

## EVALUACIÓN PSICOLÓGICA, EXPERIENCIA DE PACHUCA

Gabriela Murguía Cánovas \* y Cristina Islas Reyes\*\*

### *Introducción*

Existe consenso en aceptar que el funcionamiento psicológico de los deportistas puede influir en su rendimiento deportivo, de ahí la preocupación de algunos involucrados por indagar sobre el conocimiento científico y uso práctico de técnicas de evaluación psicológica. De acuerdo a Buceta la evaluación psicológica en el ámbito de la actividad física y el deporte, incluye la aplicación de la metodología conductual a este campo, con el propósito de evaluar tanto las conductas del rendimiento deportivo como las respuestas o estados psicológicos, esto puede ser antes, durante y después de las diversas competiciones.

Es en ese sentido que el Club de Fútbol Pachuca, a través de la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte, ha llevado a cabo una serie de investigaciones encaminadas a indagar sobre los factores psicológicos que afectan el rendimiento de los jugadores, una de ellas titulada: “Características del Rendimiento Psicológico de los jugadores de fútbol, categorías 86 y 88”, en la cual se tomó en

cuenta a la población de 16 Clubes de Fútbol Profesional de México, todo ello en el marco de la competencia durante el Torneo Nacional de Fuerzas Básicas, en el mes de junio de 2003. El objetivo fundamental fue delimitar los aspectos que podrían ser objeto de entrenamiento psicológico, a fin de optimizar su rendimiento deportivo.

A continuación se presenta la información más relevante de dicha investigación.

### *Método*

El diseño de la investigación fue no experimental, pues se centró en analizar el estado de las variables psicológicas involucradas en el alto rendimiento en un periodo competitivo; fue también transversal, porque se recolectaron los datos en un momento único, además se aplicaron los enfoques cuantitativo y cualitativo.

El alcance fue descriptivo. El propósito fue describir las variables psicológicas y analizar su incidencia o interrelación en un momento dado, es decir:

---

\*Presidenta del Consejo de Gobierno Universitario de la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte y Directora del Centro de Investigación de la misma Institución Educativa.

\*\*Directora de la Fundación Pachuca y miembro activo del Centro de Investigación de la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte.

- Determinar el nivel psicológico de alto rendimiento en el marco de la competencia deportiva
- Analizar si hay diferencias en el rendimiento psicológico entre las categorías 86 y 88
- Evaluar el Perfil General del rendimiento deportivo de los futbolistas en Torneo Nacional.

### Sujetos

Se evaluaron los integrantes de 33 equipos de fútbol de Fuerzas Básicas, pertenecientes a 16 clubes de Fútbol Profesional, categorías 86 y 88: América, Atlante, Atlas, Cruz Azul, Pachuca, Chivas, Monterrey, Morelia, Puebla, Pumas, Querétaro, San Luis Potosí, Santos, Tecos, Tigres y Toluca (Veracruz e Irapuato no acudieron al torneo). En total, participaron 611 futbolistas entre los 13 y 17 años.

### Material

Para obtener la información sobre las necesidades psicológicas de los futbolistas, se utilizó el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), elaborado por Buceta, J.M., Gimeno y Pérez Llantada (1994); este ha mostrado utilidad para identificar necesidades y recursos relacionados con el rendimiento deportivo, y para realizar un análisis

funcional de los problemas concretos y comprobar la eficacia de la intervención psicológica.

### Procedimiento

Se envió un escrito, vía correo electrónico o fax, a los directivos de los clubes informando sobre el proyecto de investigación y solicitando autorización para que los jugadores de sus equipos respondieran a los cuestionarios. Además, dichos directivos proporcionaron los datos que permitieron identificar a los jugadores: nombre, edad, procedencia, posición de juego, años participando en los equipos de Fuerzas Básicas, así como experiencia en competencias deportivas.

Los cuestionarios fueron contestados por los jugadores durante el Torneo Nacional de Fuerzas Básicas (FB), celebrado en el mes de Junio del 2003; el lugar de aplicación fue en los hoteles sede de los equipos y en las instalaciones de la Universidad del Fútbol. Generalmente la aplicación de los cuestionarios se realizó después de los partidos o durante los descansos de los jugadores. En su aplicación participaron estudiantes de la Universidad del Fútbol que estaban realizando su servicio social, además de psicólogos, entrenadores y directivos de Fuerzas Básicas de los clubes.

En este contexto, se les pidió a los jugadores su colaboración para conocer

cómo funcionan psicológicamente en un periodo competitivo, con el fin de poder ayudarles a optimizar su funcionamiento en el terreno de juego.

#### Tratamiento de los datos

En el análisis de los datos, se analizó la estabilidad de la base de datos de los deportistas, encontrándose que las pruebas de Kmo. Bartlett arrojaron un puntaje de .923, lo que demostró que la muestra fue representativa para la población de deportistas.

Posteriormente se calculó la fiabilidad del instrumento utilizado, encontrándose un coeficiente de 0.86, índice que a partir de los criterios que aparecen en el documento de Normas para el Desarrollo y Revisión de Estudios Instrumentales, de Carretero-Dios, H. & Pérez, C. (2005), es aceptable para reconocer como efectivo un instrumento; asimismo, se observó cuáles eran las principales necesidades psicológicas de los jugadores, considerando sus respuestas en cada una de las cinco escalas del cuestionario CPRD.

Para obtener las puntuaciones por categoría 86 y 88 de cada equipo de las Fuerzas Básicas, se sumaron los puntos obtenidos por cada jugador en los ítems correspondientes a cada categoría; se sumaron los puntos de todos los jugadores de cada categoría de cada equipo; se calculó la puntuación máxima, que en

función al número de jugadores, podía obtener cada categoría de cada equipo y se calculó el porcentaje que representaba la puntuación obtenida de cada categoría y equipo, respecto a la puntuación máxima posible.

Para obtener las puntuaciones por categoría de cada equipo en cada uno de los ítems de los cuestionarios, se calculó la puntuación media, observándose, especialmente los ítems con puntuaciones medias por debajo de 2 y 3 puntos, para detectar las principales necesidades de los jugadores y los ítems con puntuaciones por encima de 3 y 5 puntos y los principales recursos de los jugadores.

Mediante el Análisis de Varianza se comprobó si existían diferencias significativas entre los equipos de jugadores, en función a las categorías, 86 y 88.

Por último se analizaron las necesidades psicológicas concretas de los jugadores de todos los equipos, se obtuvo el perfil del rendimiento psicológico de alta competencia de los jugadores de Fuerzas Básicas, y se señalaron los aspectos que debería abarcar el entrenamiento psicológico para optimizar el desarrollo.

#### *Resultados*

De acuerdo a las puntuaciones obtenidos a través del cuestionario CPRD,

en donde se consideran las variables: Control de Estrés, Influencia de la Evaluación del Rendimiento, Motivación, Habilidad Mental y Cohesión de Equipo, se evidencia que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los diversos equipos (tablas 1 y 2). Según se puede apreciar, a los jugadores en periodo de competencia deportiva les afecta negativamente la evaluación que los entrenadores, directivos y público en general hacen sobre su rendimiento deportivo, y pierden la concentración cuando cometen algún error. Asimismo, se observó que existe poca estabilidad en la cohesión en los diferentes equipos.

Tabla1 Perfil general de la categoría 86

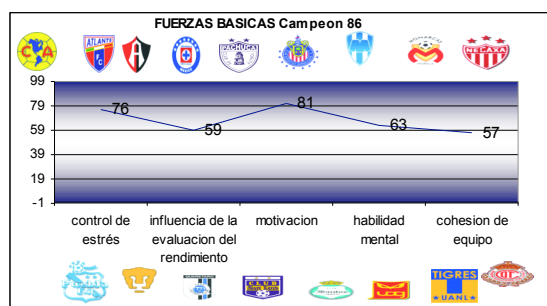
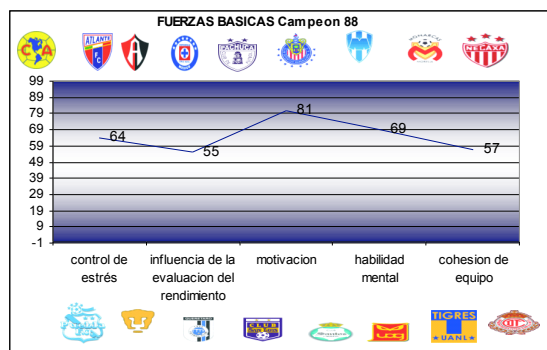


Tabla 2. Perfil general de las categoría 88



### Control de Estrés

Los 33 grupos obtuvieron puntuaciones por encima del centil 60, indicando que, en

general, los jugadores tienen control de estrés durante los partidos, tanto en la categoría 86 como en la 88; sin embargo, si se considera que se trata de futbolistas de cierto nivel y experiencia deportiva, cabría esperar una puntuación mayor en esa escala.

Desde el punto de vista cualitativo y al analizar los reactivos con puntajes de 1 y 2, se observaron algunas necesidades psicológicas que podrían afectar el funcionamiento de los jugadores de fútbol en el momento de la competencia; en concreto, las siguientes:

- Aunque las puntuaciones de los 33 grupos fueron similares, algunos equipos, tanto en las categorías 86 como en la 88, mostraron un mayor número de necesidades relacionadas con el manejo del estrés. Se observó que las principales necesidades tienen que ver con el debilitamiento de la confianza cuando comienzan a tener momentos difíciles durante la competencia deportiva. Sin embargo, la mayoría de los jugadores mostraron confianza en su técnica y en tener una buena actuación futbolística durante las competencias.

Influencia de la Evaluación del Rendimiento:

Ambos grupos, categoría 86 y 88, mostraron puntuaciones similares. Las puntuaciones indican que a los jugadores, en general, en este periodo de competencia deportiva, les afecta negativamente la evaluación de su rendimiento. Existe una enorme preocupación por las decisiones que, respecto a ellos, puedan tomar los directivos y entrenadores deportivos.

Otras necesidades psicológicas que son dignas de tomar en consideración son las siguientes:

- Todas las indicaciones, comentarios y conductas no verbales restan concentración a los jugadores
- Se preocupan por lo que piensan los entrenadores, los directivos y el público en general, cuando cometen algún error
- No aceptan constructivamente las críticas
- Su confianza depende, en gran medida de los éxitos o fracasos en partidos anteriores

Motivación

Tal y como se esperaba en un periodo competitivo, durante el Torneo Nacional de FB, los dos grupos obtuvieron puntuaciones similares, indicando que el

nivel de motivación de los jugadores, en esta etapa de competencia deportiva, durante el torneo de FB es elevado. Así, para el conjunto de jugadores consideran que merece la pena el esfuerzo que hacen durante el entrenamiento y la competencia y que están dispuestos a sacrificarse para ser mejores jugadores. En general, estos jugadores tienen bien establecidas metas deportivas que deben alcanzar y generalmente las consiguen. Existe una marcada disposición por mejorar y superarse.

Habilidad Mental:

Los dos grupos mostraron puntuaciones apenas por encima de la media en la escala, reflejando que en general, carecen de recursos psicológicos para optimizar su rendimiento. Las principales necesidades detectadas se observan en las habilidades relacionadas con la preparación personal para el partido, indicando que el entrenamiento psicológico específico para dominar estas habilidades, podría resultar muy beneficioso. Las necesidades detectadas fueron las siguientes:

- Al entrenar y competir, los jugadores no se plantean cómo actuar en forma concreta y detallada, en base a objetivos de ejecución

- No se realizan ensayos mentales como parte de su plan de entrenamiento, situaciones que debía corregir o mejorar.

#### Cohesión de Equipo:

En general, las puntuaciones obtenidas en esta escala en ambos grupos, categoría 86 y 88, respecto a la cohesión de equipo en donde se refleja la tendencia del grupo a permanecer unido en busca de unos determinados objetivos, los resultados indican que existe poca estabilidad en la cohesión, posiblemente porque varios jugadores participan en otras ligas y otras categorías en sus clubes, y el periodo de tiempo que deben permanecer unidos en una sola categoría, no es lo suficientemente prolongado para mantener una cohesión estable. Algunos autores señalan que una buena cohesión de equipo favorece el rendimiento deportivo, sin embargo, la tensión intragrupo contribuye a incrementar la motivación individual de cada componente del equipo en beneficio de un mayor esfuerzo y rendimiento personal. En lo referente a la dimensión deportiva/competitiva de la cohesión, se observó en ambos grupos un mayor interés por el rendimiento individual que por los objetivos colectivos, y es posible que exista una rivalidad deportiva interna entre los compañeros del equipo.

Una cohesión en relación a la tarea podría resultar beneficiosa para incrementar el rendimiento deportivo. No se detectaron alteraciones en las normas del funcionamiento interno de los grupos.

#### *Conclusiones*

Las respuestas de los jugadores al cuestionario CPRD indican que el funcionamiento psicológico, en una etapa de competencia (Torneo Nacional de Fuerzas Básicas), es en general aceptable, como corresponde a deportistas de alto rendimiento que han sido seleccionados para estar en las categorías 86,88, y que tienen altas posibilidades de debutar en fútbol profesional.

Sin embargo, los jugadores han mostrado algunas necesidades que aunque pequeñas cuantitativamente, pueden ser determinantes en momentos críticos.

En algunos casos, a los jugadores les afectan los errores que cometen durante el partido: les cuesta trabajo olvidarlos para centrarse en su cometido presente y pierden la concentración apropiada, afectando su rendimiento.

Asimismo, en los partidos en que perciben que están haciendo mal, los jugadores son propensos a que se debilite su autoconfianza y aumente la ansiedad, en perjuicio de su rendimiento.

En general, los jugadores no manejan adecuadamente la presión de la

evaluación que hacen sobre su desempeño los entrenadores y directivos. Les afecta la crítica que reciben sobre su desempeño.

Valoran en gran medida pertenecer a un equipo de FB y reconocen la importancia de la aportación individual; sin embargo, reconocen que les preocupa más su rendimiento personal que el grupal.

El nivel de motivación de los jugadores en esta etapa de competencia deportiva, es elevada, aunque carecen de recursos psicológicos para optimizar su rendimiento.

Este estudio ha demostrado la utilidad de la evaluación psicológica para detectar las necesidades de los jugadores y, a partir de aquí, ayudarles a que mejoren su funcionamiento psicológico y, consecuentemente, su rendimiento en campo.

En resumen, la conclusión más importante de esta investigación es que aunque los jugadores funcionan psicológicamente bien durante los periodos de alta competencia deportiva, tienen déficits de funcionamiento, específicamente en el nivel de concentración y en el manejo de la evaluación que hacen los entrenadores y directivos sobre su desempeño, que en un momento dado, pueden perjudicar su rendimiento en las situaciones o momentos más críticos de los partidos. Por este motivo, es muy

recomendable que los jugadores se preparen mejor para los partidos a través de la intervención de un psicólogo del deporte, y puedan controlar su funcionamiento psicológico en las situaciones y momentos de mayor dificultad.

### *Sugerencias*

De las conclusiones de este estudio se derivan las siguientes sugerencias:

#### Entrenamiento psicológico específico:

- Recibir entrenamiento psicológico apropiado para controlar el impacto de sus errores y malas actuaciones, de forma que, a pesar de ellos, puedan seguir jugando con confianza y concentración
- Desarrollar habilidades de comunicación y así controlar mejor su relación con los entrenadores y otros jugadores en los momentos de mayor tensión
- Desarrollar comportamientos rutinarios apropiados
- Aprender a analizar constructivamente lo ocurrido en el primer tiempo.
- Establecer objetivos adecuados para la segunda parte del partido
- Anticipar las dificultades más probables.

### Trabajo psicológico individual:

- Ayudar a que el jugador logre auto-evaluar su nivel de activación negativo e identifique el nivel de activación óptimo; enseñar estrategias de afrontamiento más eficaces y ayudar a potenciar la motivación en los momentos más críticos, y por último, establecer junto con los jugadores, los objetivos grupales e individuales para favorecer la cohesión grupal.

### Bibliografía:

Anastasi, A. & Urbina, S. (1998). *Test psicológicos* (7ª. ed.). México: Prentice Hall.

Buceta, J.M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid, España: Dikinson-psicología.

Buceta, J. M, Ezquerro M., Gimeno, F., Bueno y Pérez-Llantada. (s.f.). Cuestionario de autocontrol para árbitros de fútbol. en *Evaluación Psicológica en el contexto de la actividad física y del deporte*.

(documento elaborado expresamente para el Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte de la UNED) (p. 173). España: Universidad Nacional de Educación a Distancia, Consejo Superior de Deportes y Fundación Universidad-Empresa.

Carretero-Dios, H. & Pérez, C. (2005). Normas para el desarrollo y revisión de estudios instrumentales. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology* Vol. 5 No. 3, pp521-551

Clark, L. A. & Watson, D. (2003). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Methodological issues & strategies in clinical research* (3a. ed.). Washington: APA., pp. 207-231

Coca, S. (1985). *Hombres para el fútbol: Una aproximación humana al estudio psicológico del futbolista en competición*. Madrid, España: Gymnos.

Cohen, J. (2001). *Pruebas y evaluación psicológicas: Introducción a las pruebas y ala medición*. México: Mc Graw Hill