



Universidad de Chile
Facultad de Ciencias Sociales
Carrera de Psicología

COMPETENCIAS DEL PSICÓLOGO DEPORTIVO OPERANDO EN CONTEXTOS DE ALTO RENDIMIENTO

Memoria para optar al Título de Psicóloga

Autora:

Lic. Ps. Alejandra Alvear Marambio

Profesor Patrocinante:

Felipe Gálvez Sánchez

Asesor Metodológico:

Prof. Soc. Mag. Felipe Lagos Rojas

-Santiago, Chile 2011-

INDICE

| | |
|---|----|
| 1. RESUMEN | 5 |
| 2. INTRODUCCIÓN | 6 |
| 2.1 Fundamentación | 7 |
| 2.2 Relevancia Metodológica | 7 |
| 2.3 Relevancia Teórica | 8 |
| 3. ANTECEDENTES TEÓRICOS Y EMPIRICOS | 9 |
| 3.1 Breve historia de la Psicología del Deporte en Chile | 9 |
| 3.1.1 Historia de la Psicología del deporte para el alto rendimiento en Chile | 12 |
| 3.2 Actores del trabajo en deporte | 13 |
| 3.2.1 Entrenador | 13 |
| 3.2.2 Entrenador en contexto de Alto Rendimiento | 15 |
| 3.2.3 Psicólogo del Deporte | 16 |
| 3.2.4 Psicólogo del Deporte contexto de Alto Rendimiento | 19 |
| 3.2.5 Deportista | 20 |
| 3.2.6 Deportista contexto de Alto Rendimiento | 21 |
| 3.3 Condiciones para el Deporte de Alto Rendimiento | 22 |
| 3.4 COMPETENCIAS | 24 |
| 3.5 COMPETENCIAS DEL PSICÓLOGO DE ALTO RENDIMIENTO | 26 |
| 4. OBJETIVOS | 27 |
| 4.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN | 27 |
| 4.2 OBJETIVO GENERAL | 27 |
| 4.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS | 27 |

| | |
|---|----|
| 5. METODOLOGÍA | 27 |
| 5.1 ENFOQUE METODOLÓGICO | 27 |
| 5.2 PRODUCCIÓN DE DATOS | 29 |
| 5.3 TIPO DE ANÁLISIS | 29 |
| 5.4 MUESTRA | 30 |
| 5.4.1 Determinación de la muestra | 30 |
| 5.4.2 Caracterización de la muestra | 30 |
| 5.4.2.1 Deportistas | 30 |
| 5.4.2.1.1 Criterios de Inclusión | 31 |
| 5.4.2.1.2 Criterios de Exclusión | 31 |
| 5.4.2.2 Entrenadores | 31 |
| 5.4.2.2.1 Criterios de Inclusión | 31 |
| 5.4.2.2.2 Criterios de Exclusión | 32 |
| 5.4.2.3 Psicólogos Deportivos | 32 |
| 5.4.2.3.1 Criterios de Inclusión | 32 |
| 5.4.2.3.2 Criterios de Exclusión | 33 |
| 5. PROCEDIMIENTO | 33 |
| 6. ANALISIS Y RESULTADOS | 35 |
| 6.1 RELACION CON ENTRENADOR CUERPO TÉCNICO Y DEPORTISTA | 36 |
| 6.2 REQUISITOS INSTITUCIONALES | 42 |
| 6.3 CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES | 46 |
| 6.4 MÉTODOS Y/O TÉCNICAS | 61 |
| 7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES | 73 |

| | |
|---|-----|
| 8. REFLEXIONES | 79 |
| 9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS | 81 |
| 10. ANEXOS | 85 |
| 10.1 ANEXO 1: INDICE DE ENTREVISTAS | 85 |
| 10.2 ANEXO 2: ENTREVISTAS | 85 |
| 10.2.1 Entrevista a Deportista, E.14 | 85 |
| 10.2.2 Entrevista a Entrenador, E.10 | 92 |
| 10.2.3 Entrevista a Psicólogo Deportivo, E.3 | 102 |
| 10.3 ANEXO 3: TABLA RESUMEN DE ANALISIS ESTRUCTURAL | 112 |

1. RESUMEN

El presente estudio tiene por objetivo identificar cuáles son las competencias del psicólogo deportivo que opera en contexto de alto rendimiento. Para ello se recabó información a través de revisión bibliográfica e implementación de entrevistas semiestructuradas a entrenadores, deportistas y psicólogos deportivos de alto rendimiento. Posteriormente se realizó un análisis de contenido estructural con la consiguiente triangulación con la teoría, lo que permitió finalmente discutir y reflexionar acerca de los datos obtenidos, además de proponer lineamientos de conocimientos y enseñanzas básicos para la formación profesional del psicólogo deportivo.

Palabras clave: Psicólogo Deportivo, Competencias, Alto Rendimiento.

2. INTRODUCCIÓN

Desde los comienzos de la Psicología, esta disciplina se ha ido abriendo camino hacia una definición del rol que debe cumplir el Psicólogo en la medida en que su campo de acción se ha ido expandiendo en una gama variopinta de tipos de enfoques y formas posibles de intervención. Es así como hoy en día podemos encontrar distintas caracterizaciones de roles, modalidades y disciplinas que convergen en el trabajo del psicólogo operando en distintos contextos, llevando así los conocimientos y sus aplicaciones a diferentes comunidades con objetivos y necesidades diferentes que demandan los servicios de estos profesionales.

En ese sentido, resulta importante y necesario clarificar cual es el rol que debe llevar a cabo el Psicólogo del Deporte, es decir, su función y las competencias con las que éste debiera contar para ejecutar con excelencia su labor en el contexto del deporte de Alto Rendimiento.

Lo anterior, ha sido tema de investigación de distintos autores, poniendo el acento sobre el enfoque y las técnicas de intervención (clínica, laboral, comunitaria, etc.). Sin embargo, en el ámbito de la Psicología Deportiva de Alto Rendimiento, han sido insuficientes las investigaciones aplicadas que afirman la labor frente al medio deportivo (Cauas, 2008), lo que trae como consecuencia que las competencias requeridas para llevar a cabo ese rol no están del todo definidas, pudiendo encontrar en los textos un sinnúmero de perfiles del Psicólogo Deportivo (PD), funciones y formas de aplicarlas al campo de intervención, pero ninguna concepción global en cuanto a su rol.

Por otro lado, la importancia de la presente investigación radica en permitir al lector preguntarse acerca de si los planteamientos generales sobre las características del trabajo del Psicólogo del área del Deporte que se tienen hasta hoy, están presentes o son realmente relevantes (o necesarias) para la efectiva realización de la tarea y llevarlas a la práctica en la realidad Nacional, lo que determinaría una consecuente evolución en su demanda (prosperidad).

Tomando en cuenta lo anterior, no sería posible, entonces, poder definir cuál es la forma más “adecuada” de trabajo del PD; con quién debe trabajar; cuáles son las destrezas con las que debería contar; y a qué debe dar mayor importancia en su intervención, sino es

mediante la indagación de las opiniones elaboradas a partir de la propia experiencia de los distintos protagonistas de esta escena (Entrenador, Deportista y Psicólogo Deportivo, todos operando en un contexto de Alto Rendimiento).

Por lo tanto, lo que se busca es poder descifrar **¿Cuáles son las competencias con las que debiera contar un Psicólogo Deportivo para llevar a cabo su Rol en un contexto del Deporte de Alto rendimiento?**, con ello se podrá además identificar y describir la presencia, ausencia, indispensabilidad o irrelevancia de ciertas destrezas que debiera disponer un PD como requisito para operar en el área del Alto Rendimiento.

2.1 FUNDAMENTACIÓN

Si bien es posible encontrar bibliografía acerca de las características del objeto de estudio, es importante complementar y, de ser viable, contrastar esa información teórica con lo que está sucediendo actualmente en la práctica en la realidad nacional y así ir en la búsqueda de la producción de datos que nos indiquen la posible dirección en la cual se va desarrollando la Psicología del Deporte en el Alto Rendimiento, siendo éste el principal fenómeno (ámbito) el que nos interesa poder describir mediante el relato de la experiencia cotidiana de los actores principales de este escenario deportivo (Entrenadores, Deportistas y Psicólogos del Deporte de Alto Rendimiento).

Es entonces que, la relevancia de esta investigación radica en que los hallazgos obtenidos puedan servir de base de información para la creación de futuros programas de formación y/o cursos de especialización en Psicología del Deporte, además de una puesta en diálogo de la base en la que se sostienen actuales programas formativos. Las discusiones finales se propondrán como lineamientos de conocimientos y enseñanzas básicos para la formación profesional del PD, aludiendo al reposicionamiento de esta sub-área dentro de la Psicología como uno de los enfoques que debiera prosperar a futuro, incorporarla a la formación general del Psicólogo.

2.2 RELEVANCIA METODOLÓGICA

La presente investigación se llevará a cabo mediante una metodología de carácter cualitativo, ya que lo que se busca es la validación de datos y comprensión del fenómeno mediante la descripción de lo que la propia experiencia puede ofrecer en el discurso de los actores sociales a quienes se entrevistará dentro del universo del Deporte de Alto Rendimiento: Entrenadores, Deportistas y Psicólogos Deportivos, valorando así la voz de los principales actores en el proceso de producción de datos, no sólo el de los Psicólogos del Deporte, sino también incluyendo las otras partes del sistema de trabajo en esta área, debido a que la principal labor de los PDs se lleva a cabo mediante la intervención directa con el Deportista o mediante la intervención indirecta que se lleva a cabo con el Entrenador (Buceta, J. 2002).

Siendo así, se dará mayor énfasis a la generación de datos provenientes de personas que están estrechamente relacionadas con el fenómeno en cuestión (como son los anteriormente mencionados). Se triangularán así, ambas modalidades de recolección de datos (entrevistas y revisión bibliográfica) con análisis del investigador, lo que facilitará la complementación de la información recabada no sólo desde la autoobservación del Psicólogo del Deporte de Alto Rendimiento, sino también desde las distintas perspectivas que se tienen y que están estrechamente relacionadas al mismo objeto de trabajo, como es la optimización del rendimiento (como principal función del PD) para llevar a cabo una buena ejecución en situaciones de competencia deportiva.

2.3 RELEVANCIA TEÓRICA

Lo que se busca en este estudio, es poder contribuir al cuerpo teórico con una visión más panorámica acerca del tema de investigación, el cual apunta a poder describir las competencias que debiera tener el PD que opera en contexto de Alto Rendimiento, pero no sólo visto desde la opinión misma de los Psicólogos, sino también de aquellos a los cuales entrega sus servicios más directamente, lo que ayudaría a completar el escenario deportivo experimentado actualmente en la realidad Nacional, a través de un análisis de contenido estructural que abarcará los discursos de los tres tipos de muestra, siendo, por

lo tanto, las competencias del PD que trabaja en estos contextos, fruto del análisis descrito, contribuyendo a una mayor y mejor definición de su rol, además de algunas apreciaciones en torno a la formación en Psicología del Deporte.

3. ANTECEDENTES TEÓRICOS Y EMPÍRICOS

3.1 BREVE HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN CHILE

En general, la historia de la Psicología del Deporte ha estado asiduamente asociada a dificultades teóricas, metodológicas y a su ubicación poco definida dentro de la Psicología o de las Ciencias de Deporte, además de la confusa delimitación de su objeto de estudio. En el caso de Chile las cosas no han sido muy diferentes, ya que la Psicología del Deporte se ha mantenido con un bajo perfil incluso para las mismas personas involucradas en el área deportiva, siendo actualmente un área en pleno desarrollo de su actividad (Cauas, 2008).

En cuanto a la evolución de la Psicología del Deporte, se pasa de un primer período en el que predominaban los estudios de laboratorio sobre aprendizaje motor y los estudios descriptivos acerca de la personalidad del deportista, a un segundo período en el que predominan las aplicaciones prácticas, concediéndose mayor importancia al entrenamiento psicológico de los atletas a fin de aumentar el rendimiento en la competición (Cruz, 1992).

Por otro lado, Gil (1986) plantea que la Psicología del Deporte puede ser dividida históricamente en tres áreas especializadas: aprendizaje y control motor; desarrollo motor y psicología del deporte, estas áreas reflejan en cierta medida, durante un período de tiempo, la división general de estudios psicológicos en el deporte y en la actividad física (Rubio, 2001).

De acuerdo a los hechos más relevantes observados en esta disciplina, Rodrigo Cauas (2008) divide la psicología del Deporte en Chile en 4 períodos que van desde 1970 hasta nuestros días:

- I. Durante el período entre 1970 – 1979 se crea la Sociedad Chilena de Psicología del Deporte, la cual estuvo curiosamente integrada sólo por

médicos y dirigentes deportivos, sin contar con la presencia de psicólogos. Debido probablemente a esto, es que años más tarde se disuelve sin haber logrado iniciar o posicionar cabalmente la Psicología del Deporte en Chile (Cauas, 2010).

Antes de la creación de la Sociedad Chilena de Psicología del Deporte, el Profesor de filosofía de la Universidad de Chile Ariel Leporati, ya había publicado: “Psicología y Deporte. Un estudio exploratorio” (1970) y posterior a ello, en 1978, publica “La psicología del Deporte Hoy”. En 1972 se realiza, además, el primer congreso Internacional de Psicología del Deporte con la presencia de Ferruccio Antonelli, psiquiatra italiano y uno de los principales promotores de la psicología aplicada al deporte en el mundo.

Años más tarde, las labores realizadas en el Comité Olímpico de Chile (por Enrique Aguayo y Renato Ruiz) y en el Stadio Italiano (por Laura Traverso) son llevadas a cabo por psicólogos, lo que da inicio a un nuevo período de la historia de la Psicología del Deporte en Chile.

- II. En el Segundo período entre 1980-1994, debido al escaso interés de los psicólogos de integrarse a esta área, se experimenta una escases en investigaciones referentes al tema, además de la poca difusión y desarrollo de esta área en nuestro país, esto debido posiblemente a que las personas que ya se encontraban trabajando en el tema lo hacían de manera aislada, por lo que la información teórica y la metodología para llevarla a cabo en el campo de intervención no fue suficiente como para permitir que nuevos integrantes se dedicaran exclusivamente a trabajar en ese ámbito (Cauas, 2010).

Por otro lado, a causa de la precariedad teórica y experiencial en el trabajo con deportistas, sumada al poco interés por parte de los psicólogos en participar en ésta área, es que los intentos por formalizar la Psicología del Deporte se hace desde una concepción individualista, dejando de lado las asociaciones y el trabajo interdisciplinario.

El principal suceso de este período es la creación de la Sosupe (Sociedad Sudamericana de Psicología del Deporte) a cargo del Psicólogo brasileño Benno Becker, a la cual se integra el chileno Enrique Aguayo como uno de sus principales miembros (único representante de nuestro país) dando a conocer internacionalmente los pocos trabajos realizados sobre Psicología del Deporte en Chile.

- III. El Período del individualismo al asociacionismo (1995-2001) es de mayor relevancia debido a que el chileno Enrique Aguayo es elegido como presidente de la Sosupe, lo que confirma la integración del Chile en el contexto sudamericano.

Es bajo la presidencia de Enrique Aguayo, que en el 1996 se crea la Asociación de Psicólogos del Deporte con el fin de agrupar a los psicólogos deportivos en una instancia concreta, la cual tiene *“entre sus objetivos compartir experiencias, fortalecer el ámbito formativo y de alguna forma defenderse del traspié inicial y circunscribir ésta área exclusivamente a los psicólogos”* (Cauas, 2008, p. 49).

El año 1997 se realizan, casi simultáneamente, dos congresos: El primero organizado por la Universidad de Santiago que tuvo mayor carácter nacional. El segundo correspondió al 5to Congreso Sudamericano de Psicología del Deporte que organizó la Sosupe que contó con la presencia de psicólogos tanto chilenos, como de otros países de Latinoamérica.

Es relevante mencionar que, durante este período hubo una mayor cantidad de investigaciones en esta área, debido al aumento en la cantidad de estudiantes interesados en realizar su tesis de titulación en la temática. Además, aumenta el número de universidades que imparten cátedras de Psicología del Deporte dentro del país (Cauas, 2010).

- IV. En el Período del 2002 hasta nuestros días la característica principal es el crecimiento explosivo de profesionales. En este período nos encontramos con un elevado número de estudiantes en práctica y profesionales titulados en el ámbito de la Psicología del Deporte debido al incremento de electivos en las universidades tanto estatales, como privadas.

Adicionalmente, se crean nuevos espacios de trabajo que anteriormente no habían sido abarcados por psicólogos, tales como las escuelas deportivas, formativas y recreativas, dejando la supremacía del alto rendimiento.

En cuanto a la especialización, el año 2003 se crea en la Universidad Diego Portales en sinergia con la Fundación Ascende (Alicia Romero) y la Universidad de Illes Belears (Alexandre García Más) una serie de cursos sistematizados en un post grado.

Por otro lado, en el ámbito más científico, uno de los hechos que marca esta época se da el 2006, en Guadalajara, México, donde se desarrolla el *Primer Congreso de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte* (SIDP). Siendo en aquella ocasión Rodrigo Cauas quien expone acerca de la realidad de la psicología del deporte en Chile, participando, además, de una mesa redonda acerca de las dificultades cotidianas del psicólogo aplicado al deporte.

En Octubre del mismo año la Sosupe, presidida por el Uruguayo Lic. Carlos Ferrés, en conjunto con la Universidad de las Américas, organiza un nuevo congreso en Chile, teniendo entre sus invitados a Joaquín Dosil, Gloria Balagué y Ricardo Vega entre otros. Este evento se ha considerado como fundamental para la inserción definitiva de Chile en el ámbito internacional de la Psicología Deportiva.

3.1.1 Historia de la Psicología del deporte para alto rendimiento en Chile

En cuanto a la historia de la Psicología del Deporte en Chile aplicada específicamente al Deporte de Alto Rendimiento, cabe mencionar que la introducción de los psicólogos en el ámbito tradicionalmente considerado dominio de los entrenadores, se produjo no por iniciativa propia, sino a petición de los deportistas y de los entrenadores, quienes comprendieron que las exigencias del deporte de competición implican frecuentemente ejercitar al límite procesos psicológicos que deben ser tratados por especialistas en psicología (Lorenzo, 1996).

La psicología aplicada al deporte inicialmente estuvo delimitada exclusivamente para el deporte competitivo y, como señala García Ucha (1997), nace al alero de interrogantes en la forma de entrenar y competir en deportistas de élite (Cauas, 2007).

Por otro lado, y siguiendo a Rodrigo Cauas (2008), la psicología del deporte, en sus comienzos, estuvo centrada mayormente en el rendimiento deportivo y no tanto en el ámbito del ejercicio físico, siendo los principales temas de trabajos e investigaciones el cómo reducir la ansiedad pre competitiva en los deportistas, o cómo lograr que los deportistas permanezcan más tiempo concentrados en lo relevante de la ejecución deportiva y cómo evitar que ciertas características de la personalidad de los deportistas influyeran en su rendimiento deportivo.

3.2 ACTORES DEL TRABAJO EN DEPORTE

3.2.1 Entrenador

El entrenador es quizá quien cumple con el rol principal dentro del escenario deportivo en el cual también interactúan el psicólogo deportivo y su deportista, ya que, como plantea García Ucha, entre un 30 a un 70 por ciento de las solicitudes de intervención de un PD, es reclamada por los entrenadores y es por medio de su inter-vinculación que pueden llegar a un feliz término. Según Riviere (1972), el rol vendría siendo un modelo organizado de conductas del individuo, el cual se encuentra posicionado al interior de una red de interacciones, que responde, tanto a sus propias expectativas, como a las de los otros (Riviere, 1972, en García, 2006).

Específicamente, el rol del entrenador se enmarca dentro de aquellos comportamientos que responden a su posición social dentro de la actividad deportiva, la cual abarca la dirección, orientación y control de la actividad de los deportistas y, además, incluye un conjunto de tareas tanto implícitas como explícitas, las cuales comprenden su interrelación con el cuerpo técnico, jugadores, periodistas, padres y PD entre otros (García, 2006).

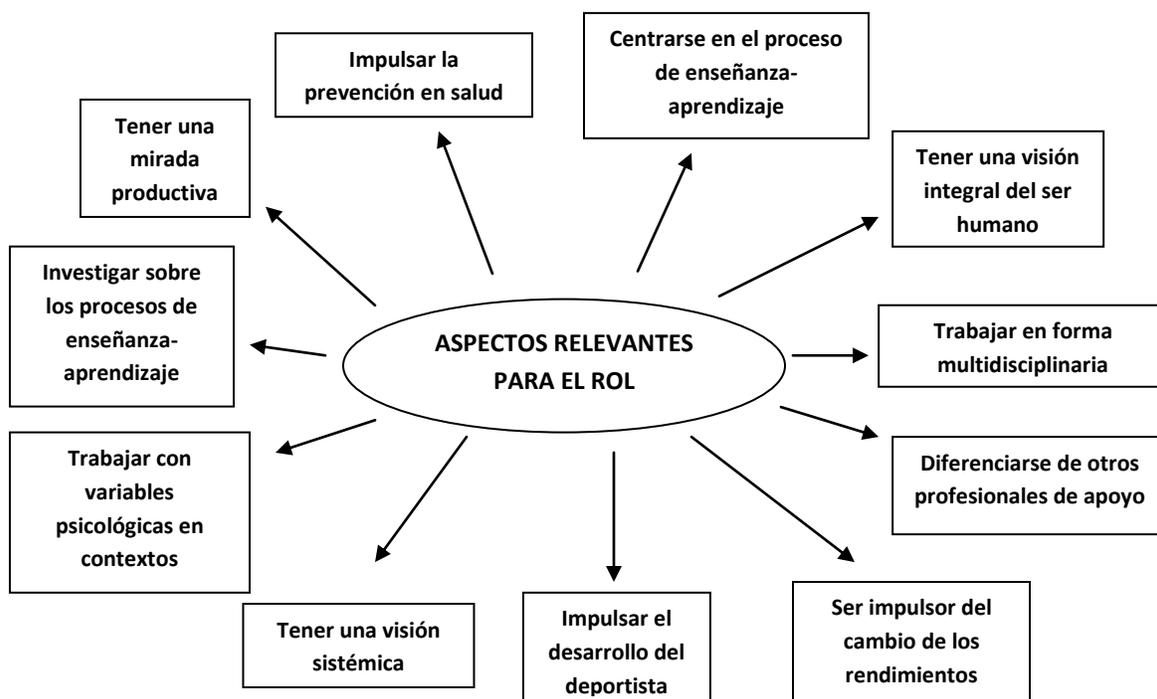
Uno de los componentes del rol del entrenador consiste en su condición de líder. El liderazgo se puede considerar, según García (2006) como: *“El comportamiento de un individuo cuando está dirigiendo actividades de un grupo hacia un objetivo común”* (p.12) Esta dimensión ampliada abarca dimensiones del liderazgo en el deporte como proceso de toma de decisión, técnicas de motivación, intervenciones de feedback, habilidades de comunicación, dirección, orientación y control de las acciones de los miembros del equipo deportivo.

Singer (1980) plantea las siete cualidades más importantes que debe poseer un entrenador:

1. Capacidad de ganarse el respeto de los deportistas
2. Comunicarse con otros
3. Confianza
4. Conocimiento de la actividad

5. Honradez
6. Integridad
7. Capacidad de soportar el trabajo duro y exigente

Por otro lado, García (1999) e Isla (2006), a partir de una investigación realizada con alumnos de la Maestría en Psicología del Deporte del I.S.C.F “Manuel Fajardo” en el deporte actual en los centros provinciales del deporte en Cuba, se construyó una propuesta definiendo las tareas que debiera ejercer un entrenador operando en ese marco. Dicha propuesta se presenta en el siguiente esquema:



Fuente: García, 2006

En cuanto a la dirección efectiva del entrenador, ésta presupone un conocimiento específico de las formas de reacción y comportamientos psíquicos de sus deportistas, sobretodo, después del éxito o el fracaso en una competencia. Este conocimiento específico demanda, también, conocimientos que debiera tener el entrenador acerca de la preparación mental empleadas y dominadas por sus deportistas. Además, el entrenador tiene la labor principal y complicada de identificar e interpretar el contexto donde entrena.

La interpretación es, a menudo, dependiente del contexto, del nivel e implicación de los jugadores y del tipo de competición (Jiménez y Lorenzo, 2010).

3.2.2 Entrenador en contexto de alto rendimiento

En cuanto al entrenador de alto rendimiento, existe un consenso general que plantea que éste ayuda a los atletas a conseguir el más alto nivel de su rendimiento. Para ello, se hace responsable de su preparación física, técnica, táctica y psicológicamente (Harre, 1982; Bompa, 1983). Particularmente, el entrenador en este contexto deportivo, es responsable del desarrollo del talento de los atletas para conseguir resultados exitosos a nivel nacional e internacional (Pérez, 2002).

Por otro lado, y como se planteó anteriormente, el entrenador de alto rendimiento se caracteriza, también, por tener una conducta de liderazgo que facilita a los deportistas su participación en la toma de decisiones sobre los objetivos del grupo, entregar un entrenamiento de gran calidad y rigor, tener una elevada cantidad y claridad de la instrucción, también debe proporcionar refuerzos positivos a los deportistas, preocuparse por el bienestar de los mismos de forma individualizada, crear un clima ambiental positivo para el grupo y establecer relaciones cálidas con los componentes del mismo (Pérez, 2002).

Otro factor importante de señalar, según Perez (2002), es la adaptabilidad, la cual es una característica más específica de aquellos entrenadores que desempeñan su trabajo en este determinado contexto, ya que estos entrenadores han pasado por una mayor variedad de situaciones y trabajan con menos estabilidad que los entrenadores de formación. Además, y estrechamente relacionado con la eficacia del entrenador, se encuentra la creatividad. Los entrenadores de alto rendimiento deportivo considerados como creativos, son personas capaces de crear jugadas inteligentes a partir de las situaciones y tácticas de sus respectivos deportes.

En relación a lo anterior, Pérez y Ramírez (1998) refieren: *“el entrenador de alto rendimiento deportivo es una persona caracterizada por una gran estabilidad emocional, responsabilizado en el conocimiento en profundidad del deporte de su especialidad, así*

como de aquellos aspectos que pueden influir en la mejora de su práctica profesional. Además, posee una alta motivación hacia el logro de sus objetivos y sabe organizar, planificar e integrar de forma creativa la estrategia, táctica y técnica deportiva para conseguir el máximo rendimiento de los atletas” (p. 297)

3.2.3 Psicólogo del Deporte

Como primer acercamiento a la definición del PD, es importante hacer la distinción entre éste y el Psicólogo del Ejercicio y la Actividad Física. Mientras el primero ayuda a los deportistas a utilizar principios psicológicos para mejorar su rendimiento, centrando su atención en el aprendizaje (proceso), en la ejecución (perfeccionamiento técnico) y en la competición (rendimiento), el segundo estudia el comportamiento de las personas en relación con el ejercicio u otras formas de actividad física y los efectos (emocionales y psicológicos) que este tiene sobre las personas, incluyendo a niños, jóvenes, adultos y ancianos, tanto de poblaciones normales, como especiales (Giesenow, 2007).

Siguiendo los mismos planteamientos y respecto al psicólogo del campo deportivo, varios autores señalan que existe una gran confusión acerca de la función que este debe cumplir (Lorenzo, 1996). Sin embargo, es el mismo autor quien también plantea que el PD se centra primordialmente en aplicar técnicas de mentalización para incrementar el rendimiento, el cual sería su papel primordial y asimismo se ocupa de investigar factores que interfieren en el comportamiento deportivo, sobre todo si contribuyen a mejorar los resultados.

Por otra parte, Buceta (2002), plantea que las vías de intervención que puede utilizar el PD a fin de contribuir al máximo al rendimiento del deportista a través de la manipulación de variables psicológicas relevantes son:

- El entrenamiento de los deportistas en habilidades de auto-percepción.
- El entrenamiento de los entrenadores en habilidades relevantes.
- El entrenamiento de todos aquellos profesionales que pueden tener una influencia sobre las variables psicológicas relevantes.
- El asesoramiento de deportistas, entrenadores y otras personas influyentes para que apliquen correctamente las habilidades aprendidas.

- La aplicación de procedimientos de evaluación e intervención por parte del psicólogo.

Todas estas posibles formas de intervención psicológica, pueden agruparse en dos grandes bloques o vías: intervención directa e intervención indirecta. La primera tiene lugar cuando el psicólogo y el deportista trabajan en contacto directo, incluyendo el entrenamiento y asesoramiento del deportista para la auto-aplicación de habilidades, y la aplicación de técnicas específicas por parte del psicólogo. Es la forma más tradicional de trabajar y, erróneamente, suele hablarse de intervención psicológica sólo cuando se trabaja de ésta manera. En la segunda, el psicólogo incide sobre el estado psicológico del deportista a través de intermediarios que están en el entorno habitual de éste: sus entrenadores, directivos, médicos, compañeros, familiares, etc.; entrenándoles y asesorándoles para que mediante sus decisiones y actuaciones influyan en las variables psicológicas relevantes (Buceta, 2002).

En líneas generales, Buceta (2002) señala que, la interacción entre lo colectivo y lo individual debe ser permanente en estos casos, debiendo actuarse en tres frentes para conseguir efectos sobre ambos:

1. La intervención individual con cada miembro del grupo
2. La intervención en grupos pequeños en función de alguna característica que se considere relevante
3. La intervención con la totalidad del grupo.

En cuanto a la modalidad de intervención en PD, ésta estuvo anteriormente caracterizada por los investigadores que se encerraban en sus laboratorios produciendo investigación básica y por el otro lado, los clínicos próximos a los atletas y técnicos en el contexto del entrenamiento y competición explorando la aplicación (Rubio, 2001), por lo tanto había un alejamiento del “laboratorio natural” en el que se desenvolvían los deportistas. En la actualidad el PD toma un rol más cercano al deportista rompiendo los esquemas clínicos y/o de investigadores de laboratorio alejados del campo deportivo, trasladándose desde la oficina a la cancha, una pista o un camarín; convirtiéndose en un verdadero entrenador mental (Cauas, 2008).

Por otro lado, la intervención que debe hacer el PD para la preparación psicológica del deportista a fin de lograr su maestría deportiva y obtener el rendimiento máximo, tal como señala Rudik (1960 citado por Cruz 1991), se realiza en función de: a) las necesidades específicas de cada deportista y b) las demandas psicológicas de cada situación deportiva, por lo que queda de manifiesto que las intervenciones hechas por los psicólogos del deporte deben hacerse de manera individualizada para cada deportista y deporte en particular, logrando así resultados óptimos que resuelvan las problemáticas o necesidades de quienes solicitan sus servicios, que en este caso serían los entrenadores o los mismos deportistas.

Finalmente, el autor Garcés de los Fayos (2002) plantea en su *“Manual de Psicología del Deporte”* que es Jaume Cruz quien mejor ha precisado el papel profesional del psicólogo del deporte, distinguiendo tres funciones principales en la actuación profesional del psicólogo del deporte: Investigadora, educativa y clínica, en el mismo orden de importancia (Cruz, 1997, citado en Garcés de los Fayos, 2002).

Respecto a lo anterior señala Cruz: *“la primera función del psicólogo del deporte, como especialista en una ciencia básica, debe ser la de investigador que genera nuevos conocimientos sobre procesos psicológicos básicos aplicados a la actividad física y el deporte. En segundo lugar, el psicólogo del deporte ejerce una función educativa cuando enseña a deportistas, entrenadores y árbitros...principios y técnicas psicológicas en cursos o seminarios aplicados. El psicólogo actúa como asesor cuando, dentro de un club o una federación, ofrece servicios psicológicos de apoyo a entrenadores, deportistas, padres o directivos para optimizar el rendimiento y bienestar de los miembros del equipo, y para prevenir problemas psicológicos derivados del entorno deportivo. Finalmente, el psicólogo actúa como clínico cuando ha de solucionar problemas psicológicos creados por la práctica deportiva: trastornos alimentarios, secuelas psicológicas de lesiones, burnout.”* (Cruz, 1997, p. 34-35 citado en Garcés de los Fayos, 2002, p. 61)

3.2.4 Psicólogo del Deporte en contexto de alto rendimiento

Tomando en cuenta lo anterior, resulta fundamental para el PD que opera en el contexto de alto rendimiento estudiar y trabajar todas las variables psicológicas que intervienen en el proceso competitivo del deportista, tales como la atención y concentración, la ansiedad precompetitiva, la cohesión grupal, la autoconfianza, la motivación, la tolerancia a la frustración, etc. (Cauas, 2008).

Por otra parte, se considera prioritario el trabajo coordinado entre el PD con el entrenador, preparador físico, fisioterapeuta y médico deportivo y se utilizan técnicas cognitivo-conductuales para desarrollar habilidades psicológicas en los deportistas y para asesorar al entrenador (Cruz, 1992). Sin embargo, es de mayor importancia que a través del trabajo interdisciplinario se esclarezcan los roles que debe llevar a cabo cada especialista para el conocimiento de los alcances y límites en la labor de los otros y el suyo propio. Es por esto que los criterios mínimos de suficiencia incluyen que el PD tenga la capacidad de identificar los servicios a proporcionar y conocimiento de los límites de aplicabilidad de la psicología en el ámbito deportivo (Lorenzo, 1996).

Del mismo modo, una de las tareas que deben cumplir los profesionales de la psicología del deporte es educar a los jugadores y entrenadores en los principios de los aspectos mentales del deporte y proveer una estructura de apoyo para ellos a medida que desarrollan sus habilidades para usar sus pensamientos y emociones en su propio beneficio y así mejorar el rendimiento en la competencia (Hanson y Ravizza, 2003 en Giesenow, 2007).

Según Dosil (2002), en el deporte de competición, sea cual fuere (fútbol, ciclismo, hockey sobre patines, baloncesto, deportes de invierno) y pese a las diferencias de los deportes en sí o a las necesidades de los atletas y el tiempo disponible con el que cuenta el psicólogo para realizar su labor, se pueden visualizar 5 características del modelo de intervención descrito previamente por Palmi (1991):

1. El psicólogo es un entrenador de habilidades psicológicas.
2. El psicólogo actúa como un asesor del entrenador.
3. El psicólogo ha de tener una visión multidisciplinar del rendimiento deportivo.

4. El entrenamiento psicológico debe intervenir mínimamente el trabajo habitual del entrenamiento deportivo.
5. El psicólogo ha de realizar una evaluación objetiva de la eficacia del programa de entrenamiento psicológico.

Es entonces que, el PD, en comparación con el psicólogo de la actividad física y el deporte, tiene como objetivo de intervención a deportistas de alto rendimiento o deportistas en período formativo, hombres y mujeres entre los 15 y 40 años de edad, en donde trabaja variables individuales tales como la ansiedad, el estrés, la atención, motivación, la concentración, activación y la autoconfianza, y también variables colectivas como la cohesión grupal, sinergia, comunicación y liderazgo. En cuanto a los lugares de acción, este puede operar en centros de alto rendimiento, clubes deportivos y/o academias deportivas y los métodos de intervención utilizados serán técnicas de relajación, de activación y entrenamiento mental (Cauas, 2008).

3.2.5 Deportista

En general los elementos que permiten identificar a un deportista son idénticos a los de cualquier persona. Sin embargo las personas que practican deporte, suelen diferenciarse en las aptitudes, en la personalidad, en los intereses y en sus objetivos de aquellas personas que no tienen la costumbre de practicarlo (Riera, 1997).

Además, la historia particular de cada deportista modula sus características básicas y las integra en habilidades específicas, en diferencias motivacionales, de actitud, intereses, objetivos, y un sinnúmero de aspectos que caracterizan a la diversidad humana en el deporte (Riera, 1997). Es así como el deportista elegirá el deporte que desea practicar y su manera de desenvolverse en los entrenamientos y en las competencias, ya sea con su entrenador, con sus compañeros o con el contrincante.

3.2.6 Deportista en contexto de alto rendimiento

La Ley N° 19.712 del Deporte en su Artículo 8° considera al Deportista de Alto Rendimiento como *“aquellos que cumplan con las exigencias técnicas establecidas por el*

Instituto Nacional de Deportes de Chile con el Comité Olímpico de Chile y la federación nacional respectiva afiliada a este último y, especialmente, quienes, además, integren las selecciones nacionales de cada federación” (Ley del Deporte chilena N° 19.712. Gobierno de Chile, 2001)

Por otro lado, el deporte de élite está regido fundamentalmente por los principios de la competitividad. Aquí todos compiten contra todos y el objetivo es ganar (Lorenzo, 1996). Y tal como argumenta Henschen (1998), contrariamente a la creencia popular, son muy pocos los deportistas que son capaces de rendir en competencias como lo han hecho en entrenamientos. Esto es porque sus percepciones cambian durante las competencias, frecuentemente sienten estrés y presión en esta situación porque le otorgan una importancia adicional (Giesenow, 2007).

Uno de los principales conocimientos que el deportista debe manejar de su deporte de especialidad son las normas deportivas (estrategias) o los conceptos por el que se rige. El deportista ha de tener habilidades para abordar la globalidad de aspectos involucrados en la competición deportiva, valorando en todo momento como influye la normativa para alcanzar el objetivo deseado. Además de esto, es importante que el deportista tenga habilidades para relacionarse con el medio (adaptativas), los objetos (técnicas), los compañeros y los oponentes (cooperativas y tácticas) a fin de que sea eficaz en su deporte (Riera, 1997).

En cuanto a las características del alto rendimiento en el que debe valerse el deportista y, por lo tanto, tener claridad de cómo desenvolverse en él, José Lorenzo (1996) describe cinco “leyes no escritas del alto rendimiento”:

1. La primera ley en el deporte de alto rendimiento es la consecución de resultados. Todo el que entra en este ámbito debe tener presente que la consecución de resultados es la clave para permanecer.
2. En el deporte de élite se mantienen los fuertes. La finalidad del que compite es llegar a ser el mejor que pueda ser dentro de sus potencialidades. Esto no puede ser logrado sin trabajar duro, tanto en los entrenamientos como en las competencias.

3. La inteligencia es la que marca las diferencias. La inteligencia es una de las claves que diferencian a las personas, siendo la inteligencia creadora la más importante para ser un talento deportivo.
4. Aprender a hacer deporte es una cosa, aprender a ganar es otra.
5. En el deporte sólo hacen historia los ganadores.

En consecuencia, quien decida entrar en el mundo deportivo de alto rendimiento debe hacerlo por propia decisión, lo que significa que conoce los pros y los contras de la elección. Es entonces que, quienes decidan entrar en esta modalidad deportiva deben caracterizarse por tener una mentalidad fuerte, ser emocional y deportivamente inteligentes y hábiles en su actividad en particular, además de aprender no sólo a competir, sino también a ganar, ya que la consecución de resultados es lo que lo mantendrá en el alto rendimiento. Debido a lo anterior, suelen aparecer en tales deportistas, ansiedad, estrés y burnout, considerando entonces como necesaria la presencia de los PD que eduquen acerca de la aplicabilidad y manejo de habilidades mentales que entrenen psicológicamente a quienes practican deporte de alto rendimiento.

3.3 CONDICIONES PARA EL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO

Según el Artículo 1° de la Ley del Deporte chilena, el Deporte se define como: *“aquella forma de actividad física que utiliza la motricidad humana como medio de desarrollo integral de las personas, y cualquier manifestación educativo – física, general o especial, realizada a través de la participación masiva, orientada a la integración social, al desarrollo comunitario, al cuidado o recuperación de la salud y a la recreación, como asimismo aquella práctica de las formas de actividad deportiva o recreacional que utiliza la competición o espectáculo como su medio fundamental de expresión social, y que se organiza bajo condiciones reglamentadas, buscando los máximos estándares de rendimiento”* (Ley del Deporte chilena N° 19.712. Gobierno de Chile. 2001).

Por otro lado, el PD, al igual que los otros profesionales de las Ciencias del Deporte que están estrechamente relacionados con el Deporte de Alto Rendimiento, debe tener

claridad respecto al contexto en el que desarrolla su rol. Es por esto que se torna fundamental indagar acerca del equipamiento con que disponen, el apoyo institucional que los avala y las Leyes que facilitan o impiden llevar a cabo su labor.

Específicamente al proceder del Psicólogo del Deporte, la importancia radica en tener claridad acerca de las modalidades deportivas en las que puede actuar. La Ley del Deporte, que comenzó a tramitarse el año 1996 y que recién fue promulgada el año 2001 (dato importante que da cuenta de lo tramitada que fue su creación), aporta importantes datos teóricos acerca de las características del Deporte en Chile, siendo uno de los mayores aportes “teóricos” la creación del Instituto Nacional de Deportes (I.N.D.) y el otorgamiento del rango de subsecretaría al deporte, dependiente directamente de la Secretaría General de Gobierno (Cauas, 2008).

Asimismo, la Ley N° 19.712 en su artículo 4° categoriza la Actividad Física y Deportiva en cuatro modalidades para las cuales la política nacional del deporte considera planes y programas específicos para cada uno y en las que el PD puede llevar a cabo sus intervenciones:

1. Formación para el deporte
2. Deporte recreativo
3. Deporte de competición
4. Deporte de alto rendimiento y proyección internacional.

Si bien la ley mencionada con anterioridad entiende por Deporte de Competencia “*las prácticas sistemáticas de especialidades deportivas sujetas a normas y con programación y calendarios de competencias y eventos*”, y por Deporte de Alto Rendimiento y de Proyección Nacional e Internacional “*aquel que implica una práctica sistemática y de alta exigencia en la respectiva especialidad deportiva*” en sus Artículos 7° y 8° respectivamente, esta no considera explícitamente el rol que debiera cumplir el Psicólogo del Deporte en ambas prácticas deportivas (que son los contextos a los cuales nos referimos específicamente) (Ley del Deporte chilena N° 19.712. Gobierno de Chile. 2001). Sin embargo, esta categorización permite tener una idea acerca de los objetivos que se buscan en cada modalidad deportiva: consecución de resultados y éxito. Es a partir de

estos objetivos que el PD debe dedicarse a lograr que el deportista individual y los equipos deportivos mejoren su rendimiento y ejecuten su especialidad eficazmente, además de desarrollar habilidades mentales en los jugadores para las competencias.

3.4 COMPETENCIAS

Cuando se clasifica a una persona como “competente” no sólo se hace referencia a ella como portadora de ciertas competencias, ya que si bien estas son necesarias, no son suficientes para desarrollar esta característica tan requerida en el ámbito profesional (por ejemplo, el currículum por competencias). Además, son necesarios conocimientos y habilidades que sirvan como recursos movibles en la resolución de algún problema y, por lo tanto, que puedan expresarse en un contexto específico.

Tal como plantea Le Boterf (2010), el ser una persona competente significa actuar con pertinencia y competencia en una situación profesional, pero para lograr esto es necesario contar con los recursos necesarios para ello, y articularlos en función de una situación determinada. Aquellos recursos pueden considerarse como personales, en tanto, son los que posee el sujeto e incluyen conocimientos en distintos contenidos y áreas; entorno profesional, habilidades técnicas y metodológicas, habilidades relacionales, en donde las habilidades en general implican “saber hacer”, es decir, ser capaz de realizar una acción determinada.

De esta forma, para Le Boterf (2010), “ser competente” es saber actuar, es decir, ser capaz de combinar y movilizar pertinentemente un conjunto de recursos en una situación profesional contextualizada. Un profesional competente comprende la situación, evalúa los objetivos, considera los tiempos y combina los recursos necesarios para enfrentarla. Siendo entonces las competencias un repertorio de comportamientos que algunas personas dominan mejor que otros, lo que las hace eficaces en una situación determinada (Lévy-Leboyer, 2000).

Por otro lado, Ochoa (2009) define competencias como un *“complejo sistema de conocimientos, habilidades, valores e intereses que se expresan a partir del comportamiento no lineal del sujeto, definibles en su actividad”* (p. 11). Definiendo así tres partes fundamentales: (1) que es un “complejo sistema”; (2) que está conformado por

“conocimientos, habilidades e intereses”; y (3) que su expresión está dada por el “comportamiento no lineal del sujeto” que se puede definir en su actividad.

El mismo autor expone las definiciones de distintos autores que hablan sobre las competencias, siendo las más concordantes para este estudio las de Tejeda (2000) y Parra (2002). El primero caracteriza la competencia profesional como la expresión de interacción dinámica entre el saber, el hacer, y el ser, referidos al objeto de la profesión movilizados por el sujeto en un desempeño con idoneidad demostrada en lo socio-profesional y humano, que le permite saber estar con las características y exigencias contextuales del entorno y con la complejidad de las situaciones profesionales a resolver a que se enfrenta (Tejeda, 2000 en Ochoa, 2009). Mientras que el segundo, asume que las competencias profesionales *“son aquellas que permiten al individuo solucionar los problemas inherentes al objeto de su profesión en un contexto laboral específico, en correspondencia con las funciones, tareas y cualidades profesionales que responden a las demandas del desarrollo social”* (Parra, 2002 citado en Ochoa del río, 2009 p. 16).

Finalmente, McClelland (1973) define el término competencias como competencias técnicas y genéricas, entendiéndose por las primeras aquellos conocimientos, habilidades y destrezas (parte superior) y por las segundas, las actitudes, rasgos, motivos, rol social e imagen de sí mismo (parte inferior) (McClelland, 1973 citado en Cejas, 2005). Tales competencias se explican en el siguiente esquema:

Competencias Técnicas

Conocimientos / Habilidades / Destrezas

Competencias Genéricas

Rol / Imagen de sí mismo / Rasgos particulares

3.5. COMPETENCIAS DEL PSICÓLOGO DE ALTO RENDIMIENTO

Dentro del contexto del Alto Rendimiento, los Psicólogos deben contar con habilidades y conocimientos de esta área en particular. Con mucha frecuencia se puede encontrar en los textos que se define al Psicólogo del Deporte a partir del rol que debe cumplir y, por lo tanto, las funciones que debe desempeñar con y entre quienes trabaja.

Por lo tanto, las competencias del PD deben estar estrechamente relacionadas con las demandas que establece el contexto del Deporte de Alto Rendimiento. Cabe mencionar que la principal función, descrita anteriormente, del Psicólogo que opera en este contexto, se enfoca básicamente a la mejora del rendimiento del Deportista de élite, con el fin de lograr que éste sea eficaz en el deporte que practica y por lo tanto, obtenga buenos resultados al momento de competir.

Se desprende, entonces, que las competencias del PD que opera en contextos de Alto Rendimiento están estrechamente relacionadas con los objetivos de esta modalidad deportiva. Por lo tanto se espera que este cuente con los conocimientos teóricos suficientes para transferirlos y aplicarlos de manera hábil en el campo de práctica deportiva más inmediata en donde se desarrolla la actividad.

Por otro lado, tal como se menciona más arriba, el poseer conocimientos y habilidades no es suficiente para desarrollar competencias profesionales, sino que también se manifiestan en la interacción con el contexto en donde se desenvuelve el Psicólogo del Deporte. Por lo tanto, es importante no sólo saber movilizar los recursos internos, sino también las condiciones externas con los que cuenta; las leyes, las instituciones en donde trabaja, espacios físicos, recursos materiales y de tiempo y la relación que logre establecer con los demás actores de ese escenario deportivo (Entrenadores, Deportistas y Equipo Técnico de Alto Rendimiento). Todas estas variables en conjunto facilitan al sujeto desempeñarse de forma competente en su lugar de trabajo.

4 OBJETIVOS

4.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son las competencias que debiera disponer un Psicólogo Deportivo para llevar a cabo su rol en un contexto del Deporte de Alto Rendimiento?

4.1 OBJETIVO GENERAL

Describir cuáles son las competencias que debiera disponer el Psicólogo Deportivo para llevar a cabo su rol en un contexto del Deporte de Alto Rendimiento.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Describir la relación entre el Psicólogo Deportivo con el Deportista, el Entrenador y el Equipo técnico de Alto Rendimiento.
2. Identificar cuáles son los requisitos institucionales que intervienen en el desarrollo del rol del Psicólogo del Deporte de Alto Rendimiento.
3. Identificar cuáles son las habilidades y conocimientos que hace uso un Psicólogo Deportivo en un contexto de Alto rendimiento.
4. Identificar los métodos y/o técnicas de intervención que hace uso un Psicólogo Deportivo en un contexto de Alto rendimiento.

5. METODOLOGÍA

5.1 ENFOQUE METODOLÓGICO

La presente investigación se realiza desde una perspectiva cualitativa, la cual busca identificar y comprender la naturaleza profunda de las realidades a partir del relato de la

propia experiencia. De esta forma resultaría compatible el uso de metodologías tanto cualitativas como cuantitativas, ya que lo que se busca es la construcción y el desarrollo de esta comprensión. En este sentido, Martínez plantea que *“lo cualitativo (que es el todo integrado) no se opone a lo cuantitativo (que es sólo un aspecto), sino que lo implica e integra, especialmente donde sea importante”* (Martínez, 2006 p. 128).

La construcción de lo real se hace a partir de distinciones de carácter lingüístico, desde esta visión, constructivista dialéctica, en el proceso de construcción de la realidad, el observador, lo observado y la sociedad son elementos que se relacionan entre sí en forma totalizadora, interactiva y cambiante dentro de una cultura, a través de un lenguaje conceptualizador que permite observaciones (compartidas), enmarcadas en dicho proceso de construcción/reconstrucción (Calventus, 1996). Con lo anterior, además se da importancia al *“hecho de que la experiencia humana se constituye como experiencia relatable sólo en sociedad; y el hecho que esa experiencia se observa sólo en primera persona”* (Cornejo, 2005, p. 203).

Cabe destacar que, desde la perspectiva cualitativa y, debido a la naturaleza epistemológica de esta investigación, se rechaza el modelo positivista que considera al investigador como un ente pasivo separado del fenómeno que se quiere conocer. Aceptando, en cambio, el modelo dialéctico y un enfoque sistémico que plantea que el conocimiento es el resultado de una dialéctica entre sujeto (sus intereses, valores y creencias, etc.) y el objeto estudiado (Martínez, 2006).

Por tanto, el estudio que aquí se presenta es de tipo descriptivo, ya que pretende describir y especificar las características del fenómeno a estudiar, como son las competencias con que debiera contar el Psicólogo Deportivo para operar en contextos de Alto Rendimiento (Sampieri, 2006). Siendo así, esta investigación se plantea como una modalidad a través de la cual más que una recolección de datos que están disponibles en la realidad, se trata de una producción de información que se genera a partir de las distinciones que hacen sus propios actores o protagonistas. La intención de realizar una recolección/producción de datos a partir de entrevistas, precisamente sostiene la idea que se requiere de un proceso reflexivo que permita disponer de datos de aquella realidad que es construida por sus actores, al ser consultados sobre ésta.

Se pretende entonces llegar a describir cuáles son las competencias, a través de un proceso que solicita a quienes participan de esta disciplina, detalles de los requerimientos,

habilidades, competencias, para desarrollar este rol de Psicólogo del Deporte de Alto Rendimiento.

5.2 PRODUCCIÓN DE DATOS

Respecto a lo anterior, se ha establecido que para disponer de mayor información que permita la construcción del rol (que es además la pregunta eje de la investigación), ésta se haga a través de la recolección de significados, contenidos, tópicos, caracterizaciones, entendiendo que dicha búsqueda facilitará el proceso de construcción del rol. Las opiniones, premisas y otras concepciones más bien globales de los informantes, quedan excluidas de este estudio, aun considerándose relevantes para la visión global de la temática y de la disciplina.

La recolección de datos, que se plantea más bien como una producción, se realiza a través de entrevistas, entendida como entrevista semi-estructural. En este sentido, Kvale (1996) señala que, el propósito de la entrevista de investigación cualitativa es obtener descripciones del mundo vivido por las personas entrevistadas, con el fin de lograr interpretaciones fidedignas del significado que tienen los fenómenos descritos (Martínez, 2006).

5.3 TIPO DE ANÁLISIS

El análisis que se lleva a cabo es un análisis de contenido estructural, ya que se trata de preguntas de investigación referidas específica y concretamente al nivel significativo (semántico) del texto, es decir, de preguntas que problematizan acerca de “lo que se dice”. De esta manera, lo que se busca no es sólo la recolección de datos, sino más bien la producción de los mismos mediante la profundización y comprensión del fenómeno (Calventus, 2008).

Cabe destacar que, las ventajas de este tipo de análisis están en estrecha relación con los fines de este estudio, ya que en un primer momento más descriptivo “lo que se dice” será significado a través de su segmentación (citas), agrupación (reducción) y

categorización (códigos), para luego analizar la relación (tendencias, oposiciones, uniones, etc.) entre las categorías para lograr la comprensión del significado del objeto de estudio (Calventus, 2008).

Por otro lado, la estructuración se hará siguiendo el proceso de integración de categorías menores o más específicas en categorías más generales y comprensivas, para llegar así a una “gran categoría” como estructura teórica que dé sentido/significado al objeto de estudio (Martínez, 2006)

5.4 MUESTRA

5.4.1 Determinación de la muestra

La muestra se constituye por profesionales de la Psicología del Deporte, Entrenadores y Deportistas de Alto Rendimiento, los cuales fueron entrevistados en base a una pauta semiestructurada, la cual contiene preguntas que remiten a los diferentes ámbitos establecidos en los objetivos específicos del estudio. De esta manera, se pretendió facilitar la conversación e ir en la búsqueda de significados más que en la generación de un discurso, además de posibilitar el surgimiento de elementos que sean útiles al análisis de los datos.

La modalidad antes mencionada para la recolección de datos no define a priori el número de entrevistas a realizar, ya que éste fue determinado en base a la calidad de la información que se fue recabando en éstas.

5.4.2 Caracterización de la muestra

5.4.2.1 Deportistas

Deportistas de Alto Rendimiento, de ambos sexos, que tengan experiencia en el ámbito competitivo tanto a nivel nacional como internacional y que practiquen deportes individuales o grupales.

5.4.2.1.1 Criterios de Inclusión

- Más de 5 años en la práctica del deporte en alta competición¹
- Actualmente inscritos en la nómina de deportistas en campeonatos nacionales y/o internacionales
- De nacionalidad chilena

5.4.2.1.2 Criterios de Exclusión

- Que tengan algún tipo de relación cercana con la investigadora.
- Que se encuentren actualmente en algún tipo de relación conflictiva con la institución que alberga su práctica deportiva.
- Nacionalidad distinta a la chilena y/o formación y práctica deportiva fuera del país por más de 3 años.

5.4.2.2 Entrenadores

Entrenadores de Alto Rendimiento, de ambos sexos, que tengan experiencia en el ámbito competitivo tanto a nivel nacional como internacional, y que estén a cargo de deportes individuales o grupales.

¹ La cantidad de años mínimos de práctica de los deportistas para inclusión en la muestra, se hizo en base a criterios experienciales de la investigadora, tomando en cuenta que la preparación para un campeonato importante (Sudamericano, Panamericano o Mundial) es, en promedio, de dos años. Se considera tanto el período previo como posterior a la competencia.

5.4.2.2.1 Criterios de inclusión

- Que poseer más de 2 años de experiencia en deporte en alta competición
- Que sean Profesionales en Educación Física
- Que hayan realizado una especialización o curso de entrenador

5.4.2.2.2 Criterios de exclusión

- Que tengan algún tipo de relación cercana con la investigadora
- Que se encuentren actualmente en algún tipo de relación conflictiva con la institución que alberga su práctica deportiva
- Que hayan tenido formación deportiva fuera del país por más de 3 años.

5.4.2.3 Psicólogos Deportivos

Psicólogos Deportivos de Alto Rendimiento, de ambos sexos, que tengan experiencia en el trabajo con deportistas de las distintas disciplinas, de deportes grupales y/o individuales y que compitan internacionalmente.

5.4.2.3.1 Criterios de inclusión

- Haber trabajado o que estén trabajando actualmente como Psicólogos Deportivos en contextos de Alto Rendimiento
- Que tengan por lo menos 3 años de experiencia en Deporte de Alto Rendimiento.
- Que su experiencia sea en el contexto nacional.
- Que tenga el título de Psicólogo.

5.4.2.3.2 Criterios de exclusión

- Que tengan algún tipo de relación cercana con la investigadora
- Que hayan tenido o tenga actualmente experiencia como entrenador en algún deporte de competición.
- Que hayan tenido formación deportiva fuera del país por más de 5 años.

5.5 PROCEDIMIENTO

Los Entrenadores, Deportistas y Profesionales entrevistados fueron contactados vía telefónica, correo electrónico, o bien, directamente en los Centros de Alto Rendimiento de la Región Metropolitana (CAR Y CEO). Una vez contactados los primeros entrevistados Profesionales, estos otorgaron datos de algunos Entrenadores y Deportistas potenciales para ser entrevistados. El lugar y el tiempo de las entrevistas se planificaron de acuerdo a las posibilidades y disponibilidad de los entrevistados, quienes en su mayoría privilegiaron los establecimientos en los que entrenaban o trabajaban respectivamente. Todas las entrevistas fueron realizadas durante los meses de Diciembre de 2010 y Enero de 2011.

En cuanto a la aplicación de las entrevistas, se estimó que, disponer de un mínimo de 4 entrevistas a cada uno de los actores, podría ser suficiente en términos de variabilidad y calidad de la información (criterio de saturación). Es así como, la saturación teórica se logró luego de la realización de, cinco entrevistas a entrenadores, cinco a psicólogos deportivos y seis a deportistas.

Las entrevistas realizadas, fueron grabadas en sistema digital y posteriormente transcritas (Anexo 2) a fin de contar con una herramienta de análisis claro, completo y lo más significativo. Se buscó verificar la presencia de temas, de palabras o conceptos de un contenido, para lo cual cada entrevista fue transcrita lo más exactamente posible para obtener el contenido real del intercambio (Gómez, 2003).

Posteriormente, se fue seleccionando información determinada en base a los siguientes criterios:

- Repetición de conceptos

- Novedad de la información
- Relación con la pregunta de investigación.
- Contribución al objetivo general y/o específico
- Contextualización de la disciplina en Chile

Consecuentemente, se generaron categorías a partir del desglose en citas de las 16 entrevistas llevadas a cabo, desglose que se hizo a partir de la selección de información representativa para cada ítem y dando importancia a las aquellas que repetían su contenido o que, por el contrario, representaban distintos puntos de vista sobre la misma problemática.

Posteriormente, se generaron 14 tópicos emergidos de un tercer análisis de la información, los cuales abarcaron distintas categorías relacionadas entre sí, y que seguidamente fueron ordenados en base a 4 ítems, los cuales corresponde cada uno a un objetivo específico de la presente investigación.

Al darle este ordenamiento en 4 ítems de contenido, lo que se hace es poder ordenar la información recabada en torno a los cuatro objetivos específicos que llevarán a responder la pregunta de investigación. Es así como las citas de entrevista fueron categorizadas a través de conceptos que representaban su contenido, para luego agrupar estos conceptos en tópicos que abarcaban más de una categoría a fin de agrupar contenidos que respondieran o estuvieran estrechamente relacionado a los objetivos específicos.

Es así como los tópicos establecidos fueron creados a través del desglose de la información misma recabada a través de las entrevistas, lo que responde a lo que plantea Calventus (2008) respecto que “lo que se dice” será significado a través de de su segmentación (citas), agrupación (reducción) y categorización (códigos), para luego analizar la relación (tendencias, oposiciones, uniones, etc.) entre las categorías para lograr la comprensión del significado del objeto de estudio.

Por último, la estructuración se realizó a partir de la integración de categorías más específicas en categorías más generales y comprensivas, para llegar así a cuatro

“grandes categorías” (como se mencionó anteriormente) como estructura teórica que dé sentido/significado al objeto de estudio (Martínez, 2006).

6. ANÁLISIS Y RESULTADOS

A continuación se presenta el análisis de los datos elaborado a partir de 4 ítems de contenido, los cuales, tal como se mencionó anteriormente, representan los 4 objetivos específicos de esta investigación. Paralelamente se exhiben los resultados emanados de la triangulación entre la teoría, la información producida y los planteamientos de la autora.

6.1 RELACIÓN CON ENTRENADOR, CUERPO TÉCNICO Y DEPORTISTA

El primer código, relevante por cierto, es el que refiere a la Concatenación del trabajo, definida como el trabajo realizado en conjunto entre los miembros del cuerpo técnico, realizado a partir del cuidado en el ejercicio de cada rol específico de sus integrantes, a fin de facilitar el desarrollo del deportista, el desarrollo del rol del psicólogo deportivo, el aprendizaje de la labor y del lenguaje técnico de los otros. Refiere, entonces, a la forma de integrar y articular las distintas actividades que requiere un trabajo específico, de manera tal que ellas representen una relación sinérgica en función de un determinado fin, contribuyendo así a una dinámica de equipo como forma de trabajo.

El trabajo coordinado del cuerpo técnico responde a la ***necesidad de unificación para mejorar resultados***² del deportista, en tanto facilita la mejora del rendimiento dentro de su especialidad deportiva y también su desarrollo personal. Por lo mismo, se hace necesario que el psicólogo deportivo unifique y puntos de vista en interacción con los distintos miembros del cuerpo técnico, lo que permitiría que cada especialista se involucre con las problemáticas globales que van emergiendo durante el proceso de entrenamiento del deportista.

² Para entendimiento del lector, los códigos serán ennegrecidos y puestos en cursiva

La necesidad, presencia o ausencia de concatenación del trabajo del cuerpo técnico supone características particulares en la forma de relacionarse con los distintos actores de este escenario deportivo, caracterizándola así como:

"...una relación de asesoría en donde uno, en función de que el deportista dé su máximo en la competencia, interactúa con el resto del equipo técnico, entonces cualquier problemática y situación uno la puede conversar o plantear con el resto para que se genere un rendimiento positivo (...) Cuando tú unificas los mensajes, los resultados son mejores. Si hay el trabajo y la coordinación para lo que se quiere lograr como cuerpo técnico y tienen al psicólogo inserto con este cuerpo técnico, las cosas funcionan, si no el trabajo de uno es más largo y más complejo" (E.8 pág.1)

PD

Por otro lado, cabe destacar que en cuanto a la relación establecida entre el psicólogo deportivo y el entrenador, la incorporación o no del profesional de la psicología, desde las entrevistas emerge la **necesidad de cohesión emocional ante un objetivo común**, como elemento importante para afianzar la cohesión del trabajo del grupo y alcanzar dichos objetivos, respondiendo así a la demanda de incrementar el rendimiento del deportista. Si bien se trata de un elemento intangible, destaca la relevancia que le da uno de los deportistas entrevistados: desde el vínculo emocional, la sumatoria de las capacidades individuales resulta así más fructífera y duradera:

"Yo creo que es clave porque en ingeniería está más que constatado que cuando tu juntas el CI de los miembros de un equipo, si los miembros no están cohesionados emocionalmente frente a un objetivo común, y alineados y no existe un liderazgo dentro de ese equipo, la transparencia, no se logra el resultado que se esperaría de la suma de los coeficientes intelectuales como por separados" (E.7 pág.7)

Del mismo modo, desde la perspectiva de un psicólogo deportivo destaca la necesidad de **intercambios de conocimientos técnicos** dentro del marco de interdisciplinariedad del trabajo en equipo. Enfocado también desde la perspectiva de incrementar y potenciar el rendimiento del deportista, este tópico es importante en tanto redundante en uno de los requerimientos más demandados en especial por los psicólogos deportivos: una perspectiva interdisciplinaria o multidisciplinaria del grupo de trabajo que facilite el

desarrollo integral del deportista, lo cual tendría como consecuencia la mejora del rendimiento, tematizado también en términos críticos como una ampliación del campo (actual) de visión de lo que se hace y de lo que se quiere lograr:

"Claro que es importante tener un trabajo interdisciplinario. Una de las cosas que uno debe desarrollar es ampliar el campo de visión y trabajar con otros profesionales: médicos, kinesiólogos, entrenadores, nutricionistas, porque el deportista, mientras más se trabaje de manera multidisciplinaria, puede abarcar todos los ámbitos que puedan intervenir en su rendimiento. Y es importante conocer las otras áreas, conocer conceptos técnicos del médico, del kinesiólogo y que ellos también conozcan cuál es tu labor" (E.1 pág.1)

Si retomamos el tópico anterior, se deja ver una suerte de crítica soterrada a la estrechez de visión que muchas veces impera en el mundo deportivo. En este sentido se hace evidente que la incorporación del psicólogo deportivo es siempre adecuada, aunque no siempre bien recibida, y que muchas veces se advierte una suerte de competencia de roles con los entrenadores. Para un psicólogo deportivo, esta visión competitiva surge precisamente de algunos entrenadores y puede terminar por viciar en parte el logro de una dinámica óptima de trabajo, dado que emerge de la cabeza del equipo:

"Desde el punto de vista del psicólogo hay dos opciones: a) que el entrenador te reciba bien y tome tu labor como un aporte, lo que es muy bueno para uno porque facilita mucho el trabajo; y b) y hay otros entrenadores que son recelosos a que llegue un psicólogo y que a lo mejor sienten que pueden invadir un poco el control que él tiene sobre el equipo" (E.1 pág.1)

Profundizando en las ventajas de la interdisciplinariedad, una acotación importante tiene que ver con el **cumplimiento de roles específicos** en el trabajo en equipo, roles que debieran ser claros en su definición y en su ejecución por parte del equipo de trabajo. No deja de ser interesante el hecho de que el tópico sea sugerido por uno de los entrenadores entrevistados, ya que como líder de dicho equipo en ocasiones responsabiliza y hace cargo cuando otro miembro no ha cumplido con suficiencia:

"Es que en el trabajo interdisciplinario todos tienen importancia. Por lo menos nosotros trabajamos de esa manera, como bien científica (...) No tratamos de que el entrenador se meta en la parte de lo que hace el psicólogo o el preparador físico, o sea, hay un trabajo de cada uno. Y desde ahí es que nosotros tenemos que ser pero súper, súper profesionales, y ha costado muchísimo, por lo menos yo siento que acá en la Academia ha costado muchísimo, porque al final los entrenadores de repente terminamos haciendo de todo, hasta casi papás de los niños, peloteros de los niños"
(E.5 pág.5)

La clarificación de de roles particulares a cada función es tematizada por otro entrenador en términos de su contrapartida, es decir, la ***interposición de roles como aspecto perjudicial para el rendimiento deportivo***:

"Si están claros todos los roles yo creo que la relación del cuerpo técnico va a ir fluyendo muy bien. Sin embargo, si no están esos roles bien determinados a la larga el que va a sufrir las consecuencias va a ser el deportista en el fondo, ya que va a sentir que unos se contradicen con otros, que uno se mete en la labor del otro, que muchas veces el entrenador hace de preparador físico y el deportista es el que sufre la consecuencia de eso y se nota" (E. 8 pág.2-3)

El segundo código refiere al trabajo "invasivo" del psicólogo deportivo que tiene que ver con el recelo que puede existir frente al trabajo del psicólogo deportivo, principalmente por desconocimiento de su labor o bien por las características de la formación de entrenadores o miembros del cuerpo técnico, lo que condiciona la valoración del trabajo complementario entre los distintos actores del escenario deportivo, dificultando así la incorporación del psicólogo al proceso general del deportista debido a la idea que tienen algunos entrenadores de que pueden desarrollar ese doble rol. La sensación de invasión proviene de los propios entrenadores, pero debe ser tratada como un tema transversal para considerar las relaciones que existen al interior del equipo de trabajo.

El primer enunciado que emerge señalando esta invasividad, se refiere en términos generales a la ***invasión del espacio del entrenador*** por parte del psicólogo deportivo.

Esta sensación de invasión es vista como un aspecto negativo en la reacción de ciertos entrenadores frente a la presencia del psicólogo ya que refuerza una visión errada acerca de la integralidad profesional del entrenador, y dificulta la consecución de un trabajo interdisciplinario.

"Hay entrenadores que dicen que no necesitan psicólogo deportivo, porque quieren hacer todo, no una u otra cosa, ¡todo! No solamente de psicólogo, de kinesiólogo (...) ellos creen que lo que hace el psicólogo deportivo lo pueden hacer ellos, que lo que hace el psicólogo deportivo no es tan importante, que algunos que han tenido psicólogos deportivos dicen que no han mejorado el rendimiento de los jugadores ni la relación" (E.16 p.10)

Esta forma de reaccionar de ciertos entrenadores es caracterizada también como **sensibilidad al trabajo del psicólogo deportivo**, donde sorprende que vuelva a aparecer la necesidad de determinar con claridad los roles y funciones de cada pieza del equipo técnico y en especial, se advierte el especial cuidado que los entrenadores toman frente a los psicólogos deportivos para que éstos no se entrometan en los aspectos técnicos del trabajo con el deportista:

"Yo creo que es un punto clave del trabajo del equipo técnico; que estén muy bien determinados los roles, cuál es el trabajo de cada uno, interferir y muchas veces ya un poco guiado, pero también no tocarse porque de repente hay muchos entrenadores que son muy sensibles al trabajo del psicólogo deportivo, que no se involucre en la parte técnica-táctica" (E.13 pág.4)

Ahora bien, en el discurso de los entrenadores se pone de relieve que esta sobreprotección de la propia posición, que sería lo que genera las reacciones de hipersensibilidad ante el trabajo del psicólogo, muchas veces tienen que ver con el desconocimiento de los límites y especificidades del propio rol del entrenador. Se habla aquí de la capacitación del profesional en general, y del entrenador en particular, pero en un sentido que apunta a la clarificación de la propia tarea en relación con las de los demás:

"Cuando el entrenador no sabe bien... no sé si no sabe, cuando el entrenador no define bien qué es lo que él tiene que lograr con el deportista ni sabe hasta dónde llega su capacitación, su rol... en el fondo cuando los profesionales que trabajan con el deportista no están lo suficientemente capacitados hay temas que son de ego, entonces sienten como una "intromisión" un aporte del psicólogo en un momento determinado"(E.10 pág.)

El tercer código es el de niveles de intervención del psicólogo deportivo y se relaciona con el alcance de la intervención del psicólogo deportivo. Específicamente, apunta a precisar el área de acción y de competencia del psicólogo en el contexto de trabajo con deportistas de alto rendimiento. Con este código, se trata de precisar los elementos emergentes que intentan demarcar la función de este profesional, continuando y profundizando a la vez con las definiciones acerca de los roles de cada miembro del equipo de trabajo.

En primer lugar destaca que son los mismos entrenadores quienes proponen al psicólogo deportivo como el **miembro del cuerpo técnico más cercano al deportista**, debido a su capacidad para centrarse en los aspectos emocionales que permitirían generar la confianza del deportista. Si bien esto se plantea como un ideal, es importante que un entrenador defina en aquellos términos el ejercicio profesional del psicólogo:

"Yo creo que tiene que ser una relación muy de confianza, quizás... siempre en un cuerpo técnico hay esa persona que es más cercana al deportista, más preocupada de lo emocional, del problema diario y ahí yo creo que el psicólogo deportivo también tiene que ir un poco por esa línea; que el deportista le tenga la confianza para poder trabajar con ese profesional"(E. 13. pág.5)

En la misma línea, un deportista precisa la importancia de tener al **psicólogo como aliado**, quien sería (en sintonía con el discurso anterior del entrenador) el profesional de confianza, con quien se puedan entablar dinámicas abiertas de conversación y de comunicación, sobre todo apuntando a los aspectos anímicos relativos al rendimiento del deportista:

"...es como fundamental que las jugadoras sientan que tienen al psicólogo como aliado, como amigo, ahora 'amigo' entendiéndonos y guardando los parámetros,

pero sí como una persona que yo pueda confiar y decirle “sabes que hoy día me sentí súper mal en el partido” y hablar, desahogarte, pero que antes tengamos la confianza para acercarte y decir “oye, sabes que hoy día no me sentí bien, no sé qué puedo hacer, ayúdame” o hablar, simplemente hablar”(E.4 pág.4)

En cambio, otro punto de vista contextualiza esta dinámica de relaciones con el deportistas apuntando a una **relación situacional**, es decir, que posee momentos específicos en los que se requiere una cierta cercanía, y otros en los que la distancia y la verticalidad deben estar presentes, cuestión que depende de las necesidades propias del rendimiento deportivo pero también de las características del deportista mismo: nivel de madurez, habilidades emocionales y otras:

"...es una relación bastante situacional, depende mucho del contexto y eso obliga mucho a que uno tenga muy claro cómo ejercer un determinado rol y cómo ejercer en un determinado momento, y tener claro cuándo verticalizarlo y cuándo no. Y es realmente complejo, porque esto tiene que ver mucho con cómo es el deportista también; sabe que con algunos puede horizontalizarse un poco más, con otros no" (E.3 pág.2)

Por último, se señala la dificultad de compatibilizar la cercanía y confianza del deportista con la distancia profesional adecuada para apoyar las variables psicológicas relativas al rendimiento. Se advierte aquí, las dificultades que se evidencian cuando esta distancia no queda suficientemente marcada, pero no se tematiza la posibilidad inversa: un sobre-distanciamiento que impida alcanzar una dinámica de confianza:

"Debiera ser una relación, a mi gusto, cercana, de mucha confianza, pero muy profesional a la vez, que no es fácil, o sea, no es fácil lograr cercanía, que el deportista se acerque mucho a ti sin romper a veces la barrera de lo personal y lo profesional. Ahí hay un tema que a veces veo que se pierde; me ha tocado ver ciertos psicólogos que están incorporados en el área del tenis que se manifiestan en una posición demasiado cercana, demasiado (...) mucha empatía, pero se pierde esa imagen del profesional que puede ayudarte a controlar ciertas variantes que suceden en una competencia" (E.10 pág.

De los tópicos anteriores que tanto las relaciones establecidas con el entrenador y el resto del equipo técnico van a estar mediadas por el nivel de profesionalismo que tengan las partes en cuando a asumir la necesidad de trabajar de manera mancomunada para lograr los objetivos en común que se tengan y para trabajar de manera integral con el deportista, cada uno cumpliendo su rol específico. Lo que evidencia una relación formal, verticalizada en muchos aspectos, para la incorporación del psicólogo deportivo para validar su participación en el desarrollo deportivo del jugador yendo más allá de la atención asistencial que varios del equipo técnico ofrecen, sino que contando con su presencia de manera más sistematizada y pudiendo dar a conocer su labor y aprender de la labor de todos los profesionales.

Por otro lado, la relación que establece con el deportista pareciera basarse más que nada en demostraciones de confianza y en la sensación de que puede contar con el apoyo emocional brindado por el psicólogo deportivo, yendo más allá de la vinculación exclusiva establecida en cancha e incorporándose en temáticas transversales de la vida del deportista. Es por lo mismo que se explicita la necesidad de poder mantener siempre el rol profesional que distancia un poco al psicólogo como un “amigo” del deportista, lo que se plantea como una dificultad al momento de trabajar temáticas netamente deportivas para consumir logros.

6.2 REQUISITOS INSTITUCIONALES

El tópico limitaciones al trabajo del PD abarca las creencias, conductas, recursos y costumbres deportivas y sociales, que pudieran obstaculizar el desarrollo del trabajo del psicólogo deportivo, impidiendo que éste lleve a cabo su labor de manera sistematizada y en óptimas condiciones. De este modo, abarca el conjunto de condiciones de trabajo que, no pudiendo ser tomadas como medios para el desarrollo de éste, se vuelven vallas que deben ser identificadas con el fin de resolverlas.

Para comenzar, la opinión de los psicólogos entrevistados refiere a la prioridad del trabajo en oficina (más que en terreno) por los límites horarios dispuestos en el lugar de trabajo. El entrevistado apunta a destacar que existe una inconsistencia entre el cumplimiento de horarios (lunes a viernes, mañana y tarde, etc.) e importantes actividades que se

desarrollan fuera de éste (competencias, entrenamientos) y a las que llama "trabajo en terreno", diciendo:

"Concretamente, en este lugar de trabajo hay que cumplir ciertos horarios, y por horario uno se dedica más a la oficina que al trabajo en terreno, pero sí hay trabajo en terreno en los entrenamientos y en las competencias. Pero se va priorizando porque también hay un tema de que las horas no alcanzan entonces la inversión de tiempo de fines de semana ya es importante y, más encima, no hay reconocimiento de ese trabajo" (E.8 pág.2)PD

Las siguientes categorías emergentes enfrentan dos disímiles realidades de los psicólogos deportivos, pues mientras en la primera de ellas, se advierte una cierta conformidad con las condiciones básicas del trabajo de oficina para consultas y apunta a la **falta de recursos para asistir a competencias internacionales** (valorando positivamente que el psicólogo viaje con ellos), en la segunda y tercera, las opiniones apuntan precisamente a la **inexistencia de espacios físicos para la labor del psicólogo deportivo**:

"A ver, creo que las oficinas aquí están adecuadas para lo que es trabajo de la sesión semanal y eso. Lo que sí creo que hace falta es el apoyo económico que los psicólogos estén en los espacios de competencia con el deportista (...) en la competencia internacional no están disponibles por un tema económico, siempre es una pelea tener que intentar llevarlos a alguna competencia porque la institución no parece darles la importancia que se merecen" (E.14 pág.1)D

"No, falta un lugar. O sea, por lo menos en mi Academia no hay un lugar para que el psicólogo tenga su espacio. O sea, el jugador tiene que ir a su consulta (...) No, no hay como una "zona" del psicólogo deportivo. El trabaja en su consulta y en cancha. Esas son las dos modalidades, y bueno, en algún espacio libre dentro del recinto" (E.5 pág.1)E

En esta misma línea, el análisis de uno de los entrenadores llega a considerar el **diseño de los complejos deportivos** para mostrar que el trabajo del psicólogo deportivo no es considerado como un componente basal del desarrollo deportivo:

"No, yo diría que no, no se piensa mucho todavía en esas intervenciones, que necesito un espacio para el psicólogo deportivo. Por ejemplo cuando tú ves el diseño de un complejo deportivo, yo no conozco por lo menos en Chile que exista la oficina planeada o planificada desde el inicio del proyecto para el psicólogo deportivo; siempre como que se adapta, como que se mete, como el apéndice que hay que ir incorporando, pero es interesante plantearlo como una cosa de base"
(E.10 pág.1)

Tal vez uno de los planteamientos más críticos hace referencia a que la misma desconsideración respecto a la labor del psicólogo deportivo (que se evidencia por ejemplo en **carencias de recursos económicos** para mantenerlo durante todo el proceso, o bien que los recursos, aun existiendo, no son destinados a ello) nos habla de que aún no se puede hablar de alto rendimiento. Resulta entonces relevante señalar que la opinión de los entrenadores entrevistados indica que la **falta de apoyo estatal** sería la principal causante de este problema general:

"Primero los recursos que maneja la institución para poder tener de forma constante en todo el proceso a un psicólogo deportivo, o sea, no hay plata. Segundo, no se valoriza porque puede que existan recursos pero no se valoriza un psicólogo deportivo porque se piensa que el entrenador lo puede hacer todo. Por eso yo digo que el alto rendimiento no existe todavía. Tercero, creo que hay muchos entrenadores que opinan mal del psicólogo deportivo, tendiendo a decir que ellos tienen la respuesta de todo sobre sus jugadores y sobre el proceso"
(E.16 pág.9)E

El segundo tópico relativo a los requisitos institucionales es el propio rol del PD. Se entiende entonces que agrupa las funciones que le son propias al psicólogo deportivo en el trabajo con el deportista, relacionadas con el apoyo psicológico, entrega de herramientas facilitadoras para mejora del rendimiento y manejo de emociones experimentadas por los deportistas en los distintos contextos deportivos en los que se ven involucrados. Es decir, en el contexto de esta dimensión fueron recogidos los elementos emergentes en las entrevistas que apuntaban a las definiciones formales y sancionadas acerca del rol del PD.

En primer término, existe un marco general de las áreas de desempeño del psicólogo deportivo, cuya delimitación se encuentra en la **Ley del Deporte**. Destaca el hecho de que en ella no se asigne un rol claramente delimitado a su función:

"De la ley del deporte, lo que se desprende son las categorías de deportes, y ahí están las funciones que puede desarrollar el psicólogo del deporte (...) principalmente la Ley del deporte te delimita eso: los ámbitos de aplicación de la psicología del deporte, pero no te dice cómo tú te vas a desempeñar como psicólogo, sino que te muestra las áreas donde tú puedes intervenir" (E.1 pág.8)

"Me parece que en ese sentido la Ley no es explícitamente clara o define esto, pero al leer uno puede concluir que el rol del psicólogo en cada una de estas modalidades tiene características o por lo menos énfasis distintos" (E.10 pág.8)PD

Al respecto, uno de los entrevistados apunta a solucionar en parte el problema, por la vía de **consideraciones específicas en proyectos deportivos financiados**, que incluyan explícitamente al psicólogo deportivo como parte integrante de los equipos de trabajo deportivos de alto rendimiento, más allá de explicitaciones formalizadas acerca del rol. Esto podría implicar la necesidad de definir el rol específico del psicólogo, o menos aún, el simple nombramiento de este profesional como miembro del equipo técnico con el fin de poder tener participación en proyectos con financiamiento del estado:

:

"Podría incluir un tema de lo que te decía al principio, de considerar al psicólogo como parte integrante del los equipos de trabajo a todos los profesionales del área de las ciencias del deporte para poder dar el espacio a que uno como profesional del área pueda aparecer en los proyectos y en las cosas, porque hasta el momento no es así. Ahora entonces yo creo que ese podría ser el avance, aunque la decisión de incluir o no incluir a alguien no debiera estar normada, pero si la opción está y con eso se logra un financiamiento de los profesionales de las ciencias del deporte, es un beneficio" (E.8 pág.7-8)

Se desprende así de la descripción anterior que el apoyo institucional no es facilitador, ni menos suficiente, para poder llevar a cabo un trabajo psicológico con los deportistas, ya sea por la escasa destinación de recursos al área y al apoyo no tan sólo económico, sino

que también hay una falta de apoyo “moral” por decirlo de alguna forma, que ayude al desarrollo profesional del psicólogo en las instituciones de alto rendimiento.

6.3 CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES

En esta dimensión del análisis, se torna necesario hacer ver que el rol del PD debe ser considerado no sólo en su dimensión formal sino también en términos de las competencias y habilidades necesarias para el adecuado desarrollo de las tareas implicadas en su labor.

Como primera categoría tenemos que el trabajo del psicólogo se considera por los propios profesionales en términos de un **apoyo a la labor del entrenador**, quien es por su parte encargado de la planificación general del proceso deportivo. El apoyo apunta entonces a sumar, para el logro de las metas generales, desde las materias que en general se consideran como propiamente psicológicas:

- *"El entrenador lleva a cabo el plan y el proceso de entrenamiento por años en donde él está a cargo de mejorar los aspectos técnicos y tácticos del deportista y del deporte como se requiera, y el psicólogo va a estar siempre trabajando en el aspecto de las características psicológicas que pueden influir para que ese rendimiento que el entrenador trabaja se cumplan o se den realmente en la competencia" (E.8 pág.1)*

De la anterior consideración general, uno de los entrenadores entrevistados se refiere al aspecto emocional e intelectual como el área de intervención del psicólogo deportivo, siempre considerando que la intervención en estos aspectos “internos” va orientada al logro de rendimientos deportivos. La distinción con el trabajo del entrenador es, entonces, entre el ámbito “interno” y el ámbito “conductual”:

"El psicólogo, evidentemente, trabaja con las emociones del deportista, con las capacidades intelectuales, con la capacidad de resolución, la toma de decisiones, la capacidad de visualizar, el manejo de la ansiedad, la tolerancia a la frustración,

con una serie de cualidades... con el ámbito interno, diría yo, principalmente interno"(E.10 pág.7)

Uno de los deportistas que participaron de esta investigación, especifica más aún en esta distinción, indicando algunas de las señales psicológicas y somáticas del sistema corporal del atleta, que sirven a la intervención del psicólogo:

"La diferencia es que el psicólogo debiera estar profundamente concentrado en recibir la información emocional del sistema del atleta, ya sea cómo el cuerpo está reaccionando al estrés, a la ansiedad, fisiológicamente estar atento a la calidad del sueño, a todas esas cosas y también al foco, estar muy concentrado en el foco del deportista (...) a veces esas como respuestas vienen por el lado de la emoción, por el lado cognitivo, entonces estar muy atento a esa respuesta" (E.7 pág.5)D

Por su parte, desde la propia psicología deportiva se define todo este complejo de instancias de intervención como **manipulación de variables psicológicas**, manipulación que está por supuesto orientada al logro de un rendimiento deportivo óptimo:

"...modificar la conducta en todo aquello que tenga que ver con los procesos que ocurren con el deportista antes de la competencia, con lo que tiene que ver con lo que pasa durante el desarrollo de un evento competitivo, todo lo que le suceda en el momento posterior a la evaluación de ese evento competitivo. En el deporte de alto rendimiento el rol claramente es tratar de maximizar el rendimiento deportivo manipulando las variables psicológicas"(E.3 pág.6)

En la misma línea, los psicólogos definen la **entrega de herramientas competitivas** como uno de sus principales roles; esto es, ofrecerle a los deportistas modos de manejar sus propios procesos psicológicos en el contexto competitivo en que emergen alteraciones (ansiedad, nervios, desconcentración, etc.). Este aspecto del rol del psicólogo es compartido por uno de los entrenadores entrevistados:

"Yo creo que por lo menos en el nivel de la competencia es la preparación para transformar los rendimientos del entrenamiento en rendimientos competitivos, y en ese proceso, evidentemente el rol del psicólogo es entregarle herramientas,

entregarle como la posibilidad de que el deportista tenga una serie de estrategias, una serie de posibilidades en determinado momento (...) creo que psicológicamente uno tiene que ser capaz de entregarle eso, herramientas para que él entienda o él sepa diferenciar en un determinado momento qué herramienta utilizar y cómo afrontar un momento de concentración, de ansiedad, de toma de decisión, de manejo grupal, de liderazgo que afecte positivamente los resultados competitivos, los resultados deportivos"(E.2 pág.6)

"Para mí el rol del psicólogo deportivo es permitir que el deportista potencie todas sus habilidades técnicas, tácticas y competitivas, que le permita estar consciente de cuáles son sus defectos, cuáles son sus virtudes para poder concentrarse en sus virtudes y dominar sus miedos, sus ansiedades" (E.10 pág.7-8)

También destaca el planteamiento de un rol que tiene relación más con la investigación y que, pese a ser aún parte de un ideal de trabajo, se encuentra presente en el imaginario asociado a la labor, entendida entonces como un **doble rol de intervención y de investigación**:

"Cuando estamos hablando del alto rendimiento, ojalá tuviéramos dos grandes líneas de acción: una que es la línea de intervención para la cual tenemos que hacer evaluaciones, tenemos que capacitar a los cuerpos técnicos para que trabajen mejor en equipos interprofesionales, tenemos que hacer un trabajo de aplicación de procedimientos sobre todo con el deportista, pero ojalá que también estuviéramos trabajando en investigación"(E.15 pág.12)

Por último, deportistas y entrenadores dan al psicólogo deportivo algunos **roles complementarios**: cohesionador del equipo técnico gracias a su conocimiento de técnicas que pueden aportar en este sentido; rol mediador entre deportistas y entrenadores; y un rol difusamente trazado de ser una suerte de complemento del equipo técnico:

"yo creo que si un psicólogo puede introducir esa metodología, que es como una ingeniería grupal finalmente, el outcome es mucho mayor que al de cada profesional por separado. Entonces es clave el rol del psicólogo en ese sentido de

cohesionar a esos profesionales que no tienen por qué ellos, por sí solos, tener que saber hacer estas cosas" (E.7 pág.7)

"Ese tipo de confianza yo no la voy a poder lograr con el técnico, entonces tu igual necesitas un nexo, y yo creo que tiene que ser el psicólogo, pero que tampoco se creen estas islas de que hablábamos antes en que todos estén esparcidos, no; tiene que haber como una jerarquía, como el técnico, el psicólogo y las jugadoras, un mediador en el sentido de ocasiones especiales"(E.4 pág.8)

"Yo creo que es el complemento del cuerpo técnico para potenciar todas aquellas debilidades tanto en lo individual como en lo colectivo de un grupo de deportistas. Es el complemento de todo aquel que el entrenador no puede tomar en el fondo o quizás no debe tomar para no despreocuparse de toda la parte técnica táctica que necesita de su preocupación" (E.13 pág.4)

El tercer tópico dice relación con las habilidades del psicólogo deportivo, esto es, las características propias del psicólogo deportivo que se expresan en el trabajo con los diferentes actores, dentro del contexto deportivo de alto rendimiento. Dichas habilidades contribuyen al logro de objetivos y a la consecuente mejora del rendimiento del deportista, y están estrechamente relacionado con formas en que son llevadas a la práctica los conocimientos teóricos aprendidos en su formación y/o especialización, así como con la utilización creativa de recursos disponibles en las instituciones deportivas, tal y como se refleja en la siguiente cita:

"(...) junto con el conocimiento teórico, tener la capacidad de llevar esa parte teórica a la parte práctica, en qué sentido, en poder intervenir en cualquier momento (...) Eso es: conocimiento teórico: saber lo que uno está hablando, saber de las teorías, la parte dura podríamos decir, y también esa creatividad, este poder traspasar esto teórico a lo práctico. Y aparte de eso otras habilidades como comunicación, la asertividad, la empatía que te permitan intervenir con el deportista en determinadas situaciones"(E.1 pág.2-3)

En primer lugar, se encuentran las **habilidades prácticas** de los psicólogos, entendidas en términos generales como las competencias laborales en el trabajo y manejo de equipos:

"El psicólogo deportivo debe tener habilidades y competencias para todo lo que es el trabajo en equipo: formación de equipo, establecimiento de metas para el equipo, todo el tema del liderazgo, la toma de decisiones participativa (...) También hay que tener ciertas competencias para saber sobrevivir en este ambiente, un ambiente de grandes intereses muy pasionales y con egos muy marcados"(E.15 pág.4)

A este respecto, destaca la emergencia del diagnóstico acerca de la distancia entre la formación académica universitaria y la *aprehensión práctica* de muchas de estas habilidades:

"...creo que todo lo que a nosotros nos enseñan en pregrado como psicólogo, no guarda mucha relación con lo que hacemos en la psicología del deporte. Tal vez en cosas como de sentido común, cómo tratar a una persona, habilidades de afectividades, de empatía, de escucha, pero son las mismas habilidades que puede tener cualquier persona no siendo psicólogo"(E.11 pág.2)PD

Una de las principales habilidades que fueron mencionadas en este tópico se refiere a la **creatividad y capacidad de innovación** necesaria para hacer frente a los diferentes contextos y personalidades de los actores involucrados:

"Yo creo que tiene que ser completo, o sea, tiene que tratar de ser creativo, no que solamente se base en una forma, sino que en algo más completo, más complejo porque o si no el futbolista también se aburre. Tratar de buscar fórmulas que también a la vez también te ayuden a crecer, te ayuden también a entretener, o sea, a hacer algo más lúdico que también es importante (...) Lógicamente que mientras más innovador, más creativo sea... yo creo que los trabajos en sí van a ser mucho mejores y van a arrojar mejores resultados"(E.12 pág.4-5)

"...creo que existen herramientas y de repente hay que hacerlas como más creativamente, hay que pensar un poco qué hacer y ser capaz de crear una manera diferente de enfrentar la realidad deportiva. Pero esas son como las técnicas más comunes, más utilizadas"(E.2 pág.4)

Un segundo aspecto relevante, dado el actual contexto nacional en cuanto a la infraestructura deportiva, tiene que ver con la **capacidad para adaptarse a los espacios físicos disponibles**, lo cual es una característica relevante en términos de habilidades del psicólogo deportivo que le permiten sortear las carencias existentes en el alto rendimiento para llevar a cabo su rol:

"Yo diría que generalmente el psicólogo se adapta a los espacios físicos que hay. Yo creo que todavía no hay una conciencia clara de que el psicólogo necesita un espacio físico específico y determinado" (E.2 p.4)

"No, no siempre cuenta con ese espacio físico. En algunos clubes, en alguna federación seguramente las tienen, pero en mi experiencia no. Se busca una sala, una sala multiuso; de repente puedes hacer un trabajo grupal o individual que sea polifuncional, pero el psicólogo se va adaptando a los espacios"(E.13 pág.1)

Del mismo modo, la evidencia de que existen diferentes personalidades y formas de trabajo determinan que una valorada habilidad sea justamente la **capacidad de adaptarse a los entrenadores**:

"...el psicólogo está obligado a tener mucha capacidad de adaptarnos al entrenador con el que estamos trabajando, al entrenador del deportista con el que estamos trabajando, a veces sencillamente no tenemos vínculo con el entrenador, lo que reduce nuestra acción. Pero en ese marco nos tenemos que centrar y tener también mucha paciencia y no dejarnos llevar por emociones que a veces hay situaciones que ameritan que reaccionemos pero por otro lado, por la psicología y por nuestro rol acá tenemos que contar hasta un millón"(E.15 pág.1)

En términos más específicos, uno de los entrenadores entrevistados destaca la **habilidad para informar oportunamente** por parte del psicólogo. Lo oportuno de la información

entregada, sin embargo, debe considerar el aspecto relativo a la **confidencialidad**, y por ende se destaca como una de las habilidades más complejas de desarrollar y cubrir:

"...yo creo que hay cosas que pueden mantenerse dentro de la confidencialidad, pero hay otros que debiera filtrar el psicólogo; debiera ser lo suficientemente eficaz como para comprender que hay informaciones que deben desarrollarse mejor con todos los actores y otra gente"(E.11 pág.6)E

"Me imagino que, o sea, si yo le pido a mi psicólogo que no le cuente algo a mi entrenador yo espero que lo respete y que si tiene que manejar alguna situación y ver la forma de comunicarle algo al entrenador sin decirle tendrá que arreglársela, o sea, el problema es del psicólogo, tendrá que arreglársela en ese momento a cómo ayudar a manejar esa situación sin violar el secreto profesional (...) Ahí también hay un tema de habilidad de un psicólogo, pero creo que debiera respetarse y sí, tiene que pasar por la habilidad del psicólogo" (E.14 pág.5-6)D

Finalmente, y no por eso menos importante, cabe destacar la valoración positiva que hacen los distintos actores del escenario deportivo respecto a la presencia de ciertas **habilidades sociales en los psicólogos deportivos**, lo cual facilitaría tanto el trabajo con los jugadores como la relación basada en la credibilidad que establece con los entrenadores: *"Desde mi punto de vista, que sea una persona simpática, extrovertida, que tenga carácter... que tenga habilidades sociales 100%. Porque una persona, por ejemplo, introvertida, te da una imagen de inseguridad"(E.16 pág.3)*

El tópico educación en psicología deportiva, que hace referencia al rol educativo del psicólogo deportivo, y específicamente a aspectos ligados con los procesos de aprendizaje y de formación en algunas modalidades de trabajo. Está al servicio de aquello que pueda dar a conocer a entrenadores, cuerpo técnico, deportistas y padres, dado el nivel precario de su inserción en el medio, y a una cultura deportiva que aún resiste su incorporación:

"Yo creo que uno debería tener primero una perspectiva educativa, educar en estrategia, en habilidades, etc. porque eso te ayuda a la prevención de determinados fenómenos psicológicos que pudieran ocurrir durante el período de

la competencia, ¿para qué? para que la competitividad o la capacidad que él tenga para responder a un determinado deporte, la capacidad que él tenga para entrenarse se vea reflejada en la competencia; entonces a lo mejor uno va encadenando cosas (...) El mejoramiento del rendimiento es la consecuencia de todo lo demás"(E.10 pág.10)

Un primer aspecto, tal vez el central, tiene que ver con **educar al entrenador** en materias de psicología deportiva, con el fin de que quede entendida su función, su pertinencia y también los límites de sus labores:

"Una de las labores importantes del psicólogo deportivo es educar a la otra parte del cuerpo técnico en relación a cuál es la labor de uno, hasta dónde uno entra. No se va a meter en decisiones técnicas, ni en cómo se va a plantear el equipo o tácticas, pero sí puede ser un aporte en relación al otro, a la actuación del equipo, a las motivaciones de los deportistas, a cómo trabajar la ansiedad. La clave yo creo que está en informar, en educar al entrenador para que no haya este tipo de errores"(E.1 pág.1)

Lo mismo se enuncia en lo que tiene que ver con los jugadores y la necesidad de **educar a los propios atletas** acerca del rol del psicólogo deportivo, dado que existe un enorme desconocimiento de estos actores respecto del tema:

"Ahí la gran pega es también del psicólogo que le haga entender al jugador que al final es un apoyo, o sea, el psicólogo deportivo no llega a la academia porque hay jugadores con problemas. Eso lo aclaramos lo antes posible. El jugador tiene que entender que el psicólogo es un entrenador más con el que puede contar"(E.5 pág.2)

"Son pocos los deportistas que piensan en un psicólogo como alguien que los puede ayudar; quizás te dicen en teoría que "sí, creo que sería importante", pero si tu les preguntas por qué sería importante, no hay ninguno capaz de decir por qué es importante, en qué te ayudaría, cuáles son las tareas que él... las dificultades que yo tengo y que a lo mejor podrían ser útiles para él. No creo que haya un

conocimiento, creo que hay mucha ignorancia respecto a la labor de un psicólogo deportivo"(E.2 pág.2)

Un aspecto derivado, pero importante por lo señalado anteriormente, es la actividad de educación general respecto de la necesidad de **contar con espacios físicos adecuados** para el desarrollo de la asistencia psicológica. Lo cual se hace relevante al momento de dimensionar el nivel de desconocimiento de la labor del psicólogo deportivo en cuanto a que siquiera se reflexiona acerca de la determinación de espacios en los que pueda intervenir el psicólogo deportivo:

"Yo diría que generalmente el psicólogo se adapta a los espacios físicos que hay. Yo creo que todavía no hay una conciencia clara de que el psicólogo necesita un espacio físico específico y determinado"(E.2 pág.4)

"...entonces, en general no está muy claro el tema de los espacios, falta ahí tener que, no sé si convencer nosotros o que ellos entiendan que el espacio se necesita"(E.11 pág.3)

El último tópico asociado a esta dimensión de nuestra investigación se relaciona con el nivel de formación del psicólogo deportivo, el cual refiere al grado de especialización en la formación del psicólogo deportivo, la cual es requerida y valorada por el contexto del deporte de alto rendimiento para desarrollar su rol.

De partida, destacan dos visiones contrapuestas acerca de la base profesional: la primera resalta la necesidad de la **formación en psicología** y se asocia fundamentalmente a la visión de uno de los psicólogos deportivos y uno de los deportistas entrevistados, mientras que un entrenador **relativiza lo imprescindible de esta formación de pregrado**:

"Yo creo que el Psicólogo deportivo, sonará medio "de Perogrullo", pero hay que recalcarlo, debe ser psicólogo porque creo que las herramientas que va a necesitar el psicólogo apuntan, primero, a una mirada, a una metodología científica; yo creo que eso lo da la psicología (...) lo que hay que hacer después,

ponerse en el deporte y filtrar todo eso que yo sé para aplicarlo al deporte; o sea, cómo desarrollo aprendizaje motor, cómo desarrollo estrategias motivacionales en los niños, cómo discrimino clínicamente o características de personalidad para saber si contiene o tiene la persona las características que le permitan soportar la frustración, la tolerancia, la rutina, la alta exigencia, etc." (E.2 pág.2-3)

"...esto es el circo pobre y que el entrenador lo haga a veces de psicólogo no me parece. Creo en la especialización, yo creo que uno debiera trabajar con un psicólogo, no con el entrenador como psicólogo; creo que es mucho más completo, creo que puedes tener un mucho mejor trabajo de esa forma y abarcar mejor los problemas de esa manera"(E.14 pág.1)

Finalmente, encontramos que los psicólogos plantean como relevante contar con competencias específicas relacionadas a su **conocimiento de distintos modelos cognitivo-conductuales**, así como otras herramientas que no son fácilmente traspasables sin haber transitado por la formación en psicología:

"El psicólogo deportivo debe tener habilidades y competencias para todo lo que es el trabajo en equipo: formación de equipo, establecimiento de metas para el equipo, todo el tema del liderazgo, la toma de decisiones participativa (...) También hay que tener ciertas competencias para saber sobrevivir en este ambiente, un ambiente de grandes intereses muy pasionales y con egos muy marcados"(E.8 pág.2)

El último tópico asociado a esta dimensión de nuestra investigación se relaciona con condiciones básicas para el trabajo del psicólogo deportivo, la cual refiere a los requisitos mínimos de tiempo, conocimientos, espacios físicos, habilidades, aspectos relacionales y recursos necesarios para facilitar el desarrollo de la labor del psicólogo deportivo con los distintos actores del escenario deportivo, lo cual está estrechamente relacionado con la prosperidad de la presencia del psicólogo deportivo en contexto de alto rendimiento.

Dentro del contexto de alto rendimiento todo se basa y se explica a través de números, y de la misma forma se va guiando el desarrollo competitivo de los deportistas, es por ello

que una de las deportistas destaca la **necesidad de un programa de trabajo** como un requerimiento imprescindible que permite al psicólogo deportivo adentrarse en el terreno del proceso deportivo y a la vez facilita la confianza del deportista para realizar este trabajo en conjunto para lograr los objetivos establecidos:

"...no entregan un programa igual que los entrenadores –deberían entregar un programa también- con fechas estipuladas, calendario ¿no cierto? De los resultados, o de giras, todo... bueno, ese trabajo también debería estar involucrado el de los psicólogos" (E.4 pág.1)

Un segundo aspecto estrechamente relacionado con lo mencionado anteriormente y como requisito también importante para el logro de la confianza que el deportista siente hacia el psicólogo deportivo, se manifiesta la **confidencialidad para la intermediación** entre el psicólogo y el entrenador, lo cual muchas veces sitúa al psicólogo en una posición conciliadora ante los conflictos o estilos relacionales defectuosos en la dinámica deportista-entrenador. Lo que consecuentemente se traduce en una especie de condición que dispone al deportista al trabajo comprometido con el deportista:

"Yo creo que es súper importante la confidencialidad porque muchas veces suceden problemas entre el técnico y las jugadoras y la psicóloga que teníamos en ese entonces fue intermediaria en muchos aspectos" (E.4 pág.7)

Y siguiendo con los aspectos que facilitan el trabajo en terreno con el deportista, merece gran importancia el hecho de que el psicólogo **demuestre interés para que el deportista crea en su trabajo**, lo cual requiere de la presencia activa y de mucha involucración con los deportistas con quienes trabaja y su identificación con el deporte que practican:

"no sé si estar el psicólogo desde un comienzo, pero sí que se den el tiempo de acercarse, conocer el deporte, conocer a los deportistas porque si no, su credibilidad y todo el trabajo que puedan hacer no va a valer de nada. Entonces requiere rigurosidad y trabajo, como en todo, incluso todos tenemos que trabajar por conseguir resultados ¿por qué ellos no tendrían que hacerlo?" (E.4 pág.9)

Por otro lado, el trabajo del psicólogo deportivo se condiciona intensamente a los espacios disponibles con los que cuenta dentro de las instituciones donde trabaja, por lo cual debe tener la capacidad de **aprender a desarrollar trabajo psicológico en cancha** logrando sobrepasar los obstáculos que le dificultarían llevar a cabo las intervenciones con los deportistas. Es importante entonces poder ocupar los espacios físicos con los que cuenta para poder desarrollar nuevas y prácticas formas de aplicación de aprendizajes psicológicos:

"...para el trabajo que hacía yo en la academia de tenis, hace muchos años que estoy con ellos; aprendí a desarrollar un poco mi actividad del trabajo psicológico, pero no estando en una oficina, en una consulta, sino que haciéndolo en terreno. Yo me visto de buzo, estoy en la cancha y ahí mismo, durante se está produciendo el entrenamiento deportivo, vamos trabajando aspectos psicológicos" (E.3 pág.1)

Es entonces que la valoración del trabajo del psicólogo deportivo por parte de los entrenadores, tiene como **requisito el trabajo en cancha**, lo cual amplía las formas privadas de intervenir con el deportista y lo sitúa en el campo mismo donde interactúan todos los demás miembros del cuerpo técnico, pudiendo así intercambiar apreciaciones y trabajar en conjunto aspectos del deportista para guiar su capacidad resolutiva en competencias:

"yo creo que el psicólogo que trabaja en alto rendimiento por un lado tiene que también trabajar mucho trabajo de campo, el trabajo de campo me refiero a acompañar al deportista; creo que el trabajo bien hecho del psicólogo deportivo es acompañándolo en el caso del Pádel y Tenis a la cancha de tenis, gimnasio o en pista para ver cómo resuelven las dificultades, los desafíos y los estímulos que son de cada una de estas áreas" (E.10 pág.2)

En cuanto a las **características específicas del deportista y su deporte** cabe mencionar, tal como plantea este psicólogo deportivo, que la modalidad deportiva guía las dinámicas de relación que establece el psicólogo con los deportistas, haciendo alusión a los tiempos de intervención requeridos con cada deportista y su tema de trabajo, es entonces que el tiempo utilizado para intervenir:

"Depende de si tomamos un deporte colectivo o individual, en uno individual uno anda mucho más rápido, en el colectivo es más lenta porque no todos están comprometidos con el trabajo, o algunos pescan, otros no (...) Depende de la problemática del deportista. En general con el deportista me reúno una vez a la semana, pero yo sé que con algunos yo tengo que reunirme un par de veces al mes, o sea, cada quince días y funciona bien porque son tipos que cuando tú les das las tareas ellos son súper profesionales para hacerlas, ahí no es necesario que tu estés encima" (E.3 pág.5)

Lo anterior alude indirectamente a la necesidad de poder relacionarse de una manera complementaria con el deportista, además de contar con la posibilidad de estar constantemente trabajando con él ya sea en cancha o en oficina para poder focalizar el trabajo en base al **conocimiento del deportista en particular**, lo que permitiría interiorizarse en la historia deportiva del jugador, sus experiencias en cancha y las emociones que convoca en las competencias, por lo tanto:

"Tiene que conocer al jugador, el historial del jugador, el ir analizando todas las cosas que vive el jugador antes de un partido y para eso es importante el conocimiento con el mismo jugador, o sea, tiene que haber un trabajo detrás creo que de mucho seguimiento (...) el psicólogo tiene que estar a la par del entrenador, y quizá más que el entrenador de vez en cuando, conocer mucho al jugador, lo que siente y lo que ha hecho tiempo atrás el jugador" (E.5 pág.2-3)

Además del conocimiento del deportista en particular, para que el psicólogo deportivo pueda tener una visión más ampliada del actuar del deportista y poder comprender sus conductas en el terreno deportivo, los recursos a los que recurre en ciertos momentos de la competición o como la lleva a cabo, es importante **conocer el deporte en específico**, aunque es también necesario ir más allá y adentrarse en lo que precisamente este deportista menciona como algo fundamental para poder expresarse fluidamente con el psicólogo deportivo. Los **conocimientos técnicos de la especialidad deportiva** facilitarían el trabajo con el deportista a partir de la comunicación basada en un lenguaje común:

"Desde el punto de vista deportivo, tiene que conocer a fondo el deporte del cual se trata, porque el deporte en general tiene como las mismas dinámicas pero cada deporte es particular. Y los deportistas que practican ese deporte, se adaptan a esas cosas particulares, por lo tanto una las tiene que conocer" (E.8 pág.1)

"Para mí está, antes que todo, el conocimiento técnico de la especialidad que uno realiza. Muchas veces el no manejar como esos conocimientos básicos de la especialidad hacen que uno se cierre y como que no logre transmitir realmente la importancia que tiene cada tema en la carrera profesional" (E.7 pág.1)

Para la siguiente categoría, cabe mencionar la convergencia de opiniones de los distintos protagonistas de este escenario deportivo en cuanto a la relevancia que denota el que el psicólogo deportivo tenga alguna **experiencia deportiva tanto** para su credibilidad, como para la facilitación de la comprensión empática hacia el deportista, lo cual se basa en la vivencia experimentada en cancha. Tal como menciona uno de los entrenadores:

"Para mí es básico que haya sido deportista, que tenga esa experiencia que en el fondo todo lo que sabe de teoría, en algún momento lo haya vivenciado como deportista; sepa en el fondo qué está transmitiendo, qué está sintiendo el deportista en ese momento, sea súper empático en lo que el deportista está sintiendo y lo que él quiere transmitir. Yo creo que eso es lo que lo hace ser una persona mucho más creíble en lo que está transmitiendo"(E.13 pág.2)

Opinión que se reitera en el relato, ahora, de un deportista basado en la comparación de un trabajo previo con psicólogos que no tienen experiencia en la práctica de algún deporte con el trabajo psicológico que realiza actualmente:

"He estado con psicólogos deportistas y no deportistas. La C fue... parece que todavía ahí están sus récords, entonces ella ha vivido cosas, o yo vivo cosas que ella ya sabe cómo se viven, es más fácil la comprensión (...) para mí ha sido tan significativo que la C haya vivido lo mismo que yo he vivido, que sí pues, creo que de todas maneras un deportista: facilita las cosas"(E.14 pág.7)

No es entonces que, mediante la contextualización de las condiciones anteriores mencionadas, pueda tenerse una visión acerca de la manera como intervenir en un

contexto tan exclusivo como es el alto rendimiento, el cual cuenta con características y objetivos propios relacionados estrechamente con el rendimiento y la consecución de resultados, por lo mismo es esencial tener conocimientos respecto a las **características particulares del alto rendimiento**, lo que requeriría cierta especialización del psicólogo deportivo en el área:

"El deporte de alto rendimiento tiene algunas características que lo hacen particular (...) para mí es fundamental que exista esa especialización, por decirlo así, en el tema del rendimiento. El deportista de alto rendimiento está sometido a un estrés que no lo está el deportista del rendimiento nacional o de deporte recreativo, obviamente, hay una cosa adicional fuerte pues trata de la carrera de los deportistas, se trata de los deportistas de alto rendimiento que deben vivir de eso"(E.11 pág.1)

Lo cual se traduce en una especie de **especialización en alto rendimiento aprendido en la práctica**, ya que, tal como menciona esta deportista, no es sino al momento de estar inmerso en este contexto donde pueden aprenderse habilidades que les son propias a este contexto y que no se encuentran en el deporte formativo o recreativo:

- *"No es lo mismo el deporte formativo, al recreativo y el competitivo, o sea, son áreas totalmente distintas y aunque tengo claro que eso no se estudia en la universidad, sino que se va haciendo en la práctica y te vas especializando ahí"*
(E.14 pág.3)

En tanto este ítem describe toda la gama de habilidades y conocimientos que debe disponer un psicólogo de alto rendimiento para llevar a cabo su rol, es de real importancia poder concluir de manera resumida que tanto los psicólogos, como los entrenadores y los deportistas vierten sus visiones experienciales en cada uno de los tópicos mencionados respecto al trabajo del psicólogo para mejorar el rendimiento del deportista, resultando sorprendente el hecho de que aún visto desde distintas perspectivas, no sean tan divergentes las opiniones vertidas, sino que todas apuntan a necesidades similares y a valoraciones consensuadas.

6.4 MÉTODOS Y/O TÉCNICAS

En este nivel de análisis, se resaltan aspectos relacionados tanto con las herramientas utilizadas en esta área, como con los espacios de intervención del psicólogo deportivo, lo cual refiere a los distintos contextos en el cual se desarrolla el trabajo del psicólogo deportivo, ya sea en el ámbito de entrenamiento, campeonatos o en la oficina, lo cual estará estrechamente relacionado con características específicas del deporte y de la etapa del proceso deportivo en que se encuentre el deportista.

Como primera categoría, se señala como un espacio de intervención, sin ir más allá en la relevancia de su disponibilidad, la **oficina del psicólogo deportivo como espacio auxiliar de trabajo psicológico**. Auxiliar en cuanto se plantea, desde los distintos puntos de vista, que este espacio responde a la necesidad de poder trabajar temas confidenciales con el deportista de manera individual, teniendo una suerte de espacio íntimo para poder trabajar aspectos paralelos al trabajo desarrollado en cancha, como así también la parte “teórica” de los entrenamientos, pero como un trabajo que no es comparable con el llevado a cabo en cancha, lugar en donde se desarrolla directamente la performance del deportista en contacto con el deporte mismo:

"En el CAR había una oficina, pero no los espacios que necesita un psicólogo deportivo a mi entender. Creo que la oficina es uno de los espacios, pero creo que el psicólogo deportivo debería tener unos espacios más libres, espacios no encerrados para trabajar con la gente. Situarlos o en el mismo campo o fuera del campo, tener recursos como para poder llevar al grupo a otra instancia en donde realmente prueben en la práctica lo que habla un poco la psicología deportiva"(E.16 pág.1)

Por lo anterior se hace interesante dar cuenta, entonces, de la forma como cada psicólogo deportivo va distribuyendo sus horas de trabajo, en relación a necesidades y características de los deportistas, en los distintos contextos donde se hace necesario el trabajo psicológico, teniendo que priorizar el **trabajo en oficina o en cancha** como los espacios inmediatos en donde el psicólogo deportivo puede examinar los avances del deportista. Siendo entonces que esta distribución se desglosa en:

"Una vez a la semana, una hora más o menos, me refiero a la sesión misma que puede ser en la cancha, que puede ser en la oficina, no sé si una vez a la semana

en el entrenamiento, a veces no creo que sea tan relevante; a lo mejor estar una vez al mes en el entrenamiento, depende del deporte también” (E.14 pág.2)

Por otro lado, y respecto a la posibilidad de contar con la **presencia del psicólogo deportivo a la par con el resto del cuerpo técnico en las competencias** en ese espacio se da en la medida que el entrenador, tal como se menciona a continuación, considere que la presencia del psicólogo deportivo como un factor significativo para la ejecución del deportista en cancha, complementando así la labor de los otros profesionales relacionados con la preparación del deportista en momentos precompetitivos:

"Hay hartos que necesitan que el psicólogo esté a la par del preparador físico. O sea el preparador físico prepara el partido con el jugador en la parte del calentamiento, el entrenador da la charla táctica y el psicólogo también da unos Tips a los jugadores antes de la competencia, que es súper importante"(E.1 pág.2)

Sin embargo, no sería posible la demanda del psicólogo deportivo en el espacio competitivo mencionado, si no ha habido detrás un trabajo previo con el deportista que avale la importancia de la presencia en esas instancias, por lo que la **participación en los entrenamientos con intervención final**, posibilitada también por los mismos entrenadores, es indispensable para que el deportista comprenda, exija y requiera los servicios del psicólogo deportivo:

"Las dos veces que trabajé con psicólogo, a uno yo le daba al final de algunos entrenamientos un tiempo espacio para que él trabajara con el grupo en la cancha y luego de eso, el siempre estaba al lado mío en los entrenamientos, es más, yo lo hacía participar de los entrenamientos también para que sintiera la exigencia del entrenamiento y el esfuerzo que en el fondo los jugadores entregaban en entrenamiento sesión a sesión"(E.16 pág.2)

La siguiente categoría representa uno de los aspectos fundamentales de la presencia de este profesional de la psicología en cuanto a la sistematización del trabajo del psicólogo deportivo, lo que representa un método referido a una forma de intervención, en la cual se

lleva a cabo una dinámica que ordena un proceso, para con ello observar y/o registrar de manera ordenada una experiencia, combinando el quehacer con su sustento teórico, con énfasis en la identificación de los aprendizajes alcanzados en dicha experiencia.

Para comenzar de manera un tanto básica con esta categoría, se hace importante hacer una encadenación de situaciones estrechamente relacionadas a la presencia, ausencia y cantidad de esa participación en el desarrollo del proceso del deportista. Primeramente, es importante dar a conocer el aspecto que mencionan los psicólogos respecto a la forma resolutiva que tienen los entrenadores al momento de requerir los servicios del psicólogo deportivo, dando a entender que hay una carencia de entendimiento en cuanto a los tiempos de intervención y a la **demanda de servicios tardía**:

"Lo que yo creo que le cuesta un poco entender al entrenador es que eso debe ser trabajado con bastante tiempo previo, entonces ahí creo yo hay un punto de diferencia: cómo el psicólogo llega a intervenir, que tiene que ver como con una demanda específica, pero que no hay una respuesta inmediata, que no haya una respuesta de un punto de vista como de la necesidad así como "ya, se resuelve el problema ahora", sino que tomarlo con más calma"(E.2 pág.5)

Siendo también los mismos deportistas que responden a esta situación con un sentimiento de reticencia a la presencia del psicólogo en tiempos finales del proceso y ad portas de la competencia para tratar de solucionar casi de manera asistencial las deficiencias en el rendimiento percibidas por los entrenadores (por lo cual han requerido apoyo psicológico):

"El psicólogo siempre está, en nuestro caso, ha estado para que nosotros obtengamos buenos rendimientos en un campeonato determinado porque tampoco es un trabajo extendido a largo plazo y con metas a largo plazo, o sea, de aquí a los juegos olímpicos de Londres, no; siempre es de aquí a tres meses más cuando viene el sudamericano"(E.4 pág.4-5)

Es por lo anterior que se hace indispensable, desde la opinión de los mismos deportistas, poder establecer un mínimo de tiempo semanal con el cual poder trabajar con el psicólogo deportivo, tomando en cuenta, además, el desconocimiento de la forma de trabajo (con los tiempos que esto implica) y la posibilidad de poder demandar los servicios

psicológicos las veces que el deportista estime necesario para poder lograr los objetivos que se ha propuesto. Entonces, se plantea como **requisito mínimo una sesión por semana con el deportista:**

"Yo creo que el tiempo dedicado a un deportista sigue una relación súper directa con el nivel del deportista, entonces se podría hacer como un gráfico, quizás un estudio. Pero lo mínimo que yo te puedo dar es una vez por semana, de cuarenta y cinco minutos. Si se trabaja con el cuerpo técnico, más el atleta, etc. ahí uno va como sumando, pero no te sabría decir cotas superiores, pero sí inferior: mínimo una vez por semana con el deportista"(E.7 pág.4)

Dentro de la misma línea, llama la atención la reiteración, por parte de psicólogos deportivos, entrenadores y deportistas la denominación referente a la **labor "mágica" del psicólogo deportivo**, dando a entender que sería ilógico esperar que con la presencia asistencial del psicólogo se pudieran solucionar las problemáticas que no han sido tratadas con tiempo y dedicación:

"Yo creo que no son magos y que tampoco son una aspirina, entonces como darle relevancia al período previo a un torneo, no; yo creo más en la constancia, en la perseverancia del trabajo. Una vez a la semana independiente de si hay o no competencia"(E.14 pág.3)

Siendo por lo planteado anteriormente que el psicólogo deportivo debiera tener **presencia en todo el proceso** vivido por el deportista como preparación al campeonato fundamental. Los entrenadores están conscientes de la importancia de esto, sin embargo, muchos de ellos comentan que la razón principal que los obliga a prescindir de los servicios o a trabajar de manera intermitente, se debe exclusivamente a los recursos con los que cuentan:

"Yo no creo que el psicólogo deba estar ausente de ninguna etapa del proceso de formación, de preparación deportiva del deportista de alto rendimiento, y con esto te digo que a mí el psicólogo me gustaría que estuviera presente, idealmente todos los días, pero no se puede por recursos, pero para mí él debería estar... debería haber un seguimiento (...) Ahora, si tú me preguntas, yendo a la realidad,

el psicólogo debería por lo menos ir a ver dos o tres entrenamientos tácticos y uno o dos físicos, más, obligatoriamente, la competencia"(E.10 pág.5)

Finalmente, como característica ya más particular de la sistematización de la labor del psicólogo deportivo, los entrenadores señalan que, además de la importancia de la presencia en todo el proceso de los psicólogo deportivos, estos tendrían que intervenir de acuerdo al momento particular en que se encuentre el deportista respecto a la cercanía o no de la competencia, requiriendo así, la **duplicación de horas cercano a competencias:**

"Yo creo que con unas tres horas a la semana en un período no tan cercano a la competencia es suficiente dependiendo de la edad de los deportistas, del nivel o las expectativas de logros que tengan también previo a una competencia importante, yo creo que esas horas deben por lo menos duplicarse previo a una competencia sobre todo dependiendo de las expectativas de logro que tenga, para controlar el tema de la ansiedad, el tema también de las frustraciones en algunos momentos en algunos periodos del entrenamiento previos a la competencia"(E.13 pág.2)

El código de herramientas de trabajo del psicólogo deportivo alude a las técnicas y dispositivos de intervención de los cuales este dispone para llevar a cabo su labor de levantamiento de información (en diagnóstico y seguimiento), potenciación de capacidades del deportista y mejora en el rendimiento deportivo en competencias.

Acerca de la respuesta a la pregunta sobre cuál es la herramienta más utilizada en el contexto de alto rendimiento, la respuesta unánime para la etapa de evaluación inicial es la de **diagnóstico a través de test:**

- *"Las técnicas más demandadas van a ir en función de la planificación que tú tengas o de lo que quieres trabajar. Generalmente, cuando uno aplica test son de la parte de diagnostico, y en función de la aplicación de los test tu después planificas que vas a realizar"(E.1 pág.1)*

Sin embargo, casi como una apreciación anexada a la respuesta anterior y proveniente de los mismos psicólogos, sobresale el hecho de **la insuficiencia de aplicación de test,**

debido a la limitada información que entregan respecto a un aspecto estático del deportista, como el estado actual en el que se encuentra, sin posibilitar ir mucho más allá de una visión general que delimita una forma de intervención con el mismo:

"Yo creo que durante mucho tiempo nos hemos dedicado a aplicar test, yo soy muy crítico de los test porque después del test ¿qué? Ya, hiciste un test ¿y qué vas a hacer ahora? Yo creo que ahí hay que ser capaz de priorizar cosas" (E.2 pá.3)

Además, también se plantea, desde una mirada no tan sólo proveniente de los psicólogos sino también como una revelación de los mismos deportistas, la apreciación de los cuestionarios como estrechamente **relacionados con deseabilidad social**, por lo que se da la posibilidad de falsear las respuestas en la medida que beneficien los resultados desprendidos de los mismos para el informe general del deportista:

"Los cuestionarios desde mi punto de vista tienen un grave problema que tiene que ver con la deseabilidad social; los deportistas cuando se dan cuenta de lo que se les está preguntando empiezan a modificar, a falsear las respuestas. Entonces, siento que sí, es válido, pero yo no comparto mucho eso, yo siento que es mejor una muy buena entrevista, una buena observación, y a lo mejor por ahí apoyarte cuando uno no tiene mucho tiempo"(E.3 pág.9)

Y ya dejando atrás el período evaluativo y adentrándonos en la fase misma del proceso deportivo del jugador, se evidencia una convergencia de opiniones generales acerca de las técnicas más demandada y a la vez más utilizadas en el trabajo del psicólogo deportivo las **técnicas relacionadas con el manejo de ansiedad y estrés** y las **técnicas de relajación** como lo más necesario en el trabajo con el deportista de alto rendimiento, lo que está estrechamente relacionado con las exigencias y el estrés que provoca la competencia deportiva, siendo necesario también, además de las técnicas mencionadas anteriormente, el **trabajo con la personalidad del deportista**, lo que aplacaría el estrés que significa rendir:

"Lo más común, lo más típico es todos los temas asociados a ansiedad y estrés, por lo tanto todas las técnicas asociadas a eso: técnica de relajación progresiva,

entrenamiento autógeno, imaginería, visualizaciones, todas las técnicas que permiten la concentración, también para facilitar un poco el tema de la concentración"(E.2 pág.3)

"En general la variable que más solicita un trabajo, los deportistas y los entrenadores, es la ansiedad yo te diría que en el 98, 99% de los casos, por no decirte una totalidad (...) la ansiedad siempre está presente en el deporte, y ahí hay que trabajar fuertemente con el manejo de los pensamientos y el tema de las técnicas de relajación" (E.3 pág.3)

"En general los entrenadores buscan mucho el tema como del control de las emociones, el tema de la concentración, imaginería probablemente, eso es como lo que se pide (...) Desde mi perspectiva, lo que yo trato de hacer, es que el psicólogo deportivo también se involucre un poquito más en el aspecto de la personalidad de los jugadores porque a mí me pasa que siento que hay muchos momentos en que los deportistas necesitan un soporte casi emocional para poder soportar el estrés que significa el rendir"(E.10 pág.2)

Ya refiriéndonos al trabajo realizado de acuerdo a la modalidad deportiva, en deportes de equipo, las demandas recaen sobre la necesidad de trabajar aspectos grupales que faciliten la mejora del rendimiento a partir de la comunicación efectiva y la consecución de objetivos compartidos por el grupo. Viendo la **potenciación de la colectividad** como un trabajo relevante al momento de plantearse las metas a conseguir:

"Aplicación de test para llegar a un diagnóstico, y trabajar lo que veo yo: el deporte grupal, colectivo, potenciar eso: el grupo a través de motivaciones, terapias en conjunto, también motivaciones individuales a través de distintos métodos, pero en el fondo siempre enfocado al bien del grupo"(E.13 pág.1)

En cuanto a la utilización de instrumentos cualitativos y cuantitativos, la mayoría de los entrevistados plantea que debe existir una **complementación de métodos cualitativos y cuantitativos**, en la medida que ambos métodos se hacen indispensables al momento de levantar información o realizar un seguimiento del deportista:

- *"Tanto la parte cuantitativa como cualitativa son fundamentales en el ámbito de ejercer el rol del psicólogo porque complementan, es muy importante complementarlos. Lo cuantitativo para entregar datos concretos y aterrizar un poco lo subjetivo de la psicología, ponerlo en papel, lo que muchas veces a uno le cuesta; y lo otro cualitativo te permite recabar información que es fundamental para el trabajo que tu vas a desarrollar"(E.1 pág.11)*

Es entonces que el valor asignado al **manejo de ambas metodologías como requisito** se eleva al momento de necesitar ir desarrollando y expandiendo el área de la psicología deportiva como una disciplina que se basa en datos concretos para poder intervenir y que entrega, a su vez, resultados cuantificables para avalar el desarrollo de teoría o de nuevas formas de intervención:

"Creo que él tiene que manejar las dos (encuestas y entrevistas), en todas las áreas de desarrollo hoy día el hombre está pidiendo un nivel de especificidad y de desarrollo que te obligan a ti a ser cada vez más preparado y tener más conocimiento, y dentro de esas áreas de conocimiento, la estadística es fundamental para que tú puedas cuantificar; y en la medida que puedas cuantificar a lo mejor puedes enfatizar un trabajo y hacerlo cualitativamente mejor"(E.10 pág.7)

Remitiendo a la categoría anterior, y también muy estrechamente relacionada con la validación del área a través de lo cuantificable, se encuentra la medición en el trabajo del psicólogo deportivo, lo cual representa una forma de determinación de una variable específica mediante un patrón predefinido y objetivo. Todo en relación con una unidad de medida preestablecida y validada que permita inferir empíricamente ciertos elementos propios del trabajo del Psicólogo Deportivo.

Como primera categoría respecto a la evaluación de la efectividad de los programas de intervención realizados por el psicólogo deportivo, cabe mencionar la dificultad que hoy en día representa la necesidad de poder cuantificar variables que nos permitan objetivar los resultados del trabajo psicológico, por lo cual, existen **problemas de validación del área debido a incapacidad de medir** los avances logrados por el deportista debido al trabajo psicológico realizado paralelamente a su entrenamiento físico:

- *"Eso siempre ha sido complicado, como que en el fondo la evaluación es bien subjetiva, depende un poco de cómo el deportista manifiesta que le ha servido el trabajo psicológico, pero no hay una medición mucho más cuantitativa de que uno pueda decir que efectivamente gracias al trabajo psicológico del deportista mejoró en tres puntos (...) por eso creo yo que en el área cuesta mucho que se valide porque en el fondo no es demostrable empíricamente los resultados; sí el trabajo, se puede demostrar que trabajaste tantas veces con el deportista, trabajaron tales técnicas. Es complejo, pero los resultados en sí no son muy evaluables, desgraciadamente"(E.3 pág.5)*

Y desde la problemática mencionada anteriormente sobre la invalidación del área por **falta de criterios objetivos para evaluar** nace la necesidad de corregir a la brevedad esta carencia mediante la creación de herramientas que permitan hacer un seguimiento al deportista durante todo el proceso deportivo, pero no sin antes poder discutir en conjunto con el entrenador, las variables más relevantes a trabajar con los deportistas y definir los criterios de efectividad:

"Yo creo que efectivamente esa es un área en que hay que desarrollar todavía criterios de efectividad y ser capaz como de algún modo de plantear otras variables, otros aspectos, pero hay que construirlos en conjunto con los entrenadores (...) ese es el problema de siempre en el deporte ¿cómo diferenciamos rendimiento de resultados? Yo siento que los criterios de evaluación en ese sentido son muy laxos y están todavía demasiado asociados a resultados, al si ganaste u obtuviste determinado lugar"(E.2 pág.5)

Por otro lado y dentro de la misma problemática sobre las dificultades existentes para evaluar, se denotan dos formas recurrentes utilizadas por las distintas partes para poder obtener algún tipo de información que pueda guiar el trabajo en conjunto. Los psicólogos y entrenadores mencionan casi de manera unánime que una de las formas utilizadas es la **evaluación centrada en el resultado**, aun sabiendo que no se puede reducir la performance del deportista sólo a la influencia del trabajo psicológico. Mientras que los deportistas mencionan que la **evaluación en base a sensaciones**, es otro método constantemente utilizado entre sus pares, refiriendo que debido a la ausencia de métodos objetivos, sólo queda hacer una evaluación basada en las sensaciones del trabajo

realizado con sus psicólogos, el cual que se expresa al momento de estar directamente en la competencia: :

"Lo que ocurre normalmente que en deporte se mide porque las decisiones fueron correctas o incorrectas según el resultado y no tenemos material objetivo para medir no centrándonos en el resultado (...) nos tenemos que basar en el juicio del entrenador, en el juicio del preparador físico y del propio deportista y el juicio de ellos está muy influenciado según si ganaron o perdieron." (E.15 pág.5)

"Creo que no se evalúa mucho, no se evalúa nada. Al final depende mucho de lo que opinamos los deportistas de las personas con las que trabajamos. Hasta aquí nunca me han pasado una encuesta o me han preguntado cómo creo yo que se desempeña el psicólogo en su tarea, o sea, nunca. Yo creo que al final va más por la sensación que tiene cada uno con el trabajo que hace con su psicólogo que en general creo que los deportistas protegen mucho ese espacio y el trabajo que tienen con el psicólogo, tengo la impresión. No hay una evaluación objetiva"(E.14 pág.4)

Es debido, entonces, a que en la actualidad escasean las herramientas evaluativas que demuestren la efectividad de los programas de intervención del psicólogo deportivo, nace la **necesidad de una evaluación sistemática** no sólo a través de los resultados obtenidos o de las comunicaciones personales de las sensaciones que los deportistas experimentan al momento de la performance competitiva, sino de forma sistemática en todo el proceso deportivo del jugador, lo que facilitaría el seguimiento a través de mediciones que finalmente cuantifiquen el trabajo:

"Siento que no se puede evaluar tomando solamente el inicio y el término, sino que más bien tiene que haber un seguimiento sistemático, bien estudiado de todas las competencias previas a la competencia fundamental, ir evaluando si se va cumpliendo lo esperado y obviamente después de todo ese proceso evaluar en la competencia o los objetivos finales"(E.13 pág.2)

Finalmente, nuestro último tópico asociado a métodos y/o técnicas alude exclusivamente a la práctica del psicólogo deportivo en cuanto a las características del trabajo aplicado, tales como: enfoque de la intervención, condiciones contextuales y modalidad deportiva,

lo cual clarifica las formas posibles de intervención en el contexto del deporte de alto rendimiento, el cual engloba características particulares que lo diferencian de las demás modalidades deportivas como son, entre otros, el deporte recreativo y el formativo.

Aun cuando se encontró una diversa gama de opiniones respecto al enfoque en que debiera basarse el psicólogo deportivo para llevar a cabo sus intervenciones en contexto de alto rendimiento, no estuvo ausente en ninguna de las citas de respuesta sobre el rol que debía cumplir el psicólogo deportivo en la mejora del rendimiento. Sin embargo, cabe mencionar que tal meta, en palabras de los mismos entrevistados, no puede ser lograda si no mediante una amalgama de enfoques adaptable al momento específico que esté viviendo el deportista en un momento determinado de su carrera. Es por lo mismo que la **mejora del rendimiento es vista como consecuencia** de la interacción de enfoques desplegados por el psicólogo deportivo:

"Yo creo que uno debería tener primero una perspectiva educativa, educarlo en estrategia, en habilidades, etc. porque eso te ayuda a la prevención de determinados fenómenos psicológicos que pudieran ocurrir durante el período de la competencia, ¿para qué? para que la competitividad o la capacidad que él tenga para responder a un determinado deporte, la capacidad que él tenga para entrenarse se vea reflejada en la competencia; entonces a lo mejor uno va encadenando cosas (...) El mejoramiento del rendimiento es la consecuencia de todo lo demás"(E.2 pág.10)PD

Nace así, desde la perspectiva de los deportistas, la **necesidad de no limitarse sólo a mejorar el rendimiento** ya que el deportista se encuentra inmerso en un ambiente en donde constantemente está necesitando el apoyo psicológico desde una visión educativa o formativa, o tener momentos en que busque una conversación más de tipo terapéutico, con el fin de poder mantenerse en el alto rendimiento:

"A todos, no creo que el enfoque haya que limitarlo, el psicólogo tiene que estar preparado para todo porque habrán deportistas que llegarán con problemas graves a nivel familiar, otros que no, otros que aún están en una edad de formación como persona porque también depende del deporte (...) No creo que debiera limitarse"(E.14 pág.6)D

En tanto al trabajo llevado en cancha, cabe la posibilidad de que el entrenador o bien se integre a las intervenciones y participe de ellas, facilitando así el trabajo psicológico del deportista, o puede que el entrenador opte por mantenerse al margen de toda intervención. Es por lo mismo que una de las características que influyen en la práctica del psicólogo deportivo, está estrechamente relacionada a la **diferencia en el trabajo con entrenador según modalidad deportiva**:

- *"...yo siento que hay una primera barrera que tiene que ver con los deportes individuales y los colectivos; en general con los individuales puedo tener una relación mucho más cercana con el entrenador, pero en los deportes colectivos uno tiene una relación un poquito más lejana"*(E.3 pág.1)

Además, debe tomarse en cuenta que la **forma de trabajo depende de quien haya solicitado el servicio**, lo que responde a la necesidad de poder educar a los entrenadores acerca del rol que cumplen ellos en el trabajo con sus deportistas, debiendo resaltar la importancia que tiene su participación en la consecución de objetivos y para la mejora del rendimiento del deportista:

- *"En general cuando son los entrenadores los que solicitan o señalan necesitar un apoyo psicológico no hay ningún problema, pero cuando son los deportistas los que piden ayuda psicológica en general los entrenadores no participan en este proceso. Se hace directamente con el deportista y se hace muy difícil poder conversar con esos entrenadores, entonces va a depender mucho el cómo el entrenador entienda esta situación y cuál sea la relación inicial entrenador – deportista"*(E.8 pág.9)

Por otro lado, las condiciones específicas del alto rendimiento van a contribuir a que el psicólogo deportivo **trabaje basado en características del alto rendimiento**, siendo necesario entonces tener conocimiento acerca de las condiciones que envuelven al deportista, como el nivel de exigencia habitual requerida en alto rendimiento y las normas institucionales que respalden o dificulten la labor del psicólogo.

"Los objetivos en el deporte de alto rendimiento son muy distintos a los objetivos de un deportista que haga un deporte de formación y significa una diferencia bien

marcada en la relación, también, entrenador - psicólogo; por los objetivos, por el nivel, la carga de entrenamiento, el estrés que eso provoca ¿ya? el estrés que provocan las competencias, la preparación para las competencias"(E.13 pág.1)

Finalmente, la descripción de tópicos anteriores demuestran la preponderancia de opiniones basadas en la importancia de los métodos de medición para así poder validar tanto el trabajo específico del psicólogo deportivo como el área en general de la psicología deportiva. Lo relevante aquí es la evidencia percibida acerca de los métodos más utilizados, o quizá los más conocidos que en su mayoría son técnicas más ligadas a lo cualitativo, sin embargo, al momento de evaluar, lo cuantitativo toma un rol fundamental para obtener resultados de manera empírica.

7. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

A continuación se presentan algunos puntos relevantes encontrados a lo largo de este estudio que responden tanto a la pregunta general de investigación como a los cuatro objetivos planteados como ítems de contenido bajo los cuales se crearon las preguntas de las pautas de entrevista aplicados a los participantes y relacionados estrechamente con los datos recabados de la información teórica encontrada.

Respecto al primer objetivo relacionado con la relación establecida entre el psicólogo deportivo y el deportista, se evidencia una relación basada esencialmente en la confianza, en el apoyo emocional brindado por el psicólogo y en el poder contar con este profesional en temas tanto de asesoramiento como de intermediación entre el deportista y el entrenador, pero también como un cohesionador de trabajos del cuerpo técnico, que el deportista percibe como esencial para el mejoramiento del rendimiento. Lo cual responde a lo expuesto por Buceta (2002), quien plantea como una de las funciones del psicólogo deportivo la de asesorar o entrenar a todos aquellos profesionales que pueden tener una influencia significativa sobre las variables psicológicas del deportista, como son el entrenador, el médico, el preparador físico entre otros.

Por otro lado, y adentrándose en las características particulares de esta relación, se hace importante mencionar que reiteradas veces los participantes señalaron al psicólogo deportivo y al psicólogo clínico comparándolos e inclusive homologándolos en relación al

vínculo que se establece, recalcándola como una relación estrecha, horizontal que permite al deportista abrirse a comunicar no sólo aspectos específicos del deporte sino temas transversales de su vida que van desarrollándose en torno a la confidencialidad de los temas tratados. Debido a lo señalado anteriormente, es necesario también poder tener claridad sobre el estricto cumplimiento de un rol profesional del psicólogo deportivo para no traspasar el límite de asesoría psicológica y mantener las pautas de trabajo.

De la conjugación de los datos con la teoría se desprende que el psicólogo deportivo debe conocer las particularidades del deportista y a la vez tener la capacidad de entrar y salir de su rol las veces que sea necesario, debido principalmente a la relación situacional que se experimenta exclusivamente en el deporte de alto rendimiento, ya que si bien debe contar con habilidades sociales que le permitan crear un vínculo de confianza con el deportista, no debe olvidar que se hace necesaria también aquella relación más horizontal al momento de ejercer su rol en la performance misma de la competencia. Se hace relevante entonces poder contar con habilidades comunicacionales que permitan al psicólogo deportivo manejar los temas confidenciales del deportista a través de su capacidad de filtro y rol mediador entre el deportista y el entrenador.

Por otro lado y en cuanto a la relación que establece con el entrenador, el psicólogo deportivo ejerce un rol de asesoría y de complementación a la labor del entrenador, teniendo como principal objetivo el entregar herramientas a los deportistas que faciliten la transferencia y ejecución de los aprendizajes técnico-tácticos practicados en entrenamiento a los contextos de competencias. Sin embargo, dentro de esta relación que debiera ser idealmente la de trabajo en conjunto, se ha encontrado tanto en la teoría como en la práctica, que existe un cierto recelo por parte de algunos entrenadores hacia la labor del psicólogo deportivo. Lo anterior se relaciona estrechamente con lo que Harre (1982) y Bompa (1983) plantean acerca del rol del entrenador como facilitador de la mejorar el rendimiento de sus deportistas haciéndose responsable de su preparación física, técnico-táctica y psicológica, dejando de lado cualquier posibilidad de intervención del psicólogo deportivo y viendo el rol del entrenador como un todo que puede ocuparse el proceso general de desarrollo del deportista.

Cabe mencionar que, la posibilidad de incorporación del psicólogo deportivo y su correspondiente inserción al proceso depende en cierta medida de la capacitación o nivel

de formación que haya tenido el entrenador, ya que en las entrevistas realizadas, se menciona reiteradas veces que esta relación defectuosa entre estos dos profesionales se debe principalmente a la subvalorización por parte del entrenador hacia la labor del psicólogo deportivo debido al desconocimiento de los reales aportes que este puede entregar para la mejora del rendimiento. Por lo tanto la relación establecida se condiciona muchas veces a si el entrenador comprende que hay una diferenciación de roles y que los temas en los cuales interviene el psicólogo no se interpondrán con los que trata el entrenador.

En cuanto a la relación que establece con los miembros del equipo técnico ésta se verá beneficiada en términos de si los demás logran comprender la labor e importancia de la presencia del psicólogo deportivo como apoyo complementario a la labor realizada por ellos en términos asistenciales y/o apoyo técnico-táctico del proceso deportivo. Si bien se remarca una relación horizontal, pero muy profesional y científica (en cuanto a la delimitación, conocimiento y ejecución de roles específicos), se hace necesario poder generar un grado de confianza para poder actuar como catalizador de informaciones y cohesionador de puntos de vistas en relación al objetivo común que se quiere lograr con y para el deportista.

Respecto a la segunda temática de requerimientos institucionales que intervienen en la labor del psicólogo deportivo, es muy interesante poder preguntarnos con cuánto apoyo estatal cuenta el psicólogo deportivo para llevar a cabo su rol de manera que su trabajo pueda surtir efectos en el deportista y en sus significativos más cercanos. Inquietud que se relaciona con lo planteado por Cauas (2008) en cuanto a lo fundamental de indagar acerca del equipamiento con el que se dispone, el apoyo institucional que avala al psicólogo deportivo y las Leyes que facilitan o impiden llevar a cabo su labor.

Si bien, la Ley del deporte categoriza las distintas modalidades deportivas en las que el psicólogo deportivo puede ejercer, esto no es facilitador, ni suficiente, para que este profesional pueda contar con las condiciones físicas, de tiempo y recursos necesarios para llevar a cabo un trabajo sistematizado y práctico eficaz en las instalaciones deportivas, ya que si bien hay espacios “hechos” para intervenir, no se considera a este profesional como merecedor de espacios físicos en el diseño de los complejos deportivos, teniendo los deportistas que, muchas veces, buscar sus servicios en lugares no

establecidos (como una suerte de trabajo “oculto”) o trabajar con ellos en espacios improvisados y en tiempos limitados que no facilitan en absoluto la consecución de resultados en el trabajo psicológico.

Si bien, la normalización de la presencia de este profesional responde a algo antiético bajo el punto de vista que nadie está obligado a realizar trabajo psicológico si no lo desea, sería un gran avance poder contar mínimamente con el nombramiento del psicólogo deportivo como parte del equipo de trabajo para poder participar en proyectos con financiamiento estatal. Además es importante señalar que aun habiendo recursos, estos no son destinados a integrar al psicólogo deportivo en el equipo de profesionales, sino que se prioriza la incorporación de otros agentes, lo que denota claramente la poca valoración de quienes están representando estas instituciones en las que dentro de su filosofía no cabe a su entendimiento el aspecto psicológico como una variable influyente en la consecución de resultados ni la posibilidad de modificar estas variables psicológicas mediante el entrenamiento mental llevado a cabo con un psicólogo deportivo.

Al entendimiento del investigador y en la búsqueda de una respuesta beneficiosa al poco apoyo institucional brindado, es importante señalar que gracias a esta condición deficiente, el psicólogo deportivo ha tenido que ir desarrollando estrategias y creando espacios propios de intervención, lo cual demuestra su flexibilidad (vista como una capacidad) y resiliencia bajo las condiciones atingentes experimentadas en su trabajo habitual, lo que lo convierte, en palabras de Le Boterf (2010), en un profesional competente que logra comprender la situación, evaluar objetivos, considerar los tiempos y combinar recursos para enfrentarla.

Todo lo anterior sin desmerecer a aquellas instituciones que han incorporado al psicólogo deportivo dentro de sus equipo técnico y comprenden la real importancia de contar con entrenadores mentales que dediquen sus funciones a entregar herramientas psicológica a sus deportistas para lograr objetivos deportivos y el desarrollo integral del deportista.

Por otro lado, lo referido a las habilidades y conocimientos con los que debiera contar al psicólogo deportivo, ya se ha mencionado anteriormente la necesidad de poseer esa suerte de capacidad innata de desarrollar habilidades prácticas de intervención para poder desenvolverse en el contexto del deporte de alto rendimiento. Además, se hace indiscutible la relevancia que dan los distintos entrevistados a la posesión de

conocimientos específicos del deporte en el cual participa el deportista. Este conocimiento responde a la necesidad de poder comprender si la ejecución del deportista en las competencias está siendo la adecuada o no, cuáles son los puntos álgidos de las competencias y como se va desarrollando la toma de decisiones por parte del deportista a lo largo del trabajo en cancha. Esto, a su vez, se relaciona con la presencia indispensable del psicólogo deportivo en las instancias de competencia nacional e internacional, en donde el deportista demuestra directamente lo aprendido en los entrenamientos técnico-tácticos y entrenamientos mentales.

En relación a los conocimientos específicos en psicología, los relatos arrojan la importancia de contar con un profesional que se haya formado en psicología argumentando que es necesario a la hora de poder diferenciar cuando el tema tratado va más allá de los alcances del trabajo del psicólogo deportivo y es preciso que derive a otro especialista, como también para contar con los conocimientos científicos y teóricos específicos para intervenir desde la metodología estadística en evaluaciones y seguimientos y, por otro lado poder aplicar los conocimiento generales de la psicología (enfoque organizacional, educacional, entre otros y modelo cognitivo-conductual) haciendo un filtro de aquellos que se pueden aplicar al contexto en particular.

Pese a lo anterior, no se expresa mayormente la necesidad de contar con una especialización post título en el área, lo que puede deberse a tres razones: (1) sólo se hace relevante si es que no se ha tenido formación de pregrado en psicología, (2) debido al desconocimiento que se tiene acerca de la posibilidad de especializarse en esta área específica, por lo menos en Chile, (3) o la certeza de que el psicólogo deportivo se especializa no en el aula, sino en la práctica misma en cancha.

En cuanto al rol educativo e investigativo mencionado por Cruz (1997), los datos obtenidos mediante las entrevistas revelan que el psicólogo deportivo no está muy relacionado a la función investigadora como se deseara, debido probablemente a las horas de trabajo invertido en la práctica o a los pocos recursos económicos con que se disponen para llevar a cabo investigaciones que generen conocimientos en el área. La importancia de generar teoría, se piensa, no debiera estar a cargo de los alumnos que realizan sus tesis de pregrado en este tema, sino en profesionales que ya tienen

experiencia en el tema y que por lo tanto podrían aportar en temas que se encuentren en desarrollo o que están impidiendo la prosperidad del área.

En tanto la función educativa del psicólogo deportivo, ésta se mantiene estrechamente relacionada con la difusión de su labor y la importancia que tiene el trabajar tanto aspectos físicos como psicológicos con los deportistas. Dentro de esta función educativa, está la de dar a conocer a los deportistas que la labor del psicólogo deportivo no está relacionada con aspectos patológicos; dar a conocer, e informar a los entrenadores acerca que el rol específico del psicólogo deportivo, tal como plantea Lorenzo (1996), está centrado primordialmente en la aplicación de técnicas de mentalización para mejorar el rendimiento en las competencias y no se interpone a su rol de preparador de aspectos físicos, técnico-tácticos del deportista.

Los conocimientos de las características particulares del alto rendimiento se hacen indispensables debido a que el deportista trabaja en base a resultados y por lo tanto el psicólogo deportivo trabaja también, por objetivos. Es entonces que la labor a realizar, debe ir en función primordialmente a la mejora del rendimiento, pero de qué forma se puede lograr esto prescindiendo de las características particulares de un contexto que genera estrés, en el que hay sobre-entrenamientos, de un contexto denominado como “alienante” por algunos deportistas en donde la presencia del psicólogo deportivo amortigua todo tipo de hostilidad del medio en el cual está inmerso el deportista del alto rendimiento, en donde se le exige mucho pero se le apoya poco.

Finalmente, se requiere de los conocimientos estadísticos y metodológicos del psicólogo deportivo en cuanto a la capacidad de desarrollar nuevas herramientas de medición para evaluar y objetivar la labor del psicólogo deportivo, lo que se hace fundamental para la validación del área.

A modo de resumen, las competencias del Psicólogo Deportivo que opera en contextos de Alto Rendimiento son:

- Efectividad en el manejo de información
- Adaptabilidad al entorno
- Habilidades sociales
- Trabajo en equipo

- Asertividad en intervención
- Manejo de conocimiento aplicado
- Innovación
- Habilidades comunicacionales específicas

8. REFLEXIONES

A partir del trabajo realizado es posible reflexionar acerca de las implicancias prácticas de los resultados de esta investigación, lo que se traduciría más específicamente a los programas llevados a cabo en cursos de formación y especialización en el área de la psicología deportiva que actualmente se imparten en el país.

Es entonces que a partir de todo el estudio, lo que se pretende es poder ofrecer lineamientos de conocimientos que resultan indispensables de abordar en la especialización en esta área. Dando mayor importancia a los aprendizajes llevados a cabo no sólo teóricamente en el aula, sino que se devela la necesidad de contar con clases prácticas que sitúen al alumno en la cancha misma en donde se desarrolla el deporte. Sin embargo, no resulta conveniente llevar al alumno practicante a la cancha sin la presencia de un supervisor, profesor o ayudante que lo guíe en su aprendizaje, ya que por las características de una disciplina aun en desarrollo y las condiciones adversas de validación e incorporación del psicólogo deportivo, se hace indispensable poder contar con alguien con experiencia para no caer en errores que desprestigien la labor de los psicólogos deportivos (como han mencionado los mismos entrenadores de aquellos psicólogos que han llevado a cabo de forma defectuosa su labor).

Los conocimientos específicos en psicología y dada su masificación, requieren de altos niveles de especialización, por lo tanto se debiera privilegiar el desarrollo de líneas diferentes a las tradicionales. Es por esto que resulta importante profundizar en los distintos enfoques y modelos utilizados en esa disciplina, ya que entregan al profesional una gama variopinta de recursos resolutivos para las problemáticas que se le presenten en el contexto de alto rendimiento, siendo no específica la utilización de un enfoque sino la integración de ellos, lo que tendrá como consecuencia, la mejora del rendimiento.

Por otro lado, los conocimientos específicos del área invitan a adentrarse específicamente con todas las variables existentes en el alto rendimiento, las cuales están supeditadas principalmente a un ambiente estresor en donde el deportista debe obtener resultados para poder mantenerse en el deporte de alto rendimiento. Los conocimientos específicos de esta modalidad deportiva, no pueden conocerse sino en el mismo campo de intervención, en donde sería necesario contar con cursos prácticos que vinculen las instituciones deportivas con las instituciones académicas como un convenio necesario para la integración de lo teórico aprendido en el aula y llevar al aula lo experimentado en terreno, en forma de contrastación.

Las técnicas a utilizar, tales como aplicación de cuestionarios, técnicas de relajación, entrega de herramientas psicológicas para el manejo de estrés, conocimientos de biofeedback, cómo guiar una visualización, una imaginería y las entrevistas serán importantes no tan sólo desde el punto de vista de reproducir lo que se aprende, sino más bien de conocer las herramientas existentes en la actualidad para poder crear instrumentos nuevos, especialmente de medición, para llevar a cabo un seguimiento del progreso del deportista y formas de autoevaluación de si lo que se está trabajando con el deportista es efectivamente lo que logrará una modificación conductual y cognitiva en él. La importancia de crear herramientas nuevas de medición, responde a la necesidad de llenar ese vacío tanto a nivel de demostración empírica de los resultados obtenidos a través del trabajo psicológico, así como también el contribuir a generar teorías a partir de investigaciones respaldadas por los resultados obtenidos mediante metodologías tanto cuantitativas como cualitativas, siendo importante para esta última definir consensualmente variables de efectividad en conjunto con el entrenador y el equipo técnico que se encuentre trabajando con el deportista.

En consecuencia, las líneas de conocimiento encontradas relevantes para ser acreditadas en los cursos existentes o integradas en los futuros cursos de especialización, van más en la dirección de habilidades blandas del psicólogo deportivo que de conocimientos teórico-técnicos presentes en los programas curriculares de los cursos existentes. Por lo tanto, el desarrollo de habilidades sociales, habilidades creativas y relacionales debieran ser enseñadas en un contexto práctico que permita el contacto directo con la comunidad que conforma el alto rendimiento.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Buceta, J. (2002). “*Cuestiones actuales en la aplicación de la psicología al deporte de competición*”. Texto elaborado para Master y Especialista Universitarios en Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Universidad Nacional de Educación a distancia, UNED.

Calventus, J. (2008). “*Aproximación al análisis de datos cualitativos textuales*”. Material de Trabajo, Universidad de Valparaíso.

Cauas, R. (2004). La psicología del deporte en Chile. *Revista Digital*, 2004, Año 10 (71)
Extraído el 11 de Diciembre desde: <http://www.efdeportes.com/efd71/chile.htm>

Cauas, R. (2007). Cuestiones metodológicas hacia una definición de la psicología del deporte. *Portaldeportivo La Revista*, 2007, Año 1 (2). Extraído el 11 de Diciembre de 2011 desde: <http://www.psicologiadeportiva.cl/res/PortaldeportivoArchivos/cuestionesmetodolgicasendefn2.pdf>

Cauas, R. (2008). “*Psicología y Deporte*”. Santiago de Chile: Editorial CEDEP.

Cejas, M. (2005). La formación por competencias: Una visión estratégica en la gestión de personas. *Visión gerencial*. Año 4, Vol. 4 (1). Extraído el 11 de Enero de 2011 desde: <http://ecotropicos.saber.ula.ve/db/ssaber/Edocs/pubeelectronicas/visiongerencial/ano4num1/articulo2.pdf>

Cornejo, C. (2005). Las dos culturas de/en la Psicología. *Revista de Psicología Universidad de Chile*, Vol. XIV, N° 2, p.189-208.

Cruz, J. (1992). El asesoramiento y la intervención psicológica en deportistas olímpicos. *Revista de psicología del deporte*, 1992, N ° 2. Extraído el 13 de Enero de 2011 desde: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2940852>.

Cruz, J., Pérez, G y Roca, J. (1995). *"Psicología y deporte"*. Madrid: Editorial Alianza.

Dosil, J. (2002). *"El Psicólogo del Deporte"*. Editorial Síntesis.

Garcés, E. (2002). *"Manual de Psicología del Deporte: Conceptos y aplicaciones"*. Murcia: Capítulo tres Editores.

García, F. (1999). La psicología del deporte en el próximo milenio. *Revista Digital*, Año 4, N° 17. Extraído el 13 de Enero desde: <http://www.efdeportes.com/efd17a/uca.htm>

García, F. (2006). Psicología del deporte aplicada al rol del entrenador. *Asociacion de Psicología del deporte Argentina*. Extraído el 13 de Enero de 2011: http://www.psicodeportes.com/articulos/psicologia_deporte/El_rol_del_entrenador.pdf.

Giesenow, C. (2007). *"Psicología de los equipos deportivos"*. Santiago: Editorial Heliasta.

González, L. (1996). *"El entrenamiento psicológico en los deportes"*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.

Jiménez, S. y Lorenzo, A. (2010). El buen entrenador como experto que lidera el grupo. *Revista de psicología del deporte, 2010, Vol. 19(1), pp. 9-21.*

Ley del Deporte chilena N° 19.712. Gobierno de Chile. 2001

Le Boterf, G. (2010). Currículum universitario basado en el enfoque de competencias y trayectoria de formación. Seminario dictado el 29 de julio del año 2010 en Auditorium Campus El Claustro, Universidad Mayor, Santiago.

Leporati, L. (1978). *“La psicología del deporte hoy”*, Universidad de Chile. Santiago.

Lévy-Leboyer, C. (2000). *“Feedback de 360°”*. Barcelona: Ediciones Gestión 2000.

Lorenzo, J. (1996). *“El entrenamiento psicológico en los deportes”*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva S.L.

Mora, J., García, J., Toro, S. y Zarco, J. (2000). *“Psicología aplicada a la actividad físico-deportiva”*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Ochoa del Río, J. (2009). Aproximación al enfoque por competencia desde la perspectiva epistemológica. *En Contribuciones a las Ciencias Sociales, 2009*. Extraído el 13 de Enero de 2011 desde: www.eumed.net/rev/cccs/06/jaor.htm.

Pérez, M. (2002). Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 2002, Vol. 2 (1)*.

Pérez, M. (2002) Estudio cualitativo sobre entrenadores de alto rendimiento deportivo. *Revista de psicología del deporte, 2002, Vol. 11 (1), pp. 9-33.*

Rey, S. (1978). *“Psicología y deporte: Un planteamiento y una experiencia”*. Santiago de Chile: Editorial La Verdad.

Ribeiro, A. (1975). *“Psicología del deporte y preparación del deportista”*. Buenos Aires: Editorial Kapelusz

Riera, J. (1997). Acerca del Deporte y del deportista. *Revista de Psicología del deporte, 1997, pp. 127-138.*

Rubio, K. (2001). De la Psicología General a la Psicología del Deporte. *Revista de psicología del deporte, 2001, Vol. 10 (2), pp. 255-266.*

Sampieri, R. (2006). *“Metodología de la investigación”*. México D.F: Editorial Mc Graw Hill.

Tejada, J. (1999), Acerca de las competencias profesionales I. *Revista Herramientas, N°56, pp.20-30.*

Tejada, J. (1999), Acerca de las competencias profesionales II. *Revista Herramientas, N° 57, pp. 8-14.*

10. ANEXOS

10.1 ANEXO 1: INDICE DE ENTREVISTAS

| | |
|-----------|---------------------------------|
| E.1..... | Psicólogo deportivo, 09/12/2010 |
| E.2..... | Psicólogo deportivo, 09/12/2010 |
| E.3..... | Psicólogo deportivo, 16/12/2010 |
| E.4..... | Deportista, 17/12/2010 |
| E.5..... | Entrenador, 21/12/2010 |
| E.6..... | Deportista, 23/12/2010 |
| E.7..... | Deportista, 23/12/2010 |
| E.8..... | Psicóloga deportiva, 28/12/2010 |
| E.9..... | Deportista, 29/12/2010 |
| E.10..... | Entrenador, 29/12/2010 |
| E.11..... | Entrenador, 29/12/2010 |
| E.12..... | Deportista, 30/12/2010 |
| E.13..... | Entrenador, 30/12/2010 |
| E.14..... | Deportista, 03/01/2011 |
| E.15..... | Psicólogo deportivo, 03/01/2011 |
| E.16..... | Entrenador, 06/01/2011 |

10.2 ANEXO 2: ENTREVISTAS

10.2.1 Entrevista a Deportista, E.14

Seleccionada Nacional de Tiro con Arco, Centro de Alto Rendimiento (CAR)

¿Cuáles crees que deben ser los principales conocimientos que debe saber el psicólogo deportivo?

No sé nada de psicología, pero me imagino que los de aquí que trabajan con alto rendimiento sobre todo ven el tema del estrés competitivo. Creo que, o por lo menos a mí me pasa, que es el principal problema con el que me he enfrentado dentro de mi carrera porque una cosa es el entrenamiento donde tú no vives estrés, o puedes tenerlo cuando se te acerca una competencia, pero es distinto al que se enfrenta cuando uno está en la competencia misma. Creo que es uno de los principales temas en los que tiene que tener herramientas un psicólogo para poder trabajar con el deportista en el alto rendimiento.

¿Es necesario tener conocimientos específicos de psicología?

Sí, yo creo que sí, totalmente a favor de “pastelero a tus pasteles”, esto es el circo pobre y que el entrenador lo haga a veces de psicólogo no me parece. Creo en la especialización, yo creo que uno debiera trabajar con un psicólogo, no con el entrenador como psicólogo; creo que es mucho más completo, creo que puedes tener un mucho mejor trabajo de esa forma y abarcar mejor los problemas de esa manera porque, a ver, una cosa es el estrés competitivo, pero también hay situaciones en las que tú ves a menores de edad, no sé, en plena pubertad, y el clima competitivo es súper complejo y yo creo que es mejor abarcarlo con un psicólogo que con un entrenador que de repente lo único que quieren es meter a competir a sus deportistas a la edad que sea, aunque eso signifique quemarlos y reventarlos de por vida.

¿Crees que cuenta el psicólogo deportivo con espacios físicos disponibles para llevar a cabo las intervenciones?

A ver, creo que las oficinas aquí están adecuadas para lo que es trabajo de la sesión semanal y eso. Lo que sí creo que hace falta es el apoyo económico que los psicólogos estén en los espacios de competencia con el deportista, y de competencia internacional porque no es lo mismo a que asistan a una competencia de ranking nacional a cuando te ven enfrentándote a rivales de un nivel competitivo internacional importante, o sea, a la Claudia le ha pasado, ella ve una diferencia notoria de cómo me comporto yo en una competencia aquí en Chile a lo que me pasa cuando estoy afuera, entonces creo que ese espacio no les está dado. O sea, en la competencia internacional no están disponible por un tema económico, siempre es una pelea tener que intentar llevarlos a alguna competencia porque la institución no parece darles la importancia que se merecen.

¿Cómo ves que interactúan el psicólogo deportivo y el entrenador en cuanto al desarrollo de sus roles?

Ahí también lo veo complejo. Creo que en general entre... a ver, para mí la psicología deportiva no está valorizada como debiera valorizarse y eso lo veo como un problema a nivel de entrenadores, de dirigentes, no del deportista; yo creo que nosotros valoramos bastante bien o como se merece el trabajo que realizamos con nuestros psicólogos. Yo lo veo con mi entrenador, por ejemplo, no logro hacer que se coordine con la psicóloga, no es que haya un pero de parte de ella, y ella hace intentos también, pero no logro hacer que él le vea la importancia que esto tiene, entonces no sé, me echa tallas de repente “ah, y qué haces donde la C” y te pregunta y me dice puras leseras. Entonces yo noto que

claro, él en su rol de entrenador y la ve a ella en otro lado en vez de decir “bueno, somos un equipo, y si trabajamos juntos, mejor” porque creo que los roles de cada uno se potenciarían al trabajar juntos. Y no es el único entrenador que he tenido en que veo eso, o sea, he trabajado con otros entrenadores que no es que digan “no, pero para qué vas a ir a un psicólogo”, no, no le ven problema a que tu vayas, pero no ven que ellos tienen un rol ahí, o sea, “en qué está mi alumno, en qué puedo ayudar, qué está pasando”; sería mucho mejor, entonces al final terminas trabajando un poco separado porque no se logra eso, y no creo que sea un problema del psicólogo; en general lo que veo que uno no le puede hacer entender al entrenador que... a lo mejor no soy yo la encargada de hacerle entender, a lo mejor es la institución.

¿A quién crees que debe ir dirigida la intervención del psicólogo deportivo?

Depende de la edad del deportista, pero en general creo que al deportista principalmente, padres y entrenadores. No sé pues, yo no logro que mi entrenador cache que el trabajo con el psicólogo es importante, pero bueno, yo sigo con el trabajo. Y un menor que tiene problemas con el entrenador, lo papás, o lo presionan mucho para que rinda o quieren más de lo que el deportista en realidad quiere... entonces creo que es deportista, papás, entrenador, en ese orden si hay menores de edad.

¿Cuáles crees son las condiciones mínimas necesarias de tiempo con el que debiera trabajar el psicólogo deportivo?

Una vez a la semana, una hora más o menos, me refiero a la sesión misma que puede ser en la cancha, que puede ser en la oficina, no sé si una vez a la semana en el entrenamiento, a veces no creo que sea tan relevante; a lo mejor estar una vez al mes en el entrenamiento, depende del deporte también. Nosotros lo que hacemos con C; C trabaja con varios de la federación, tenemos nuestra sesión semanal, para mí es mínimo una hora, no sé, puedo estar una hora y media, depende del tiempo y además ella va una vez a la semana a la cancha, yo creo que es hartito. Esa hora a la que ella va a la cancha también ve a los demás, pero a mí me parece bien; si ella no pudiera y no sé, fuera una vez al mes o cada dos semanas, tampoco lo vería mal.

¿Te es necesario ver más al psicólogo deportivo cuando se acerca la competencia?

Creo que hay más estrés, pero el ideal es estar una vez a la semana con el psicólogo... es que yo separo: la sesión con el psicólogo en la oficina y lo que significa la ida del psicólogo a la cancha y no necesariamente va a ser una sesión como tal, sino que está viendo otras cosas, otros problemas, puede que no vea nada, que vaya y no encuentre nada distinto o nada interesante, no sé. Pero yo creo que no son magos y que tampoco son una aspirina, entonces como darle relevancia al período previo a un torneo, no; yo creo más en la constancia, en la perseverancia del trabajo. Una vez a la semana independiente de si hay o no competencia.

¿Cómo ves la relación que establece el psicólogo deportivo con el equipo técnico?

O sea ahí te puedo hablar de mi caso particular, lo que ha sido el trabajo con la C antes cuando yo trabajé con el P un montón de años atrás la federación tampoco tenía la estructura que tiene hoy día, entonces yo era "la" deportista de alto rendimiento, todavía es un poco así, pero la federación le ha tomado el peso de llevar a más deportista arriba, entonces yo casi me manejaba sola, a la federación le daba un poco lo mismo, entonces antes no había una estructura de cuerpo técnico ni de comisión técnica, entonces hoy día sí hay y está mucho mejor organizado y de hecho la comisión técnica se reúne una vez a la semana y C ha sido invitada a partir de cierto momento, pero esto es nuevo, la comisión existe ya hace unos años, pero empezó a funcionar en serio este año a partir de la llegada de un metodólogo, Jorge Brancacho que fue director acá de la parte de alto rendimiento aquí en el CAR, entonces llegó un pez gordo, pesado, un tipo que sabe mucho y ordenó el cuento. Entonces a partir de este año empiezan a funcionar bien y una de las cosas que él hace es incorporarla a estas reuniones como invitada, no como partes de la comisión porque no puede por la estructura de los estatutos, pero sí como invitada; ya desde esta perspectiva es bueno porque se oye la opinión del psicólogo en las distintas áreas, o sea, desde lo que está sucediendo con una chica que tiene 14 años que se le quiere apurar en el proceso o desde lo que está pasando con el área de la preselección o selección y en eso yo he visto un cambio muy importante en la federación este año, que la incorporó de alguna forma la comisión técnica (a la psicóloga).

¿Y con el deportista?

Yo la veo más informal que lo que sucede con el psicólogo clínico en general. Yo he trabajado con psicólogos no deportivos y es totalmente diferente la relación, o sea, tengo una relación súper desformalizada con la C, también fue así con el P, y veo el trato que también tiene con los demás y me parece que está bien porque es distinto. Tú compartes de otras formas a la que uno comparte con un psicólogo clínico. No estoy hablando de salir a carretear con los deportistas, o sea, ya creo que ahí se pierde un poco el ver a lo mejor al psicólogo como un profesional, no es que uno los mire para arriba, pero desformalizada, pero profesional; me parece que la distinción tiene que existir... Dormimos en las mismas piezas, a mí me ha tocado dormir con la C este año por una cosa de recursos, no van a gastar más o vamos a conseguir más porque al psicólogo hay que dejarlo aparte. Si se da que por número de personas queda una sola mujer aparte, que sea la psicóloga, obvio, y se privilegia que las deportistas estén juntas porque son equipo, pero si no, chao.

¿Y la relación que tú ves entre el psicólogo deportivo y el entrenador en general?

Me cuesta definirlo por esto mismo de que veo que no logran vincularse mucho. Ahora, creo que debiera ser, tal vez, similar a la que se tiene con el deportista, pero un poco más formalizada, ahí yo creo que sí debiera haber un poco más de formalidad porque al final el psicólogo trabaja más directamente con el deportista y con él debe generar un cierto espacio de confianza y de relaxo para poder hablar de lo que sea, y con el entrenador al final se está entre dos profesionales, creo que ahí debiera haber más formalidad en el tema.

¿Cómo ves que se evalúa la efectividad de los programas de intervención del psicólogo deportivo?

Creo que no se evalúa mucho, no se evalúa nada. Al final depende mucho de lo que opinamos los deportistas de las personas con las que trabajamos. Hasta aquí nunca me han pasado una encuesta o me han preguntado cómo creo yo que se desempeña el psicólogo en su tarea, o sea, nunca. Yo creo que al final va más por la sensación que tiene cada uno con el trabajo que hace con su psicólogo que en general creo que los deportistas protegen mucho ese espacio y el trabajo que tienen con el psicólogo, tengo la impresión. No hay una evaluación objetiva.

¿Cómo definirías el rol del psicólogo deportivo?

Tan importante como lo es el rol del entrenador y el preparador físico, o sea, si dentro de las etapas de un día de entrenamiento tienes que entrenar porque si no entrenas no te va bien, descansar porque si no descansas no entrenas bien, comer porque si no comes no puedes entrenar bien, para mí está dentro de ese nivel de importancia al igual que todas las demás aristas del entrenamiento en la parte el trabajo con el psicólogo.

¿Y como definirías el papel, el trabajo del psicólogo? ¿Por qué uno va donde el psicólogo?

Para mí tiene que ver un poco lo que te estoy diciendo, por qué está al nivel de todas las otras aristas del entrenamiento, porque creo que entre el número uno y el número dos del mundo la diferencia es la parte psicológica, creo que ya no es técnica, no es de preparación física, no es si comiste mejor o comiste peor, creo que la diferencia entre el número uno y el número dos ya es una arista psicológica que puede pasar por un millón de aspectos el trabajo que hace el psicólogo, puede tener que ver con tus problemas familiares, puede tener que ver con estrés competitivo, puede tener que ver con que no sabes cómo manejar el orden de tu vida, no sé, por un millón de cosas que al final mientras más tranquila estás, puedes hacer mejor tu pega como deportista.

Si yo tengo diez variables que trabajar para estar al nivel competitivo internacional alto y estoy cubriendo nueve por no ir al psicólogo, por qué no ir si ahí puedes descubrir un montón de cosas que puedes manejar. No te puedo decir "Creo que el rol del psicólogo es importante porque te ayuda a manejar el estrés competitivo", no, porque creo que hay un montón y miles de cosas más que uno se encuentra en el camino, cotidianas, domésticas, no tanto, en las que el psicólogo puede ayudarte. Es todo, incluso, de repente puedo tener un tema con mi entrenador, no sé cómo abarcarlo, no sé cómo hablarlo o con un dirigente y que te da cierta guía para enfrentarlo para que eso te genere menos problemas todavía porque al final uno se puede meter en peores problemas y cosas en la cabeza y al final eso no te deja. Entonces es un poco de todo, o sea, desde el estrés competitivo que puede ser el momento cúlmine del proceso de entrenamiento hasta algo muy doméstico. Es que veo demasiado importante el rol del psicólogo ¿cuál era la diferencia entre la que ganó el torneo y yo que fui la cuarta? La parte psicológica en estos momentos es fundamental: la diferencia es psicológica.

¿Qué diferencias ves entre el rol del psicólogo deportivo y el entrenador?

Que el entrenador te entrega la forma, te dice cómo trabajar lo técnico, lo táctico, la carga del entrenamiento y eso no es algo que el psicólogo tenga que abarcar; y al revés, o sea, el psicólogo tiene una competencia, te entrega técnicas de cómo manejar la ansiedad o el estrés competitivo o pre competitivo, no veo cómo el entrenador te pueda ayudar, salvo que tenga experiencia un poco como deportista de alta competencia en algún momento de su vida, pero creo que son roles totalmente distintos. Por lo mismo creo que un entrenador no puede hacer las veces de psicólogo y el psicólogo no va a hacer las veces de entrenador, o sea, yo creo que tienen que estar totalmente separado, que no se mezclen las cosas, es como no sé, como si mi pareja fuera mi psicólogo, aunque es psicólogo, pero en algún momento se mezclarían las cosas entonces ya eso no deja claridad.

¿Qué importancia das al manejo de métodos cuantitativos y cualitativos en la intervención del psicólogo deportivo?

No, no te puedo dar esa respuesta porque nunca he contestado un test, siempre es conversación. No soy yo quien dice cuándo hay que aplicar un test o no, entonces como no me he enfrentado a lo otro no puedo decir qué creo que es mejor. Para mí hasta ahora está bien con lo que he hecho, es lo que conozco; me imagino que tener la necesidad de aplicar un test o no es el psicólogo.

¿Consideras que hay diferencia entre un psicólogo que opera en el alto rendimiento y uno que opera en otro contexto?

Me imagino que sí, o sea, no es lo mismo el deporte formativo, al recreativo y el competitivo, o sea, son áreas totalmente distintas y aunque tengo claro que eso no se estudia en la universidad, sino que se va haciendo en la práctica y te vas especializando ahí, no quiere decir que sean tan distintos como el rol del entrenador con el psicólogo, sino es más fácil pasar de ser un psicólogo deportivo de formación te va a costar poco trabajo llegar a manejar esta otra área; no creo que haya mucha... no sé, yo estudié derecho y del área de familia que me pase un poco a la violencia intrafamiliar es una cosa menor a si me quiero pasar al área tributaria, o sea, ahí sí que no. Entonces yo creo que no debiera ser tan... o sea debería ser distinto pero estar dentro del mismo margen.

¿Qué elementos entran en juego en el tema de la confidencialidad?

Me imagino que, o sea, si yo le pido a mi psicólogo que no le cuente algo a mi entrenador yo espero que lo respete y que si tiene que manejar alguna situación y ver la forma de comunicarle algo al entrenador sin decirle tendrá que arreglársela, o sea, el problema es del psicólogo, tendrá que arreglársela en ese momento a cómo ayudar a manejar esa situación sin violar el secreto profesional. El problema de dejarlo al criterio del psicólogo es que si te toca un psicólogo descriteriado... entonces creo que es mejor privilegiar el secreto profesional como norma general y no dejarlo al criterio del psicólogo porque el criterio es menos objetivo que el secreto profesional. Yo entiendo, que... es que a lo mejor también pasa por quererle hacer entender al deportista que eso que está pidiendo que no

le diga, mejor debiera intentar convencerlo de que sería bueno de que su entrenador lo supiera. Ahí también hay un tema de habilidad de un psicólogo, pero creo que debiera respetarse y si tiene que pasar por la habilidad del psicólogo, bueno...

¿La intervención del psicólogo deportivo de alto rendimiento tu crees que debería estar más enfocado al tema educativo, preventivo, terapéutico o de mejora del rendimiento?

A todos, no creo que el enfoque haya que limitarlo, el psicólogo tiene que estar preparado para todo porque habrán deportistas que llegarán con problemas graves a nivel familiar, otros que no, otros que aún están en una edad de formación como persona porque también depende del deporte, yo estoy en un deporte en donde la gente en su mayoría es mayor, pero en la gimnasia la mayoría son chicas, entonces están en una etapa educativa y de formación donde tendrán que intervenir en otras partes. No creo que debiera limitarse.

¿Qué importancia das al trabajo interdisciplinario del psicólogo deportivo?

Bueno, al final en Chile lo hacemos de forma aislada y si lo hacemos así, quiere decir que se puede; que sea lo ideal es otra cosa, pero se hace porque es lo que hay. Pero mientras más integral sea, yo creo que es mejor, o sea, es un poco lo que dije en el tema anterior, los deportistas somos personas, no somos máquinas y tenemos los mismos problemas que el señor de la esquina, entonces por eso creo que no se puede limitar a una sola área la intervención del psicólogo y por lo mismo, como somos integrales y tenemos no sé, una lesión, las lesiones psicológicamente te pueden dejar muy mal, entonces tanto mejor que estén comunicados con el kinesiólogo, con el preparador físico, con el entrenador. Si nosotros tenemos que prepararnos para llegar en las mejores condiciones a una competencia internacional y tienes a tu alrededor gente que te está apoyando para que eso llegue a buen término, lo ideal es que estén intercomunicados, si no cada uno rema para su lado y es bien difícil llegar en óptimas condiciones, salvo que sea una cosa de talento.

¿El psicólogo deportivo satisface tus necesidades como deportista?

Sí, en esa área, sí. Yo no vine por un tema al psicólogo, o sea cuando yo empecé con la C le dije "me quiero preparar para esto y yo quiero tener todas las variables cubiertas", no tengo claro en qué tengo que trabajar, no sé, no tengo un problema determinado, pero me imagino que podemos ir descubriendo cuáles son mis debilidades para ir las trabajando y eso es lo que hemos ido haciendo. Entonces totalmente satisfecha con eso. A lo mejor hay otros que vienen por algún tema determinado y también está bien si al final todos venimos buscando alguna solución para algo. Yo no tenía un problema específico.

La C ha sido fundamental en el año que pasó, fue tremendamente importante, quedé súper contenta con el trabajo que hice con ella; tengo falencias en mi equipo técnico porque bueno, los recursos no dan para otra cosa, pero no, súper bien. Yo no llegué, como te digo, con un tema determinado, sino que a manejar las debilidades que tuviera y que tenía porque yo por la universidad, estuve bastante alejada los últimos cinco años, no

es que no entrenara nada, pero era muy irregular y me alejé mucho, no sé poh, yo iba a cinco torneos al año internacionales, pasé de ir a cinco a uno al año, entonces yo perdí mucha confianza, yo ganaba muchos torneos, dejé de ganar muchos torneos, entonces, como partir de nuevo, el área psicológica la tenía así como súper debilitada por la falta de confianza. Entonces súper conforme y satisfecha por el trabajo de la C.

¿Crees que se justifica la presencia del psicólogo deportivo en el alto rendimiento?

Totalmente, o sea, por todo lo que hemos hablado creo que no puede faltar, pero las cosas que a mí tanto me preocupan por el cambio de gobierno trae muchos otros cambios políticos, administrativos, económicos... y una de las cosas que se están escuchando es externalizar servicios: kinesiólogos, médicos, psicólogos; yo digo "ya, que remplacen al kinesiólogo, al médico, okey". Habrá otra gente que te ayude a mejorar lesiones... ¿pero cómo remplazas al psicólogo?, o sea, me puedo lesionar, puedo ir hasta a la urgencia de una clínica, pero el psicólogo deportivo lleva tiempo con uno, es una área que no es la misma al que se dedica a tratar niños o gente con problemas de droga, alcohol, lo que sea, en fin... a mí me preocupa porque ya, si me dicen "ya, estos son los psicólogos disponibles", pero resulta que no confías en ninguno de ellos. Ya, tu estás en formación, has sido deportista, va a llegar un momento en que a lo mejor trabajando con ellos vas a aprender y te vas a especializar, pero partir todo de nuevo con gente que no tiene idea de...no. Por lo mismo creo que es demasiado importante la presencia del psicólogo, pero deportivo.

¿Es importante que el psicólogo haya sido deportista?

Sí, es que he estado con psicólogos deportistas y no deportistas. A por ejemplo no fue deportista; la C fue... parece que todavía ahí están sus récords entonces ella ha vivido cosas, o yo vivo cosas que ella ya sabe cómo se viven, es más fácil la comprensión. No digo que los otros no lo comprendan o no lo... para mí ha sido tan significativo que la Claudia haya vivido lo mismo que yo he vivido, que sí pues, creo que de todas maneras un deportista: facilita las cosas.

10.2.1 Entrevistas a Entrenador, E. 10

Entrenador Selección Nacional Femenina de Pádel, con formación en La Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación. Actualmente entrenador Academia Balthus y Preparador Físico de jugadores de Pádel competitivos.

¿Tú consideras que existe diferencia entre el psicólogo deportivo que opera en contexto de alto rendimiento y uno que opera en otro contexto?

Creo que existen más diferencias, son más claras las diferencias, o sea, el psicólogo clínico o el psicólogo laboral que no tiene nada que ver con el deporte; el que se dedica al deporte formativo, social o recreativo y el de alto rendimiento, creo que hay claras referencias. Si me preguntas cuáles, las diferencias para mí tienen que ver con, primero,

el nivel de especificidad en el que trabaja el psicólogo que está en el alto rendimiento, trabaja con cosas, elementos y factores, como te dije, muy específicos, muy puntuales y de manera muy fina. En el alto rendimiento se trabaja por ejemplo los estados de ánimo, que son una cuestión normal que se trabaja, no sé, en la psicología común y corriente, influyen en la concentración, en la capacidad de controlar la ansiedad, en el manejo por ejemplo, o sea a nivel de... nosotros hacíamos y percibíamos las jugadas previamente, se llamaba el trabajo de visualización; en el trabajo de visualización si tú estás bloqueado en términos de ánimo, si has sufrido situaciones de estrés, si has tenido a lo mejor episodios de rabia o de ira en tu casa, evidentemente que la capacidad sufre bloqueos. Entonces el psicólogo recibía a nuestro deportista y tenía que muchas veces limpiar o tratar de establecer un piso para poder trabajar en un nivel más alto de exigencia psicológica. Me parece que se lleva al máximo las capacidades mentales de un deportista cuando trabaja el psicólogo deportivo buscando que el tipo rinda lo más que pueda dar. Creo que el psicólogo que trabaja en el alto rendimiento, a su vez, si bien es cierto tiene que asumir que hay problemas que vienen de la casa, que vienen de su formación, de su rango cultural, de una serie de cosas que tienen que ver con la formación. Él, por otro lado, no tiene una tarea específica que resolver, no sé, respecto a las carencias afectivas que tiene. A lo mejor tendrá que buscar el mecanismo de solucionar eso también con un especialista aparte, pero no es él el encargado de solucionar esos problemas y si tiene un deportista muy bloqueado, probablemente lo deriva o deja de trabajar con él. En ese sentido también de alguna manera tiene que ser muy frío en la evaluación y en el diagnóstico de un deportista de alto rendimiento cuando evalúa si está capacitado o no para trabajar con él en esta área. A mí me parece que, por otro lado, y viendo el lado de los deportistas, no todos los deportistas están capacitados para trabajar en el alto rendimiento. Entonces, me parece a su vez que el psicólogo deportivo tiene que manejar situaciones de mucho más estrés, viajes, alimentación, carencias afectivas, el rival, el medio, el clima, sus propios miedos, el... y recién entonces entrar al mundo interno del deportista para solucionar todo eso; están los factores externos, los factores internos, son muchas las cosas que tienen que evaluar y trabajar un psicólogo deportivo.

¿Crees que el psicólogo deportivo cuenta con espacios físicos disponibles para intervenir?

No. A ver, yo creo que el psicólogo que trabaja en alto rendimiento por un lado tiene que también trabajar mucho trabajo de campo, el trabajo de campo me refiero a acompañar al deportista; creo que el trabajo bien hecho del psicólogo deportivo es acompañándolo en el caso del Pádel y Tenis a la cancha de tenis, gimnasio o en pista para ver cómo resuelven las dificultades, los desafíos y los estímulos que son de cada una de estas áreas. Si el tipo sufre bloqueos, por ejemplo, cuando está tu técnico, y siendo llevado al máximo en el campo físico, a lo mejor es un tipo de trabajo, a lo mejor sus bloqueos vienen en el campo técnico o técnico táctico, ahí hay que evaluar en conjunto con el entrenador. Me parece que el psicólogo deportivo tiene que estar vinculado con todos los profesionales que están en contacto con cada uno de los deportistas, o sea el psicólogo no puede estar ajeno a nada; me parece que es tan relevante lo que él hace que tiene que estar vinculado con el preparador físico, con el entrenador, con el nutricionista, con el kinesiólogo, con el doctor,

con todos los que de alguna manera intervienen en el proceso formativo y, en ese sentido, su oficina es la cancha de tenis, es el gimnasio, pero a la vez hay algunas cosas como las mentalizaciones, un trabajo que requiere más... una concentración mayor, específica y sobre todo un contacto muy personal requieren espacios que, por ejemplo, no pasen aviones (pasa un avión muy ruidoso) claramente, ese tipo de cosas, imagínate si tú estás tratando de que el tipo piense, "oye, focalízate, qué están sintiendo tus pies", no sé, y de repente pasa el avión y el tipo empieza a pensar en otra cosa, o sea, es más difícil. Aquí en Balthus particularmente no hay, no está considerado, yo creo que el medio considera muy poco el trabajo que puede hacer un psicólogo deportivo en el alto rendimiento, y no están dadas las condiciones. Yo te diría que son pocos... con excepción del primer mundo del deporte de alto rendimiento que sí considera la psicología deportiva como fundamental y todos los deportistas de alto rendimiento el Stuff tiene un psicólogo deportivo, en Latinoamérica y en el mundo subdesarrollado son pocas las condiciones que tienen los psicólogos para trabajar. Son pocos los deportistas que piensan en un psicólogo como alguien que los puede ayudar; quizás te dicen en teoría que "sí, creo que sería importante", pero si tu les preguntas por qué sería importante, no hay ninguno capaz de decir por qué es importante, en qué te ayudaría, cuáles son las tareas que él... las dificultades que yo tengo y que a lo mejor podrían ser útiles para él. No creo que haya un conocimiento, creo que hay mucha ignorancia respecto a la labor de un psicólogo deportivo.

¿Cómo ves tú que interactúan el psicólogo deportivo y el entrenador en cuanto al desarrollo de sus roles?

Si tú me preguntas el cómo se da, mi experiencia me dice que hay algunos profesionales que permiten que el psicólogo intervenga en todos los procesos como por ejemplo J que es un entrenador de tenis relativamente conocido en el medio, pero que tuvo su formación en Bélgica y que tiene una amplitud de criterio respecto a saber la importancia que tiene este profesional, y lo deja intervenir en los entrenamientos, es decir, te hablo que puede llegar a detener el entrenamiento para decirle "a ver, cuál es la idea de tirar la raqueta, por qué estás tirando la raqueta, cuál es tu frustración en ese momento", si es que corresponde; le permite este espacio. Y en la mayoría de los casos, a ver te hablo de J y te hablo de tres o cuatro más que están preparados afuera; el resto lo siente como una intervención en el espacio de ellos, y si es que tienen psicólogo, "sí, ya, te toca con el psicólogo, anda tú, ya". Muchas veces no saben qué se hace con él, no hay un feedback respecto de lo que hicieron con él, de lo que debería hacer o hay un feedback muy limitado y no se correlacionan la planificación y la programación de lo que vaya a hacer con el deportista. Muchas veces lo que tu tengas que hacer técnica y tácticamente debería ser modificado si el deportista está pasando por un período especial de sus estados personales, de su... somos seres humanos, en ese sentido hay una cuestión holística que, no sé pues, hay mente, cuerpo, etc., son muchos los factores. Y respecto a lo que debería hacer, me parece que debería intervenir permanentemente en todo, ya te lo dije, en todas las áreas de formación de un deportista, de la preparación de un deportista.

¿Y pasa que el entrenador siente que el psicólogo se entromete mucho en el trabajo del entrenador?

Era lo que yo te decía, que creo que hay algunos que sí, pero sabes con qué tiene que ver, con inseguridades en la preparación de ese entrenador. Cuando el entrenador no sabe bien... no sé si no sabe, cuando el entrenador no define bien qué es lo que él tiene que lograr con el deportista ni sabe hasta dónde llega su capacitación, su rol... en el fondo cuando los profesionales que trabajan con el deportista no están lo suficientemente capacitados hay temas que son de ego, entonces sienten como una "intromisión" un aporte del psicólogo en un momento determinado. Por ejemplo, interviene en un caso como te dije yo, que tiró la raqueta, y el psicólogo le dice "oye, qué está pasando"; y el otro le dice oye, no te metas tú, este es mi espacio, estamos en la cancha; resulta que puede ser el psicólogo el que llegue de mejor manera, el que tenga... a lo mejor tiene mayor información incluso que el entrenador del por qué está pasando ahí. Habrá otros momentos en que no se pueda meter el psicólogo, pero yo siento que los entrenadores que tienen estas aprehensiones es más por inseguridad personal más que por qué... o sea, el tipo que sabe lo que hace, el tipo que sabe permite al psicólogo y además lo hace partícipe. También le tiene que poner límites porque hay psicólogos y psicólogos, así como hay en todas las áreas, si hay un psicólogo demasiado interventor y que se mete "oye, está pegando el revés con top, y era con slice", no es tu ámbito, no es lo tuyo ¿entiendes? el psicólogo no tiene que meterse en eso, hay espacios para cada uno.

¿Cuáles son las técnicas más demandadas del trabajo del psicólogo deportivo?

A ver, dependiendo de la etapa en que el deportista está, se hace una evaluación o diagnóstico y en eso se ocupan distintas herramientas, ahí tienes los test que hay test hay una infinidad de test, yo no me los sé todos, pero tienes desde los test para medir capacidad intelectual o el CI, para otros test que ya son más emocionales me parece respecto de estabilidad ¿no? y otras cosas que miden la frustración, otros test que miden la capacidad de concentración, la capacidad que tiene para imaginar y visualizar, para saber quiénes son más creativos, quiénes son más disciplinados, quienes son más desordenados; hay una etapa que es de evaluación y diagnóstico y después ya viene una etapa donde ya se funciona con las entrevistas, en las entrevistas permanentes y con un feedback más activo ahí del deportista verbal y si es necesario hay algunas tareas que se le daban a la casa escritas para que... por ejemplo habían algunos con problemas de disciplina y el psicólogo lo que hacía era darles siempre tareas escritas, te estoy hablando de cabros que iban a colegios especiales, que muchas veces no hacían ni siquiera las tareas para el colegio ¿entiendes? el psicólogo lo que hacía era obligarlos medio hora todos los días a responderle preguntas, a ver, de tenis, incluso de actualidad o de contingencia, qué sé yo, o cosas que tuvieran que ver con su estado mental, presión, pero los obligaba a traer hechas esas tareas, entonces, los obligaba a desarrollar un hábito. Otras veces tenía que ver con la capacidad de observación de sí mismo, es decir, un tipo que fuera lo suficientemente consciente de cuáles eran sus estados de ánimo a lo largo del día, qué le generaba frustración, cuándo se ponía intolerante ¿para qué? para obligarlo a tener mayor perfección y poder dominar eso después. Y se hacían también

trabajos en la competencia, ahí hacíamos mucho trabajo de visualización, te estoy hablando... yo lo vi hacerlo aquí en Chile y me tocó llevarme pautas de él (Psicólogo deportivo) a giras donde yo llevaba los trabajos dados por él y donde yo de repente tenía que encerrar a los cuatro, cinco que tenía, pieza oscura y trabajos de visualización, también otros de manejo de ansiedad, él también trataba de traspasarnos a nosotros algunos de los conocimientos porque por recursos no siempre podía viajar; él iba de repente con el grupo más avanzado o con el grupo que tenía más posibilidades, algunos trabajábamos con el grupo que venía inmediatamente debajo. Particularmente el mío, yo trabajaba con los que tenían un poquito menos de nivel, que estaban en la competencia, pero que tenían un poquito menos; y finalmente evaluación del trabajo psicológico, después de un determinado período se hacía una determinada evaluación de cómo habían andado los resultados: información a los padres, se hacía también reuniones periódicas con los papás.

¿Cuáles crees que son las condiciones mínimas de tiempo necesario para que el psicólogo pueda intervenir?

Yo no creo que el psicólogo deba estar ausente de ninguna etapa del proceso de formación, de preparación deportiva del deportista de alto rendimiento, y con esto te digo que a mí el psicólogo me gustaría que estuviera presente, idealmente todos los días, pero no se puede por recursos, pero para mí él debería estar... debería haber un seguimiento, debería hacer un seguimiento, el psicólogo debería ser parte de los procesos del deportista desde que entrena en la cancha, pasa por el preparador físico. Ahora, si tú me preguntas, yendo a la realidad, el psicólogo debería por lo menos ir a ver dos o tres entrenamientos tácticos y uno o dos físicos, más, obligatoriamente, la competencia. Eso es lo que nosotros teníamos, el psicólogo venía tres veces a la semana, la parte técnica táctica, participaba de los entrenamientos físicos, mira, no me atrevo a darte un promedio, pero para no exagerar, una vez por lo menos en la semana y siempre en la parte competitiva es más relevante eso sí porque al menos ahí tenía el feedback de la situación de mayor estrés del deportista, por lo tanto después podía manejar mejor qué hacer con él cuando lo veas en la situación en que te estás jugando el pellejo porque tu entrenabas para ese momento. Era una academia especial con un proyecto muy bonito que lamentablemente se cayó por lo que siempre se caen acá las cosas, porque hubo mala gestión, mal gerenciamiento, mala planificación y porque la empresa privada y el Estado no apoya; el mal de siempre de los deportistas, tú eres deportista, sabrás que es muy complicado, pero sí, éramos una academia que dentro del medio tenía un tiempo amplio de preparación del psicólogo y siempre tuvimos psicólogo, o sea, cuando falló un psicólogo, cuando se fue a Barcelona, lo cambiaron inmediatamente, siempre se consideró una prioridad, por eso te digo que era una academia especial. La mayoría de las academias hoy trabajan, bueno, hoy día ya no tanto, se ha extendido un poquito, por ejemplo el estadio nacional tiene psicóloga cubana, yo la conozco muchos años porque Andrés Vásquez era el coordinador de esa academia y él también se formó en Europa como deportista, entonces venía con otra mentalidad, y les puso desde siempre.

¿Cómo es la relación que establece el psicólogo deportivo con el equipo técnico, el entrenador y el deportista?

Cercana, cercana al punto que tiene que conocer detalles del comportamiento del deportista que a veces no tienen que ver directamente con los tiempos y espacios que comparte él con el deportista. La relación que R (Psicólogo anterior) tenía con nosotros, el preparador físico, el entrenador era muy cercana, y él se informaba en tiempo fuera del tiempo que vivía con el deportista de muchas cosas que le estaban pasando. Normalmente se preocupaba de saber lo que pasaba en el entorno familiar, del entorno competitivo, de lo que vivía; y yo te diría en el caso de R, que es mi experiencia, con un nivel de soltura que permitía fluidez para que él hiciera su trabajo, pero eso ya tiene que ver con una característica de R. No sé si todos los psicólogos deportivos tienen esa capacidad para hacerlo, además que Rodrigo tiene un doctorado y está capacitado más allá, desde mi modo de ver, del promedio de los psicólogos que se dedican al deporte que también son pocos, no son tantos. Ahora qué más te podría decir, cómo es la relación del psicólogo con el deportista, por ejemplo cercano, en alguno casi... a veces genera una cuota de dependencia también del deportista hacia el psicólogo, pero nunca confusa, no era un amigo, y eso quedaba bien establecido. Ahora, él lograba tener espacios de distensión como para que el deportista también generara vínculos de confianza y le contara, pero no era un amigo.

Me parece que si se confundieran los roles la tarea que tiene que hacer el psicólogo se vería dañada o disminuida, por eso es que también creo que los roles no podrían confundirse. El psicólogo creo que si tiene un vínculo afectivo con quien está tratando se complica. No sé si pierde credibilidad, pero en la relación jerárquica o de autoridad siempre es útil para poder decirle "no, en este minuto no tienes que hacer esto, tienes que cambiar esta conducta", si de repente lo ve en un plano de igualdad, y "¿tú quién eres para decirme esto?" Por más que racionalmente el deportista sepa que es el psicólogo a veces se pierde justamente porque se confunde o por ejemplo en la relación deportista-mujer psicólogo-hombre o al revés.

¿Cómo se evalúa la efectividad de los programas de intervención?

La efectividad de los programas... de lo que te puedo hablar yo es que cada cierto tiempo se miraban las pautas de diagnóstico, la evaluación que había hecho R, a mí no me tocó demasiado, pero sí vi que otros compañeros míos lo hacían con él, que las pautas donde se habían definido los problemas que había tenido cada uno, se había definido un programa y una pauta de trabajo con ellos y se daba un período de trabajo. En las evaluaciones periódicas se veía si esas dificultades permanecían, por ejemplo, en una escala de uno a diez, si un tipo tiraba la raqueta cinco veces en un partido, esto para cuantificarlo de alguna manera, si después el tipo en una competencia la tiraba dos veces, había evidentemente un 30% de avance en un tema muy puntual. Me parece que a nivel de psicología tampoco es medible o cuantificable de manera tan cercana al ser una, bueno, la discusión acerca de si es ciencia o no, los psiquiatras y los psicólogos la tienen hasta el día de hoy. A mí me parece que se puede llevar a estadística el trabajo psicológico bien hecho, pero cuesta también cuantificar los avances; yo creo que las

pautas que se hacían en este caso eran muy puntuales y muy referidas a las conductas que nos ponían trabas para el avance técnico, táctico y en el desarrollo del tenista en general, digamos. ¿Qué más te puedo decir además de cómo medíamos nosotros...? Bueno, también había, se medían los... bueno, Rodrigo nos daba pauta, mira, una cosa muy genérica, "mira, lo veo mejor, el tipo se plantea... se ve claro, más contento, muchas veces antes no había resultado, pero se declara más contento haciendo lo que hace y a lo mejor podría pasar por un período más largo en que no tenías resultados, pero que venían posteriormente porque el tipo estaba estable emocionalmente"; muchas cosas muchas veces eran evaluaciones verbales de R y poco cuantificadas en estudios, no sé.

¿A quién crees que debe ir dirigida la intervención del psicólogo deportivo?

A ver, te dije, el psicólogo tiene que estar en contacto con todos nosotros; en ese sentido si el tipo es consecuente con eso, creo que su acción principalmente con el deportista y con su entorno, en ese sentido lo que pasa alrededor del deportista no nos podemos hacer los lesos, o sea, si tiene un padre castigador, si tiene una madre ausente, si vive solo o si vive con mucha gente y no puede descansar... hay una serie de cosas que al menos el psicólogo en algún momento le tiene que hacer llegar a su entorno familiar para decirle "mire, el deportista necesita estas cosas, usted ojalá se las pueda proporcionar, ojalá lo puedan ayudar"... hasta ahí puede llegar, yo pienso, tampoco puede ir más allá porque tampoco puede tratar a cada uno de los componentes. Y por otro lado también tiene que tratar con nosotros respecto a las cosas que se le pueden... por ejemplo, órdenes e instrucciones, que sean claras y precisas, en qué momento las órdenes e instrucciones, el Coaching durante la competencia a lo mejor es más oportuno en un momento, menos oportuno en otro momento, y a lo mejor el psicólogo si lo tiene bien evaluado, bien diagnosticado "no, ahora no; ahora sí porque por eso, por esto, por esto otro, porque está receptivo, porque está abierto, porque tiene los canales de comunicación fluyendo, porque te está pidiendo, etc.", o sea, a los técnicos nos sirve mucho. Así con el deportista y el entorno y después con el grupo técnico. Es que esto es un trabajo de equipo, si la formación de un deportista de alto rendimiento no es de un solo entrenador, por eso de repente el ego los traiciona: "bueno, yo los formé"... El deportista de alto rendimiento es fruto del trabajo de mucha gente.

¿Cuáles son las diferencias entre el rol del psicólogo deportivo y el rol del entrenador?

Voy a ser básico, si tú quieres; más todavía...soy hombre, como dicen las mujeres. De partida, el ámbito en el que trabaja el entrenador, el Coach es principalmente un tema técnico-táctico, es 'principalmente' técnico-táctico y competitivo, muy ligado de la mano de todo lo conductual para poder desarrollar lo técnico, lo táctico y lo competitivo porque al ser Ser Humano yo no le puedo pedir "ya, quiero la pelota aquí quinientas veces, o la quiero aquí con top pesado", eso no va a venir solamente por un movimiento biomecánico, sino porque el tipo está en condiciones, porque está con soltura, porque está en su mejor momento o no está en su mejor momento y tendré que pedirle... hay momentos cuando yo le tengo que pedir otro tipo de trabajo, no los de precisión porque a lo mejor el tipo mentalmente no está, o físicamente está agotado y hay que saber evaluar

de alguna manera, entonces nosotros también lidiamos con el estado psicológico, mental y de ánimo del deportista. Pero no es nuestro principal foco, nuestro foco debiera estar centrado en lo técnico táctico apoyado por el psicólogo. Y el psicólogo, evidentemente, trabaja con las emociones del deportista, con las capacidades intelectuales, con la capacidad de resolución, la toma de decisiones, la capacidad de visualizar, el manejo de la ansiedad, la tolerancia a la frustración, con una serie de cualidades... con el ámbito interno, diría yo, principalmente interno. El psicólogo evalúa, al revés, todo este ámbito interno a través del tema conductual, cómo se comporta en materia física, técnica, táctica.

¿Qué importancia das tú al manejo de métodos cuantitativos y cualitativos?

Creo que él tiene que manejar las dos (encuestas y entrevistas), el psicólogo tiene que... a ver, en toda las áreas de desarrollo hoy día el hombre está pidiendo un nivel de especificidad y de desarrollo que te obligan a ti a ser cada vez más preparado y tener más conocimiento, y dentro de esas áreas de conocimiento, la estadística es fundamental para que tu puedas cuantificar; y en la medida que puedas cuantificar a lo mejor puedes enfatizar un trabajo y hacerlo cualitativamente mejor. Cuando se habla de cuantitativamente, cualitativamente en instrumentos de medición, se dice dentro de una medición específica con un protocolo y con todo un desarrollo, y cualitativamente a lo mejor una valoración muy genérica que pueda hacer el psicólogo de manera verbal. Yo creo que tiene que saber manejar las dos cosas y tiene que tener un background de herramientas cuantitativas y tiene que saber manejar el tema cualitativo. Hay momentos en donde un deportista va a exigir que seamos muy puntuales, muy específicos, y con herramientas cuantitativas en otros momentos no hay que presionarlo tanto y hay que ser más genérico a la hora de evaluar.

¿Cómo definirías tú el rol del psicólogo deportivo?

El rol del psicólogo deportivo es permitir que el deportista pueda concretar o mostrar el máximo de sus potencialidades en el ámbito técnico, táctico y competitivo sin que el tema psicológico o mental sea una traba, es decir, para mí el rol del psicólogo deportivo es permitir que el deportista potencie todas sus habilidades técnicas, tácticas y competitivas, que le permita estar consciente de cuáles son sus defectos, cuáles son sus virtudes para poder concentrarse en sus virtudes y dominar sus miedos, sus ansiedades. En el fondo el psicólogo le tiene que permitir al deportista estar, en el fondo, siempre a tope de sus condiciones técnico, tácticas y que el tema psicológico no le obstruya nada. Yo creo que hoy día los deportistas de alto rendimiento, la mitad, por lo menos la mitad del rendimiento de un deportista está en la parte psicológica, el otro 50% es técnico, táctico, físico. Te digo un 50% para ser equilibrado. Mira, te voy a dar una comparación, son odiosas, pero... en el ámbito de los cien primeros, incluso más, pero te voy a poner a los cien primeros del ranking de la ATP ¿tu crees que hay demasiadas diferencias técnicas, hay demasiadas diferencias tácticas? todos saben pegarle al revés, todos saben bolear, todos saben sacar; matices, unos sacan más fuertes, otros sacan más de aquí, pero todos dominan, todos saben, si tu les dices con plano, si tu le dices bolea adelante, bolea adelante, todos manejan eso. El nivel de repetición que han tenido desde muy chico es muy alto, entonces dónde están las diferencias; ah, bueno, y físicamente están

entrenados todos ¿dónde está la diferencia? entre el que está en un tie break seis a seis y va a sacar para concretar el siete a cinco y cerrar el partido a su favor y no se pone nervioso y mete el primer servicio o el que hace doble falta y desperdicia una oportunidad; o el que toma una decisión correcta, era paralela, evidentemente paralela y el tipo le pegó cruzado porque vio venir al rival y se la entregó a la mano. Esas cosas, esa toma de decisiones, ese manejo de la ansiedad, ese poder llevar en el momento oportuno tu nivel técnico al tope, esas cosas son de orden psicológico. Y Federer está hoy donde está, y Nadal está hoy en el nivel que está por cuestiones de orden psicológico. Entonces, no es muy difícil darse cuenta de eso, el tema es que nosotros tengamos los recursos para poder hacerlo.

¿Qué elementos entran en juego en el tema de la confidencialidad?

Yo creo que el psicólogo deportivo no puede violar el secreto profesional, como no lo puede violar el doctor, el periodista y el abogado que son las tres profesiones que legalmente tienen una prohibición. El psicólogo no la tiene, legalmente te estoy hablando; el código penal considera abogacía, medicina y periodismo... ah, y los directores de colegio, esos son los otros. No tiene la obligación de guardar el secreto profesional legalmente, pero yo creo que la tiene éticamente y el psicólogo deberá saber hacer llegar no esa información, pero el mecanismo necesario al entrenador para que el entrenador pueda trabajar con ese deportista sin someterlo a más presión o no exigirle menos de lo que el tipo puede de acuerdo al secreto que le ha entregado el deportista. No creo que pueda violarlo, nunca para mí porque ahí hay un vínculo de confianza; entre el psicólogo y el deportista de alto rendimiento se establece un vínculo muy personal, aún cuando haya cierta jerarquía y autoridad, es un vínculo muy personal. Entre tú y yo, yo psicólogo, y tú me cuentas algo y tú te enteras que yo se lo conté al entrenador de allá, que no te cae bien o que a lo mejor tú sientes, porque los deportistas son muy quisquillosos, que es más amigo de tu archi rival "no pues, no tenías que contarle, yo te dije a ti"... vas a dudar en contarme algo más.

¿Crees que la intervención del psicólogo deportivo de alto rendimiento debe ser de carácter educativo, preventivo, formativo o de mejoramiento de rendimiento, o quizá de alguna otra naturaleza?

A ver, ahí en tus preguntas están mezcladas las cosas porque hay algunas cosas que son de carácter preventivo, que pueden ser preventivo en materia formativa y preventivo en materia competitiva o materia principalmente de alto rendimiento. Creo como te dije al principio que el principal ámbito del psicólogo es el de alta competencia, creo, pero esa alta competencia siempre estaba afecta a otros factores que son de carácter formativo, por ejemplo cuando trabajamos con junior que son de alto rendimiento, pero los junior tienen 14, 15, 16 años, evidentemente hay cosas de carácter formativo y ahí el psicólogo sí tiene pega que hacer, no es la esencial, pero tiene pautas que entregar al medio y al entorno, pero el trabajo de él no debe centrarse en eso, creo que es una parte de su trabajo, pero como complementario, no el esencial. Y preventivo, de todas maneras, durante toda la competencia y post competencia. Hay distintas etapas en donde el psicólogo tiene que actuar y actuar de manera diferente.

¿Y cuál es tu opinión respecto a quienes opinan que solo debe ocuparse de mejorar el rendimiento?

Estoy de acuerdo, pero para mejorar el rendimiento... estoy de acuerdo en el sentido de que para mejorar, y eso es lo que probablemente no ven esas personas que dicen que para mejorar el rendimiento deportivo del deportista, tienes que preocuparte primero de que el deportista es ser humano; como es ser humano, tiene padre, madre, polola, pololo, hermanos, un entorno económico, una historia, un tema cultural, una formación universitaria o no, etc., muchas de las cosas. Y sí, tiene que preocuparse de que sea un deportista de alto rendimiento de la parte deportiva, pero para que tú puedas hacer que él de su óptimo tienes que preocuparte por lo menos saber y evaluar todo eso para saber si hay algo que está truncando antes, porque a lo mejor tú estás trabajando sistemáticamente en esta área deportiva y está bloqueado de antes, viene bloqueado de antes, si primero los deportistas son personas. Uno de los problemas que tenían los rusos era que su escuela era rigor, rigor, rigor, disciplina y el que no tolera la frustración para afuera, para afuera, para afuera. Lo podían hacer porque tenían una academia con dos mil niñitas, esperando entrar y era tanto el tema que lloraba, para afuera; lloraba, para afuera; la que no lloró, ya, pasó, o la que lloró y siguió, ya, esta sigue... es re fácil así cuando tienes una cantidad, pero a lo mejor te perdiste de deportistas increíbles en ese camino que si tú hubieses detectado qué pasaba, se trabajaba dos o tres cosas y a lo mejor podía seguir perfectamente y a lo mejor podía ser mucho más talentosa o más disciplinada, etc. Así, se tiene que preocupar del alto rendimiento, pero ver la situación completa del deportista, esa pega sí es del psicólogo.

¿Qué importancia das al trabajo interdisciplinario?

Fundamental, te dije, él tiene que estar conectado con todos los demás profesionales. Hoy día los equipos son equipos, o sea, lo que hace el psicólogo influye lo que hace el entrenador, lo que hace el entrenador influye en lo que hace el psicólogo, el nutricionista, el doctor, o sea, todos los equipos multidisciplinarios que trabajan con un deportista deben estar informados y saber qué está pasando con cada uno de ellos, si no, no sirve ¿para qué tienes distintos profesionales si no están conectados? Y conectados significa que estén informados y planifiquen lo que van a hacer juntos.

¿Se justifica la presencia del psicólogo deportivo en el alto rendimiento?

Sí, no puedo decir nada más que sí, absolutamente, no cabe ni una duda.

¿Qué es lo que facilita o impide la presencia del Psicólogo del Deporte en las instituciones de Alto Rendimiento?

Creo que es la mentalidad e información que tengan todos los involucrados en el proceso, desde el jugador hasta los entrenadores y directores del proceso que sigue el deportista. Me refiero a la importancia que le dan estos factores a la psicología deportiva para mejorar el rendimiento específico. Es decir, si los entrenadores, padres y el jugador cuentan con todos los datos y manejan la relevancia de la participación de un profesional de esta área, lo más probable es que la intervención se facilitará. Por el contrario, si ellos

ignoran cuál es la tarea, qué beneficios puede obtener y cómo se realiza este proceso, seguramente no será fácil intervenir psicológicamente, aún cuando todo lo que se le dice y hace con el deportista influye en su parte mental. Pero eso deben saberlo y manejarlo los profesionales que están a su cargo...y, por supuesto, el deportista. Por eso me parece que es mejor un proceso en el que todas esas cosas estén guiadas por un profesional capacitado en esa área.

10.2.3 Entrevista a Psicólogo Deportivo, E.3

Profesional: Psicólogo Deportivo, con formación en la Universidad Andrés Bello, Chile. Actualmente trabajando en el Centro Médico Ciens, Academia de Tenis a-Team del gimnasio Balthus, Profesor de Educación Física Universidad de las Américas, Profesor de Magíster “Entrenamiento Deportivo” de la Universidad Mayor y Director del Diplomado “Aspectos Psicosociales del Deporte” en Instituto Prodep.

¿Cómo crees tú que interactúa el psicólogo deportivo y el entrenador en cuanto al desarrollo de sus roles?

Mira, cuando el entrenador es un ex deportista que ha tenido poca experiencia con el trabajo psicológico, y que ahora se dedica a entrenar sin ningún tipo de formación pedagógica; sin ningún tipo de alguna educación formal, lo más probable es que el entrenador tienda a tener ciertos recelos y ciertos reparos no solo a la labor del psicólogo, sino que en general a todos lo que trabajan un poco... apoyando un poco el trabajo deportivo. Ahora, mucho más el psicólogo, porque éste como trabaja con los aspectos no observables del deportista, que puede manejar cierta información, al entrenador puede incomodarle y eso puede también provocar un recelo en términos de que tal vez el psicólogo pueda ejercer un liderazgo más importante que el del mismo entrenador.

¿Cómo quitarle protagonismo?

Sí, exactamente. Ahora, si el entrenador en el fondo ha sido un ex deportista que ha tenido buena experiencia con psicólogos, conoce bien esta área y además ha tenido estudios formales al respecto, ya sea de educación física o técnico, o ha hecho capacitaciones importantes, es lo más probable que tenga muy claro el rol y él se encargue incluso como el encargado del área deportiva como jefe del cuerpo técnico, digamos, se delimitan muy bien los roles. Ahí pienso que no hay mucho problema. Pero tiene que ver esencialmente con un tema de conocer bien el rol por parte del entrenador más que el tema del psicólogo, porque el tema del psicólogo yo creo que, la verdad, he visto dos o tres veces no más, entre muchos casos, que el psicólogo cometa errores. En general es más recelo que tiene el entrenador, a que el psicólogo meta las patas y se meta en temas que no...

¿Los mitos, más que la práctica...?

Claro

¿Cuáles crees tú que debieran ser las condiciones mínimas con que debiera contar el psicólogo deportivo en cuanto a las instalaciones deportivas para llevar a cabo su rol?

Mira, dependiendo un poco porque... para el trabajo que hacía yo en la academia de tenis, hace muchos años que estoy con ellos; aprendí a desarrollar un poco mi actividad del trabajo psicológico, pero no estando en una oficina, en una consulta, sino que haciéndolo en terreno. Yo me visto de buzo, estoy en la cancha y ahí mismo, durante se está produciendo el entrenamiento deportivo, vamos trabajando aspectos psicológicos. De alguna forma el deportista ve cómo el aspecto psicológico es una parte integral de su entrenamiento deportivo; su entrenamiento táctico, técnico, físico. Entonces, ese procedimiento hace que en el fondo tú no requieras de un espacio físico solamente, sino que claramente puedes estar ahí en terreno con los deportistas. Ahora eso en términos de tiempo versus costo versus... es inevitable, uno no puede estar todo los terrenos deportivos en donde están los jugadores, los deportistas, entonces indudablemente también eso hace que la instalación tenga que ver con tener algún espacio físico donde poder conversar tranquilamente con él y lo ideal es además que cuente con apoyo... desde apoyo de aparatos de biofeedback y cosas así también como para poder trabajar variables.

¿Cómo audiovisual?

Audiovisuales, sí... audiovisuales de todas maneras y esencialmente otros tipos de materiales que miden la activación, como electro miógrafo, todos los aparatos que nos entreguen información como biológica, electro dérmica, todo eso, aparatos de biofeedback.

¿Cuáles son los principales conocimientos que debe manejar el psicólogo deportivo?

Bueno, el principal conocimiento es saber manejar la psicología del deporte, manejar todas las teorías, las variables, un poco las evaluaciones que se manejan específicamente en el deporte, que no son las que tienen que ver con el ámbito clínico, ni educacional, ni laboral ni nada; hay algunas que ya son específicas del deporte; y saber mucho del deporte en el que uno trabaja porque uno orienta el trabajo psicológico en la medida que... en ciertas características que presenta el deporte en específico.

¿Crees que es necesario ser psicólogo?

Mira, yo sé que mi opinión trae cierto grado de dificultades, pero yo siento que un preparador físico, un entrenador que tenga la especialización en la psicología del deporte demás puede... creo que todo lo que a nosotros nos enseñan en pregrado como psicólogo, no guarda mucha relación con lo que hacemos en la psicología del deporte. Tal vez en cosas como de sentido común, cómo tratar a una persona, habilidades de afectividades, de empatía, de escucha, pero son las mismas habilidades que puede tener cualquier persona no siendo psicólogo. Entonces, por tanto, siento que no es necesario.

¿Cuáles son las técnicas más demandadas del trabajo del psicólogo deportivo?

Depende del proceso porque... o sea, no depende del proceso, sino que de la fase. El proceso consta de claramente un diagnóstico donde yo a través de entrevistas, observaciones en terreno, y la aplicación de algunas evaluaciones –yo ya no aplico muchas evaluaciones, yo al principio aplicaba hartito, ahora ya no aplico casi nada- me dedico más a entrevistar y a observar, tú llegas como a alguna especie de conclusión acerca de lo que le pasa al deportista y cuál es su necesidad. De ahí viene una segunda fase que es la intervención donde tú ahí aplicas diversas técnicas para trabajar aquello que has observado que le falta al deportista o que te ha manifestado como una necesidad. Después viene una fase como de evaluación de tu proceso de diagnóstico, es decir, evaluar si lo que tú hiciste sirvió o no. Y después viene una cuarta que es el proceso de seguimiento donde tú en el tiempo vas siguiendo un poco el trabajo psicológico. Entonces en cada una de las etapas utilizas distintas herramientas.

Ya, pero esos son como los pasos que uno debe seguir para hacer como un programa, pero ¿lo que te piden más los entrenadores?

¿Específicamente las variables de trabajo? Lo que pasa es que ellos te dicen “no el deportista, el problema que tiene es problema de comunicación o que el deportista tiene un problema de frustración”. En general la variable que más solicita un trabajo, los deportistas y los entrenadores, es la ansiedad yo te diría que en el 98, 99% de los casos, por no decirte una totalidad. Pero la ansiedad es una cosa transversal, ya sea en deporte formativo, chicos, grandes, con experiencia, sin experiencia, da lo mismo: la ansiedad siempre está presente en el deporte, y ahí hay que trabajar fuertemente con el manejo de los pensamientos y el tema de las técnicas de relajación.

¿Crees tú que cuenta el psicólogo deportivo con espacios físicos disponibles para llevar a cabo las intervenciones?

En general, no. En general, no. En general yo te diría que en algunos clubes podría ser, en algunas academias y en el CAR es donde tienen oficinas. Pero por ejemplo A te puede decir que en la U ellos hasta hoy día tienen un tema importante de donde trabajar con los chicos, no tienen un espacio físico individual, entonces hay que atenderlos en la cancha y a veces en la cancha es complicado para un jugador de fútbol, no digo para un entrenamiento mental sino que para conversar. Entonces, en general no está muy claro el tema de los espacios, falta ahí tener que, no sé si convencer nosotros o que ellos entiendan que el espacio se necesita.

¿A quién crees tú que debe ir dirigida la intervención del psicólogo deportivo?

Bueno, esencialmente hacia el deportista, pero hay ocasiones en que a veces hay intervención indirecta trabajando con el entrenador esencialmente o a veces con otros agentes cercanos al deportista, como puede ser la familia, es tanto o más eficaz que la intervención directa; depende de la problemática. Pero esencialmente la intervención es hacia el deportista. A no ser que tú veas que haya una problemática que no es tema de él, sino que es tema del entrenador que ahí lo que se hace es un poco intervenir con él.

¿Cómo es la relación que se establece entre el psicólogo deportivo con el equipo técnico, el entrenador y el deportista?

Yo diría que con el cuerpo técnico en general es una relación bastante más horizontal; todos colaboran en el fondo para el progreso deportivo de un determinado deportista. Con el deportista es bien especial la relación porque, si bien es cierto no es una relación verticalizada, es una relación que igual tiene diferencias y a veces cercanías, es muy situacional siento yo. Hay veces en que uno se pone en una posición bastante vertical en términos para... en un montón de cosas, desde enseñarle a aplicar una técnica hasta hacerle ver las cosas, pero después uno a veces no es necesario. A mí me ha pasado por ejemplo que he estado con tenistas, he viajado con ellos, he tenido que compartir la habitación de hotel, entonces uno no puede tener una relación totalmente desligada en esos momento; uno viaja con ellos, estás en el avión conversando con ellos, o duermes con ellos, entonces más adelante es una relación bastante situacional, depende mucho del contexto y eso obliga mucho a que uno tenga muy claro cómo ejercer un determinado rol y cómo ejercer en un determinado momento, y tener claro cuándo verticalizarlo y cuándo no. Y es realmente complejo, porque esto tiene que ver mucho con cómo es el deportista también; sabe que con algunos puede horizontalizarse un poco más, con otros no. En fin, ahí hay un tema bien entretenido.

¿Y con el entrenador?

Con el entrenador, también diría que es bastante variable porque... yo he tenido con entrenadores que incluso he tenido que tratarlos de usted y hay otros que no, que son... que incluso son bastante amigos, se acercan bastante a uno, entrenadores que abiertamente te manifiestan que tienen dificultades y quieren que los ayudes, entonces ahí como que te... como que se funde relación y en el fondo no hay muchas trabas, no hay muchas barreras. Pero hay otros que sí, que establecen ciertos límites y te dicen "ya, el rol tuyo va a ser este" y como te digo, prácticamente uno lo trata de usted. Depende de mucho, depende de... yo siento que hay una primera barrera que tiene que ver con los deportes individuales y los colectivos; en general con los individuales puedo tener una relación mucho más cercana, pero en los deportes colectivos uno tiene una relación un poquito más lejana. Ellos como que hacen ver un poco esta postura de que ellos son los que están a cargo de todo el grupo, digamos, y eso incluye también a las personas que ayudan al trabajo deportivo. Y después yo te diría que un segundo, para mí, tiene que ver un poco con lo que te comentaba anteriormente, que tiene que ver con si el tipo tiene alguna experiencia con el trabajo psicológico o no, se sueltan un poco más, se sueltan menos, etc. Y yo diría que el tercero es con el trabajo... con el contexto deportivo en que se desarrolla el trabajo; si es un deporte más de educación o formativo, en general son... la relación es mucho más cercana; si es un deporte de alto rendimiento, la relación tiende a ser un poco más lejana con los entrenadores.

¿Y con el equipo técnico pasa de repente para tomar, por ejemplo, las lesiones, te piden en cuenta tu opinión?

En ocasiones sí, en ocasiones, no. Eso también tiene que ver mucho con las personas. Pero en general...

¿Hay intercambio de información...?

Sí, eso sí, sí. Yo en los cuerpos técnicos en los que he participado he tenido, no la suerte, porque uno también busca un poco este tema, he tenido la oportunidad de poder interactuar bastante y he intercambiado bastante información con kinesiólogos, médicos, con entrenadores físicos, he intercambiado harta información. En conclusión, yo creo que sí, ellos tienden a apoyarte más de lo que a veces se dedican a apoyar a los entrenadores, de todas maneras.

¿Cómo se evalúa la efectividad de los programas de intervención?

Eso siempre ha sido complicado, como que en el fondo la evaluación es bien subjetiva, depende un poco de cómo el deportista manifiesta que le ha servido el trabajo psicológico, pero no hay una medición mucho más cuantitativa de que uno pueda decir que efectivamente gracias al trabajo psicológico del deportista subió tres puntos, o mejoró su distancia en tanto, o corrió más fuerte o más largo. Por lo tanto es una evaluación que... y por eso creo yo que en el área cuesta mucho que se valide porque en el fondo no es demostrable empíricamente los resultados; sí el trabajo, se puede demostrar que trabajaste tantas veces con el deportista, trabajaron tales técnicas. Es complejo, pero los resultados en sí no son muy evaluables, desgraciadamente. ¿Cómo evalúas tú que efectivamente a través de tú proceso psicológico el deportista está ganando? A lo mejor son otros factores. Lamentablemente es un tema que, a diferencia del físico, biomecánico o técnico es menos cuantificable, desgraciadamente.

¿Y es porque no existe en general o porque no es aplicable a la realidad chilena?

No, en ninguna parte del mundo, en todas partes es el mismo problema.

¿Cuáles son las condiciones mínimas necesarias de tiempo con el que el psicólogo deportivo debe contar?

También es variable porque lo primero es si tomamos un deporte colectivo o individual, en uno individual uno anda mucho más rápido, en el colectivo es más lenta porque no todos están comprometidos con el trabajo, o algunos pescan, otros no. Segundo...

¿Pero por ejemplo el tiempo que te da el entrenador?

No da mucho el tiempo, o sea, no es que ya... una vez me tocó un entrenador que me diga "oye, para este sábado necesito que esté diez puntos el deportista o que esté con actividad baja o que esté con alto nivel de concentración"...

Claro, ahí la pregunta va más dirigida a cuánto crees tú que es el tiempo necesario...

Es que depende de la problemática, depende del deportista. Yo a veces... en general con el deportista me reúno una vez a la semana, pero yo sé que con algunos yo tengo que reunirme un par de veces al mes, o sea, cada quince días y funciona bien porque son tipos que cuando tú les das las tareas ellos son súper profesionales para hacerlas, ahí no es necesario que tu estés encima. Y depende de cuando se acercan ciertas competencias importantes; por ejemplo yo trabajo ahora con un chico que va a competir en el DACAR y empieza el dos de Enero, entonces ahora nos estamos viendo dos veces a la semana porque ya estamos encima de un evento importante para él, importante deportivo, entonces se intensifica un poco más el trabajo. Pero por lo general es una vez a la semana para hacer un buen trabajo porque muchas de las técnicas que tu aplicas o las tareas que tu les das, como las tareas psicológicas que uno les das son aplicables, o sea, no son solo aplicables, pero son aplicables en el trabajo semanal del deportista, o sea tu no le puedes dar una tarea y mañana la traiga con suerte, ahí tiene que haber como un pedido de ajuste. Por ejemplo ya, yo le digo "aplicate la técnica de relajación 'x'", no la va a hacer esta noche, la idea es que la haga cinco o seis días, un poquito todas las noches. Ahí se puede evaluar un poco el progreso del trabajo, o sea, que quede un poco de espacio entre una sesión y otra como para evaluar bien la aplicación de ciertas técnicas.

¿Cómo definirías tú el rol del psicólogo deportivo?

Bueno, modificar la conducta, está claro porque igual sigue siendo una rama de la psicología, en un ambiente... modificar la conducta en todo aquello que tenga que ver con los procesos que ocurren con el deportista antes de la competencia, con lo que tiene que ver con lo que pasa durante el desarrollo de un evento competitivo, todo lo que le suceda en el momento posterior a la evaluación de ese evento competitivo. En el deporte de alto rendimiento el rol claramente es tratar de maximizar el rendimiento deportivo manipulando las variables psicológicas.

En el caso del deporte formativo, esencialmente el trabajo que se realiza ahí es cómo logramos optimizar el proceso de enseñanza - aprendizaje, cómo logramos que su profesor adquiera las mejores herramientas posibles para que mejore el aprendizaje, o el entrenador o quien esté a cargo del proceso; y cómo el alumno deportista recibe mejor este aprendizaje. Tenerlo, en el fondo, desde el punto de vista cognitivo, conductual, preparado lo más posible para que reciba de mejor manera ese aprendizaje. Creo que por ahí va un poco el tema y ahí ya se desgrana el mismo tipo de deporte y todo lo demás.

¿Cuáles son las diferencias entre el rol del psicólogo deportivo y el rol del entrenador?

Lo que pasa es que el entrenador su función es entrenarlo deportivamente (al deportista). Yo digo, hoy día sobretodo, con todo el cambio que ha venido tenido la psicología del deporte, esto de sacar un poco al psicólogo de la consulta y llevarlo más al terreno, creo que cumple más un rol de entrenador mental. Entonces, claramente los dos, uno los podría evaluarlos como diferenciación de entrenadores, uno de la parte deportiva y otro de la parte mental, y ahí están un poco las diferencias. O sea, a nosotros también, al igual que el entrenador, estamos reiterando y repitiendo muchas técnicas al deportista para que

vaya modificando sus aspectos cognitivos y conductuales; es la reiteración de esa situación la que le va permitiendo al deportista finalmente modificarla. Entonces yo siento que en ese sentido como que se siente menos... como en términos bien globales, somos igual entrenadores, igual que ellos, pero nosotros somos entrenadores mentales.

¿Podrías decir que se puede desprender de la Ley del Deporte algún tipo de rol que tenga el psicólogo deportivo?

No, yo que he leído harto la Ley, que he estado metido en este tema y que incluso he discutido mucho respecto a la Ley, sí, no está para nada tipificado. De hecho, fíjate que es bien interesante porque tiene algo que tiene que ver con la Ley cuando se abren las... cuando aparece el FONDEPORTE, que son las bases por las cuales tu puedes postular a ciertos proyectos deportivos que tienen que ver con la formación, con el alto rendimiento, con la Ciencias del deporte, en algunos casos, cuando se habla de que "sí, en este ítem se puede contratar un médico, un kinesiólogo", nunca se menciona ni siquiera a un psicólogo, o sea, no está para la Ley la existencia del psicólogo deportivo, ni siquiera en la gestación de la Ley ni en todo lo que es las posibilidades de contratación para los proyectos concursables; desgraciadamente. A lo mejor está en el ítem "otros profesionales", pero no está tipificado claramente.

¿Consideras que existe diferencia entre el psicólogo deportivo que opera en alto rendimiento y un psicólogo deportivo que opera en otro contexto?

En otros países, sí. Acá no, acá todos somos chasquillas; tenemos que dedicarnos un poquito más al alto rendimiento, a veces dedicarnos un poco más al tema formativo, pero sí, debiera haber diferencia porque las variables que se tratan son distintas, porque la edad cronológica y maduración mental son distintas, porque los objetivos son distintos... en fin, debiera operar de maneras distintas. El cuadro con el cual yo me enfrento para trabajar, son distintos, el objetivo no es deportivo, la parte más formativa en la actividad física, el tema deportivo... o sea, hay un objetivo deportivo, pero el objetivo ahí no está en maximizar su rendimiento, no está en que él llegue a ser como... recuerdo que una vez un chico en el colegio que yo trabajo con él, yo no trabajo para que él sea "un Matigol", yo trabajo para que él, a través del deporte, pueda adquirir ciertas habilidades para la vida, imprimir ciertas características a su persona a través del deporte, etc., o sea cómo logramos todo eso. Pero no tiene que ver con aumentar el rendimiento ni mucho menos. Eso tiene que ser trabajado de manera distinta.

¿Pero aquí no se da tanto?

No.

¿Qué elementos entran en juego en el tema de la confidencialidad?

Las mismas que con un psicólogo clínico, eso sí, es la única cosa común que hay entre un psicólogo deportivo y clínico de que efectivamente hay cierta información que tú trabajas con el deportista que no debes decir en ningún momento, a no ser que seas autorizado por él, y lo mismo con el entrenador. Lo que pasa es que aquí se confunde un

poco el tema por el setting, que muchas veces uno conversa con los entrenadores en la cancha y tal vez no en un espacio cerrado, entonces por eso como que da la sensación de que “ah, me lo dijo en un contexto distinto, un contexto más informal”, en ese sentido el psicólogo tiene que decir... mira, yo una vez hablando con un psicólogo que hoy día está dedicado entre sí y no, me decía “el psicólogo tiene que ser muy pelotudo”, me decía, “tiene que hacerse el tonto a cada rato”. En el fondo, manejar mucha información, pero no hacer ver que la manejas.

¿Y si es información importante para el entrenador, el entrenador te pide específicamente que quiere saber; uno le dice al deportista que le cuente?

Claro, intentas que el deportista lo comunique o que te autorice a ti para comunicarlo o eventualmente tú le das algunas luces al entrenador para que él mismo pueda descubrirlo. Toda esa información que por ejemplo se va a observar en el rendimiento claramente. Pero es un tema complejo en todo caso, no es menor, es un tema bien delicado.

Es que también tiene que ver con la relación con la relación de verticalidad que me habías comentado...

Exactamente. Es complicado el manejo.

¿La intervención del psicólogo deportivo de alto rendimiento tú dirías que debe ser de carácter educativo, preventivo, terapéutico o de mejoramiento del rendimiento?

No, el de mejoramiento del rendimiento absolutamente. El formativo queda un poco de lado, o sea, uno no siempre debe dejar de lado el aspecto formativo, estamos claros que hay un momento en que uno igual hay momentos en que uno igual todavía está como tratando de ver eso de formar a la persona, al deportista, pero en el alto rendimiento el tema es que él se va a medir por sus logros, entonces tu tienes que trabajar a full con ese tema, claramente.

El psicólogo deportivo de alto rendimiento, ¿Cuenta con sus propios métodos y herramientas evaluativas y de intervención específicos para el área que está trabajando?

Debiera contar, existe, hoy día cada vez más. Antes, un poco en los inicios de la psicología del deporte, se extraían modelos de la parte clínica, de la parte organizacional y se adaptaban un poquito y qué se yo. Hoy día hay más desarrollo en técnicas y herramientas específicas surgidas en el ámbito del deporte. Por ejemplo A ha sido una persona que yo siento que ha trabajado mucho en el desarrollo también de, tal vez no tan riguroso porque también le falta ir probando los métodos, pero él ha desarrollado mucha metodología desde el deporte, no cortando de otros lados, y eso a la larga va generando un nivel de confianza. Que ya la psicología del deporte cuenta con sus propias herramientas, con sus propias evaluaciones. Antiguamente se evaluaba con el CATEL, etc., qué se yo. Hoy ya no, hay test específicos para medir ansiedad competitiva en el deporte, para medir esto en el deporte, para medir esto otro en el deporte; hay

cuestionarios, entonces, esa es la tendencia que viene, digamos; usar tanto para el diagnóstico como para la intervención, estas fórmulas. Esta es una rama relativamente nueva.

Pero si tú lo ves por los años, no es tan nueva. Lo que pasa es que parece que comenzó medio mal...

Aquí en Chile, el año '83, '82, por ahí empieza; y claro, después hubo un período en que no hubo nada y yo diría que el fuerte desarrollo viene después de los '90, '95, por ahí en adelante. Pero a nivel mundial tampoco hay muchos más antigua. A nivel mundial cualquiera habla de psicología del deporte lo que se hizo en la época de los '70, treinta años no más, si hablamos de la psicología como historia, es nada.

¿Qué importancia tiene para ti el manejo de métodos cuantitativos en la intervención?

Mira, es complicado eso porque... o sea hay algunos cuestionarios, por ejemplo, o evaluaciones que te entregan resultados cuantitativos: números, pero eso es tan complejo porque de repente tiene que ver con temas estadísticos, los cuestionarios desde mi punto de vista tienen un grave problema que tiene que ver con la deseabilidad social; los deportistas cuando se dan cuenta de lo que se les está preguntando empiezan a modificar, a falsear las respuestas. Entonces, siento que sí, es válido, pero yo no comparto mucho eso, yo siento que es mejor una muy buena entrevista, una buena observación, y a lo mejor por ahí apoyarte cuando uno no tiene mucho tiempo. Pero cuando eventualmente tú requieres como de un análisis mayor, apoyarte de ahí, de alguno u otro cuestionario, pero en las aplicaciones deportivas tienen que ser sumamente dirigido, personalizado, motivarlo al principio para que te conteste con la verdad.

¿Y los métodos cualitativos?

Los cualitativos, sí, para mí son los más... la entrevista y observarlos en entrenamiento o competencia para mí son los más válidos.

¿Qué importancia tiene para ti el trabajo interdisciplinario?

Mira, hay ocasiones en que es absolutamente importante y hay ocasiones en que no, para qué andamos con cosas. Cuando tú tienes clara tu manera de trabajar, y tienes claro el método, y tienes claro cómo va a funcionar, lo has probado y te ha funcionado, tú vas con eso y listo. Generalmente, ayuda de este, de él... hay otras cosas que claramente tienen que ver con... sobre todo en los deportes colectivos donde hay variables que influyen no solo en un deportista, sino que en el resto donde tú a lo mejor requieres el apoyo de otro tipo de... Y yo diría que sobre todo en el tema que tiene que ver con factores de riesgo, con las lesiones, todas esas cosas, es muy importante que hagas un trabajo multidisciplinario con un kinesiólogo para llevar a cabo la prevención y la recuperación, o con los médicos. Pero hay distintas variables que yo creo que uno las trabaja muy bien de manera... y hay veces en que el deportista incluso agradece que sea así dado de manera más personalizada o... y que no que venga el otro y le hable de eso. Ha pasado mucho

que hemos conversado con el cuerpo técnico la necesidad de convencer al deportista que es bueno el “entrenamiento invisible, y entonces va el entrenador y le habla una cosa, va con el otro y habla otra cosa, voy yo le hablo otra cosa y se va a llenar de información e información que a veces no tiene totalmente una coincidencia; entonces eso genera más ruido. Entonces hay que tener ojo con el trabajo interdisciplinario, porque no es siempre lo mejor. Hay veces que no, hay que decir “mira, ya para el entrenamiento invisible, usted es el único que le va a hablar y nadie más le hable porque o si no empieza a haber ruido a su alrededor”.

O sea, es bueno saber la labor de los otros, pero no siempre es necesario trabajar...

Claro, yo no me meto con el kinesiólogo cuando él aplica métodos de recuperación, para recuperar un esguince, y él a lo mejor me va a preguntar “oye, el deportista tú lo ves fuerte aquí o no” y hasta ahí no más llega, o sea, en cierto porcentaje va a influir más y menos, es relativo.

¿Qué es lo que facilita o impide la presencia del psicólogo deportivo en las instituciones de alto rendimiento?

Creo que en general lo que más complica la inserción de un psicólogo en el alto rendimiento es el desconocimiento de parte de los entrenadores y los deportistas en el conocimiento real de la labor. Además de la escasa evidencia empírica en Chile que pueda refrendar esa labor. Por último complica mucho el tema económico, ya que, la prioridad en los pagos la tienen otros profesionales que están más consolidados. Y bien sabemos que el Alto Rendimiento en Chile es de un porcentaje bajísimo por lo tanto en general no se destinan mucho recursos para ese ítem.

¿Qué cosas puede facilitar?, la experiencia exitosa previa con otros deportistas, el establecimiento de un perfil bajo por parte del psicólogo y otra cosa que puede facilitar mucho es que el psicólogo se meta bien y fuertemente en el deporte donde está trabajando, ya que eso facilita no sólo la relación con el propio deportista, sino que además con los otros profesionales que están ahí desarrollándose.

10.3 ANEXO 3: TABLA RESUMEN DE ANALISIS ESTRUCTURAL

| | relación con entrenador, deportista y cuerpo técnico | | requerimientos institucionales | | conocimientos y habilidades | | modalidades y/o técnicas |
|----------------------------------|--|--|--|------------------------------------|--|--|--|
| CÓDIGOS | CATEGORÍAS | CÓDIGOS | CATEGORÍAS | CÓDIGOS | CATEGORÍAS | CÓDIGOS | CATEGORÍAS |
| concatenación del trabajo | Necesidad de unificación para mejorar resultados | limitaciones al trabajo del psicólogo deportivo | límite de horarios dispuestos en el lugar de trabajo | rol del psicólogo deportivo | apoyo a la labor del entrenador | espacios de intervención del psicólogo deportivo | oficina como espacio auxiliar de trabajo psicológico |
| | necesidad de cohesión emocional ante un objetivo común | | falta de recursos para asistir a competencias internacionales | | trabajo con aspectos emocional e intelectual | | trabajo en oficina o en cancha |
| | intercambio de conocimientos técnicos | | inexistencia de espacios físicos para la labor del psicólogo deportivo | | manipulación de variables psicológicas | | presencia del psicólogo deportivo en competencias |
| | cumplimiento de roles específicos | | diseño de los complejos deportivos | | entrega de herramientas competitivas | | participación en entrenamientos con intervención final |
| | incorporación del psicólogo deportivo | | carencia de recursos económicos | | doble rol de investigación e intervención | | |
| | | | falta de apoyo estatal | | roles complementarios | sistematización del trabajo del psicólogo deportivo | demanda de servicios tardía |
| | | | | | | | requisito mínimo de una vez a la semana |

| | | | | | | | |
|--|---|------------------------------------|---|--|---|---|---|
| trabajo "invasivo" del psicólogo deportivo | desconocimiento de los límites y especificidades del entrenador | Rol del psicólogo deportivo | Ley del deporte | habilidades del psicólogo deportivo | utilización creativa de recursos disponibles | | labor "mágica" del psicólogo deportivo |
| | invasión del espacio del entrenador | | consideraciones específicas en proyectos deportivos financiados | | habilidades prácticas | | presencia en todo e proceso |
| | sensibilidad al trabajo del psicólogo deportivo | | | | creatividad y capacidad de innovación | | duplicación de horas cercano a competencias |
| | | | | | capacidad para adaptarse a espacios físicos disponibles | | |
| | | | | | capacidad de adaptarse a los entrenadores | herramientas del trabajo del psicólogo deportivo | diagnóstico a través de test |
| niveles de intervención del psicólogo deportivo | miembro del cuerpo técnico más cercano al deportista | | | | habilidad para informar oportunamente | | insuficiencia de aplicación de test |
| | psicólogo como aliado | | | | confidencialidad | | test relacionados con deseabilidad social |
| | relación situacional | | | | habilidades sociales en los psicólogos deportivos | | manejo de ansiedad y estrés |
| | | | | | | | técnicas de relajación |
| | | | | educación en psicología deportiva | educar al entrenador | | trabajo con personalidad del deportista |
| | | | | | educar a los propios atletas | | Potenciación de la colectividad |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|---|
| | | | | | contar con espacios físicos adecuados | | complementación de métodos cualitativos y cuantitativos |
| | | | | | | | manejo de ambas metodologías como requisito |
| | | | | nivel de formación del psicología deportiva | formación en psicología | | |
| | | | | | relativización de lo imprescindible de esta formación en pregrado | medición del trabajo del psicólogo deportivo | Invalidación del área por incapacidad para medir |
| | | | | | | | falta de criterios objetivos para medir |
| | | | | condiciones básicas para el trabajo del psicólogo deportivo | necesidad de un programa de trabajo | | Evaluación centrada en resultados |
| | | | | | confidencialidad para la intermediación | | Evaluación centrada en sensaciones |
| | | | | | demostración de interés para credibilidad | | necesidad de una evaluación sistemática |
| | | | | | aprender a desarrollar trabajo psicológico en cancha | | |
| | | | | | conocimiento de distintos modelos cognitivos conductuales | práctica del psicólogo deportivo | necesidad de no limitarse sólo a mejorar rendimiento |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|---|
| | | | | | requisito de trabajo en cancha | | diferencia en el trabajo con el entrenador según la modalidad deportiva |
| | | | | | características específicas del deportista y su deporte | | solicitud de los servicios |
| | | | | | conocimiento del deportista en particular | | trabajo basado en características del alto rendimiento |
| | | | | | conocimientos técnicos de la especialidad deportiva | | mejora del rendimiento como consecuencia |
| | | | | | experiencia deportiva | | |
| | | | | | características particulares del alto rendimiento | | |
| | | | | | especialización en alto rendimiento aprendido en la práctica | | |