canalitza, la majoria de les vegades, a través de la institució esportiva.

Fent un paral·lelisme amb el sistema educatiu, tota resposta d'educació integral de la persona inclou el foment de la pràctica físico-esportiva. Però moltes vegades els propòsits no reflecteixen les conviccions i no es requereix una anàlisi exhaustiva del sistema educatiu per constatar els déficits d'una pregonada educació integral.

Què podem dir del sistema esportiu per als minusvàlids? Si el cultiu dels aspectes corporals de la persona és indispensable per aconseguir el seu desenvolupament integral, és òbvia la importància de l'esport en el cas dels discapacitats, sigui quin sigui l'aspecte disminuït de la seva personalitat.

Una mostra de parquedat en l'acció social és l'escassetat de professionals implicats en la primera etapa de la rehabilitació. Aquest fet es fa més patent en la segona etapa, quan el minusvàlid s'enfronta a un món aliè a ell, amb totes les implicacions psicològiques que això representa. Per posar un exemple, la secció de lesionats medul·lars de l'hospital de Stoke Mandeville, bressol anglès de l'esport per a minusvàlids, no ha integrat un psicòleg fins fa poc més de dos anys. En aquest sentit s'ha de reconèixer que en el nostre país no perdem la iniciativa, i en el camp psicològic podem citar ja el treball d'alguns professionals que estan implicats en la tasca proposada; i no és d'extra-nyar que les seves aportacions provinguin de l'àmbit de l'esport de minusvàlids (Camprubí i Curcoll, 1991).

Aportacions d'una psicologia aplicada a l'esport de minusvàlids

Per què és necessària una ciència psicològica de l'esport de minusvàlids? Fins avui la bibliografia

componente motor: una DISFUNCIONALIDAD PERSONAL, global.

Hay que distinguir dos etapas en todo proceso rehabilitador. Al finalizar la primera, con una incipiente superación del proceso traumático, la persona se va descolgando de la organización asistencial "de choque" y, aprende a afrontar SU discapacidad. Pero entonces se enfrenta a una barrera mas difícil de superar si cabe: la barrera del "handicap".

Es en ese momento cuando aprecia que no sólo es un minusválido, es también un "estorbo" social. Y es a partir de esta segunda etapa cuando se le propone la práctica deportiva: hacer deporte le ayudará a mantener la funcionalidad motora reaprendida y, más importante, hacer deporte le facilitará re-aprender la funcionalidad psíquica y social. Este ha sido el camino seguido por muchos deportistas.

Un sistema deficitario

Si bien durante la primera etapa de la rehabilitación el todavía enfermo tiene acceso a una asistencia más o menos suficiente, durante la segunda etapa el sistema encuentra mayores dificultades de respuesta. Y la respuesta se canaliza la mayoría de las veces a través de la institución deportiva.

Haciendo un paralelismo con el sistema educativo, toda respuesta de educación integral de la persona incluye el fomento de la práctica físico deportiva. Pero los propósitos no reflejan muchas veces las convicciones y no se requiere un análisis exhaustivo del sistema educativo para constatar los déficits de una pregonada educación integral.

¿Qué podríamos decir del sistema deportivo para los minusválidos? Si el cultivo de los aspectos corporales de la persona es indispensable para alcanzar su desarrollo integral, es obvia la importancia del deporte en el caso de los discapacitados, sea cual sea el aspecto disminuido de su personalidad.

Una muestra de parquedat en la acción social es la escasez de profesionales implicados en la primera etapa de rehabilitación. Este hecho se hace más patente en la segunda etapa, cuando el minusválido se enfrenta a un mundo ajeno a él, con todas las implicaciones psicológicas que esto representa. Para poner un ejemplo, la sección de lesionados medulares del hospital de Stoke Mandeville, cuna inglesa del deporte para minusválidos, no ha integrado un psicólogo hasta hace poco más de dos años. En este sentido hay que reconocer que en nuestro país no perdemos la iniciativa, y en el campo psicológico podemos citar ya el trabajo de algunos profesionales que están implicados en la tarea propuesta; y no es de extrañar que sus aportaciones provengan del ámbito del deporte de minusválidos (Camprubí y Curcoll, 1991).

l'ha justificat presentant els beneficis psicològics en el minusvàlid que practica esport (Wright, 1983; De Pauw, 1984; Asken i Goodlin, 1986). Farem notar que la defensa exclusiva d'aquests avantatges es circumscriu en el camp d'una "psicologia de l'esportista minusvàlid", situada en la mentalitat d'una primera etapa de rehabilitació, de contingut més psicològic. Una resposta concloent ha d'anar més enllà del pur àmbit del minusvàlid, i assolir el nivell psicosocial.

L'aprenentatge funcional al qual abans al·ludíem implica, primer, un reajustament individual, i segon, un reajustament social. Per poder parlar de rehabilitació en un sentit total creiem necessari replantejar una ciència psicosocial de l'esport de minusvàlids, per dos motius:

- 1r) La ja assenyalada funció rehabilitadora i integradora en l'activitat físico-esportiva per al minusvàlid.
- 2n) La importància social de l'esport competitiu. Perquè aquest esport, pel que fa a estructura social, fa possible a la segona etapa de xoc (la de minusvàlids sistema social) el desenvolupament d'aquella acció social concreta, multidisciplinària i integradora.

Beneficis psicològics per al practicant

Hi ha íntima relació entre la pràctica físico-esportiva i les conseqüències psicològiques en el practicant. Citarem alguns exemples:

- L'amputat aconsegueix un reequilibri funcional motor i un reajustament en el seu autoconcepte i autoconfiança.
- El lesionat medul·lar utilitza la pràctica esportiva com a mitjà d'aprenentatge d'habilitats corporals lligades a l'ús de la cadira de rodes, i de reeducació de la seva conducta d'integració social.
- Gràcies a la mateixa pràctica, el deficient visual desenvolupa habilitats psicomotores com l'equilibri corporal i l'orientació espacial.
- El paralític cerebral granment afectat troba en la pràctica esportiva el canal per aconseguir l'aprenentatge d'habilitats comunicatives, de pautes de relació social i d'hàbits de relació interpersonal.
- La participació del deficient mental a l'esport competitiu li facilita, entre altres objectius, l'autoestimació per l'aprenentatge de noves habilitats, o la possibilitat de veure enriquides les pautes d'interacció interpersonal, amb tot el que això significa.

Un enfocament total en la psicologia de l'esport de minusvàlids

Amb el Model Tridimensional dels objectius socio-esportius (Segura, 1990) hem intentat explicar el funcionament de les organitzacions socials a

Aportaciones de una psicología aplicada al deporte de minusválidos

¿Por qué es necesaria una ciencia psicológica del deporte de minusválidos? Hasta el presente la literatura la ha justificado presentando los beneficios psicológicos en el minusválido que practica deporte (Wright, 1983; De Pauw, 1984; Asken y Goodling, 1986). Haremos notar que la defensa exclusiva de estas ventajas se circunscribe en el campo de una "psicología del deportista minusválido", situada en la mentalidad de una primera etapa de rehabilitación, de contenido más psicológico. Una respuesta concluyente debe ir más allá del mero ámbito psicológico del minusválido, alcanzando el nivel psicosocial. El aprendizaje funcional al que antes aludíamos implica, primero, un reajuste individual, y segundo, un re-ajuste social. Para poder hablar de rehabilitación en un sentido total creemos necesario replantear una ciencia psicosocial del deporte de minusválidos, por dos motivos:

- 1º. La ya señalada función rehabilitadora e integradora en la actividad físico-deportiva para el minusválido.
- 2º. La importancia social de deporte competitivo. Porque este deporte, en cuanto a estructura social, hace posible, en la segunda etapa de choque (la de minusválido/sistema social), el desarrollo de aquella acción social concreta, multidisciplinar e integradora.

Beneficios psicológicos para el practicante

Hay una íntima relación entre la práctica físico-deportiva y las consecuencias psicológicas en el practicante. Citaremos algunos ejemplos.

- El amputado logra un re-equilibrio funcional motor y un reajuste en su autoconcepto y su autoconfianza.
- El lesionado medular usa de la práctica deportiva como medio de aprendizaje de destrezas corporales-ligadas al uso de la silla de ruedas, y de reeducación de su conducta de integración social.
- Merced a la misma práctica, el deficiente visual desarrolla habilidades psicomotoras como el equilibrio corporal y la orientación espacial.
- El paralítico cerebral grandemente afectado halla en la práctica deportiva al canal para conseguir el aprendizaje de habilidades comunicativas, de pautas de relación social y de hábitos de relación interpersonal.
- La participación del deficiente mental en el deporte competitivo le facilita, entre otros objetivos, la autoestimación por el aprendizaje de nuevas habilidades, o la posibilidad de ver enriquecidas las pautas de interacción inter-personal, con todo lo que ello significa.

partir de l'estructura del Benestar Social, sumada a les ja clàssiques estructures Productiva i Educativa. Davant la disjuntiva d'una activitat orientada purament a la tasca ("produir més/millor") o d'una estructura normativa ("d'ensenyar als més/el millor"), apareix una tercera via, integradora, que es descobreix en una societat oberta a fenòmens com el temps de lleure o l'atenció als grups marginal o a la desviació social. Perquè el sistema socio-esportiu, i social en definitiva, resulti plenament enriquidor, les tres dimensions han d'ésser valorades. El nexu o vèrtex tridimensional és l'*interès pel moviment humà*; aquest interès ha de concretar-se en el valor de l'esport tant a nivell d'espectacle, com educatiu, com d'institucions dedicades a l'anomenat benestar social. En el cas de l'ESPORT DE MINUSVÀLIDS, serien tres les fites a aconseguir pel sistema social:

- 1r) Ús de l'activitat físico-esportiva com a eix de la integració educativa.
- 2n) Impuls de la participació del minusvàlid en tot tipus d'activitats físico-esportives.
- 3r) Facilitació de l'esport competitiu de minusvàlids. I serien tres els passos a seguir que afectarien ordenadament els aspectes ambientals, les persones implicades, les institucions educatives i esportives, i al públic en general (gràcies sobretot als *mass media*).
 - 1r Una adaptació ambiental.
 - 2n Una modificació de les actituds.
 - 3r Una adaptació institucional.
 - 4t Una redefinició dels valors socials.
 - 5è Una reintegració social.

Dos objectius i cinc propostes científiques

La proposta per a una intervenció psicosocial a l'esport de minusvàlids ha de seguir dos objectius fonamentals:

- 1r El benestar de l'esportista.
- 2n La integració del sistema socio-esportiu.

L'objectiu científic de la intervenció ja no serà únicament l'esportista, sinó la interacció esportiva en què aquest es veu implicat. També formen part d'aquesta interacció la resta d'elements del sistema esportiu, de tal forma que la incidència d'aquest esport en tota la institució aconseguirà canvis en si mateix com en tot el sistema. La ciència psicològica es converteix en imprescindible per aconseguir una anàlisi i una modificació autèntica dels comportaments, tant en el propi minusvàlid (primer afectat) com en la resta d'elements (família, tècnics, educadors, companys,...). Vegem finalment en què pot concretar-se aquesta intervenció.

1r *Desenvolupament d'una tecnologia psicològica específica*. Les tècniques d'entrenament psicològic i d'acarament de la competició són útils a tot esportista, ja que s'adapten a les característi-

Un enfoque total en la psicología del deporte de minusválidos

Con el Modelo Tridimensional de los objetivos socio-deportivos (Segura, 1990) hemos intentado explicar el funcionamiento de las organizaciones sociales a partir de la estructura del Bienestar Social, sumada a las ya clásicas estructuras Productiva y Educativa. Ante la disjuntiva de una actividad orientada puramente a la tarea ("producir más/mejor) o de una estructura normativa ("enseñar a los más/lo mejor"), aparece una tercera via, integradora, que se descubre en una sociedad abierta a fenómenos como el tiempo libre o la atención a los grupos marginales o a la desviación social. Para que el sistema socio-deportivo, y social en definitiva, resulte plenamente enriquecedor, las tres dimensiones deben ser valoradas. El nexu o vértice tridimensional es el *interés por el movimiento humano*; este interés debe concretarse en el valor del deporte tanto a nivel de espectáculo, como educativo, como de instituciones dedicadas al llamado bienestar social. En el caso del DEPORTE DE MINUSVÁLIDOS, tres serían las metas a conseguir por el sistema social:

- 1º. Uso de la actividad físico-deportiva como eje de la integración educativa.
- 2º. Impulso de la participación del minusválido en todo tipo de actividades físico-deportivas.
- 3º. Facilitación del deporte competitivo de minusválidos.

Y tres serían los pasos a seguir que afectarían ordenadamente a los aspectos ambientales, a las personas implicadas, a las instituciones educativas y deportivas, y al público en general (merced sobre todo a los *mas media*).

- 1º. Una adaptación ambiental.
- 2º. Una modificación de las actitudes.
- 3º. Una adaptación institucional.
- 4º. Una redefinición de los valores sociales.
- 5º. Una reintegración social.

Dos objetivos y cinco propuestas científicas

La propuesta para una intervención psicosocial en el deporte de minusválidos debe seguir dos objetivos fundamentales.

- 1º. El bienestar del deportista.
- 2º. La integración del sistema socio-deportivo.

El objetivo científico de la intervención ya no será únicamente el deportista, sino la interacción deportiva en la que éste se ve implicado. También forman parte de esta interacción el resto de elementos del sistema deportivo, de tal manera que la incidencia de este deporte en toda la institución logrará cambios tanto en si mismo como en todo el sistema. La ciencia psicològica se convierte en imprescindible para conseguir un análisis y una

ques de cadascú. En aquest cas, l'adaptabilitat ha de començar per tenir en compte les característiques disposicionals dels subjectes. D'altra banda, és en la millora del rendiment on millor s'aprèn i es poleix l'aplicació de la tècnica.

2n Desenvolupament de l'estudi sobre la conducta participativa. El manteniment d'hàbits de pràctica esportiva, l'elecció d'activitat, i en general totes les decisions que afecten la carrera esportiva, són comportaments que en el cas del minusvàlid adquireixen gran rellevància, i en els quals influeixen un nombre més important de factors que els habituals.

3r Desenvolupament de l'estudi de les interaccions pròpies de les activitats esportives de minusvàlids a què s'incorporen elements específics de material i instrumental.

4t Desenvolupament de l'estudi psicològic de la pròpia competició esportiva, el seu reglament, els seus judicis i les seves valoracions. En especial destacarem aquí l'aportació de la ciència psicològica a la classificació funcional de l'esportista minusvàlid. Si admitem que aquesta ha de ser global, no limitada als aspectes motors, igualadora i equilibradora de cara a la disponibilitat de base dels competidors, es fa indispensable la inclusió dels continguts i dels mètodes psicològics en aquest procés.

5è Desenvolupament de plans de formació de tècnics vinculats a aquest esport, i de tècnics esportius que des d'altres àmbits (esportius, educatius i professionals) hauran de treballar amb minusvàlids pel que fa a l'objectiu finalista d'integració social.

Conclusió... i inici

Des de la perspectiva d'una psicologia i d'una psicologia social aplicades a l'àmbit de l'esport practicat per minusvàlids, no fem més que impulsar l'aplicació de la pròpia Llei d'Integració Social dels Minusvàlids. En efecte, ja abans d'arribar a parlar del comportament esportiu d'aquestes persones, en l'etapa del qual destaca el procés de classificació per a la competició des d'una aportació tècnico-esportiva (i no només mèdica), l'esmentada Llei defèn la creació d'equips multiprofessionals en el procés de Valoració de les minusvalideses, segons la garantia de integració a l'entorn socio-comunitari, així com també l'orientació terapèutica que determini les necessitats, aptituds i possibilitats de recuperació (article 10).

Correspondria a la pròpia ciència psicològica la seva preocupació per aquest tipus d'esport, tant pel que fa referència a objecte com a objectiu, promovent investigacions i intervencions, impulsant projectes docents i facilitant l'ampliació de coneixements per part dels professionals vinculats a la psicologia de l'esport.

modificación auténtica de los comportamientos, tanto en el propio minusválido (primer afectado) como en el resto de elementos (familia, técnicos, educadores, compañeros...). Veamos finalmente en qué puede concretarse esta intervención.

1º Desarrollo de una tecnología psicológica específica. Las técnicas de entrenamiento psicológico y de afrontamiento de la competición son útiles a todo deportista, ya que se adaptan a las características de cada uno. En este caso, la adaptabilidad debe empezar por tomar en cuenta las características disposicionales de los sujetos. Por otra parte, es en la mejora del rendimiento donde mejor se aprende y pule la aplicación de la técnica.

2º Desarrollo del estudio sobre la conducta participativa. El mantenimiento de hábitos de práctica deportiva, la elección de actividad, y en general todas las decisiones que afectan a la carrera deportiva, son comportamientos que en el caso del minusválido adquieren suma relevancia, y en los que influyen un número más importante de factores que los habituales.

3º Desarrollo del estudio de las interacciones propias de las actividades deportivas de minusválidos a las que se incorporan elementos específicos de material e instrumental.

4º Desarrollo del estudio psicológico de la propia competición deportiva, su reglamento, sus juicios y sus valoraciones. En especial destacaremos aquí la aportación de la ciencia psicológica a la clasificación funcional del deportista minusválido. Si admitimos que ésta debe ser global, no limitada a los aspectos motores, igualadora y equilibradora de cara a la disponibilidad de base de los competidores, se hace indispensable la inclusión de los contenidos y los métodos psicológicos en este proceso.

5º Desarrollo de planes de formación de técnicos vinculados a este deporte, y de técnicos deportivos que desde otros ámbitos (deportivos, educativos y profesionales) deberán trabajar con minusválidos en referencia al objetivo finalista de integración social.

Conclusión... e inicio

Desde la perspectiva de una psicología y de una psicología social aplicadas al ámbito del deporte practicado por minusválidos, no hacemos más que impulsar la aplicación de la propia Ley de Integración Social de los Minusválidos. En efecto, ya antes de llegar a hablar del comportamiento deportivo de estas personas, en cuya etapa destaca el proceso de clasificación para la competición desde una aportación técnico-deportiva (y no meramente médica), la citada Ley defiende la creación de equipos multiprofesionales en el proceso de Valoración de las minusvalías, en base a garantizar la integración en el entorno socio-comunitario,

así como la orientación terapéutica que determine las necesidades, aptitudes y posibilidades de recuperación (artículo 10).

Compete en fin a la *propia ciencia psicológica* su preocupación por este tipo de deporte, tanto en cuanto a objeto como en cuanto a objetivo, promoviendo investigaciones e intervenciones, impulsando proyectos docente y facilitando la ampliación de conocimientos por parte de los profesionales vinculados a la psicología del deporte.

Bibliografía

ASKEN, M.J.; GOODLING, M.: Sport Psychologi: an undeveloped discipline from among the sport sciencies for disabled athletes, 1986.

CAMPRUBÍ, M.; CURCOLL, M.L.: Perfil psico-social de un grupo de jugadores de basquet de competición en silla de ruedas. Papeles del 2º Congreso Mundial del COI en Ciencias del Deporte, 117, COOB'92, Diciembre, 1991.

CORTES GENERALES: Ley de integración social de los minusválidos, 13/1982 de 7 de abril.

DE PAUW, K.: Commitment and Challenges: sport

opportunities for athletes with disabilities, Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 55, 34-35. Adapted Physical Activity Quarterly, 3, 312-319, 1984.

GENERALITAT DE CATALUNYA: Llei sobre la promoció de l'accessibilitat i la supressió de barreres arquitectòniques, 20/1991 de 25 de novembre.

SEGURA, J.: L'entrenador esportiu: anàlisi d'un rol. Tesi doctoral no publicada. Universitat de Barcelona, 1990.

WEIGHT, B.A.: Physical Disability - A Psychosocial Approach, Harper & Row, N. York, 1983.