



Primer Encuentro Internacional de Psicología del Deporte
Aplicada al Fútbol

Costa Rica, septiembre de 2008

Ponencia:

EL PSICÓLOGO DEL DEPORTE EN UN EQUIPO DE FÚTBOL:

FUNCIONES, ACREDITACIÓN E INTRUSISMO

Dr. Alejo García-Naveira

Director del Departamento de Psicología. Centro de Estudios e Investigación (CEI).

Club Atlético de Madrid.

Coordinador Grupo de Trabajo en Psicología del Deporte. Colegio Oficial de Psicólogos de
Madrid

Vocal Asociación Madrileña de Psicología del Deporte.

1. Introducción

Al referirnos al deporte en general, los componentes psicológicos y emocionales trascienden los aspectos puramente físicos, técnicos y tácticos de la ejecución deportiva (Weinberg y Gould, 2007; Williams y James, 2001). Tanto el éxito como el fracaso de un deportista proceden de una combinación de capacidades condicionales físicas (fuerza, velocidad, resistencia...), técnicas (golpeo, control del balón en el fútbol...), tácticas (realizar el repliegue, jugada a balón parado...) y psicológicas (personalidad, habilidades de afrontamiento...). Sin embargo, comparadas con los aspectos físicos, técnicos y tácticos, las variables psicológicas no siempre han recibido la atención requerida.

Como consecuencia de la necesidad de un desarrollo y entrenamiento global (física, técnica, táctica y mental), en los últimos años surge la figura del Psicólogo del Deporte (PD) como especialista de los “aspectos psicológicos” que intervienen en la actividad física y en el rendimiento deportivo. Cantón (2002) resume los ámbitos de actuación profesional del Psicólogo del Deporte (PD) que son a) el deporte de rendimiento, b) el deporte de iniciación, y c) el deporte de ocio, salud y tiempo libre. En dichos ámbitos el psicólogo que trabaja en el deporte ejerce funciones de: a) evaluación y diagnóstico, b) planificación y asesoramiento, c) intervención, d) educación y/o formación y, e) investigación. Además, Cruz (2002) ha sintetizado los distintos colectivos en los que hay intervención en Psicología del Deporte en España: a) deportistas, b) entrenadores, técnicos deportivos y padres de deportistas, c) árbitros y jueces deportivos, d) directivos y aficionados y, e) población general en la promoción de pautas de actividad física.

En lo que respecta al fútbol, comprendemos el rol del PD como un técnico en Psicología al servicio del cuerpo técnico y demás profesionales, dónde el entrenador es el principal gestor psicológico del jugador y del equipo.

En un club de fútbol profesional, la labor del PD vendrá marcada en función de las edades y categorías de competición de los deportistas, ya que cada “momento evolutivo” y “situación” requerirá cubrir unos objetivos concretos en un tiempo determinado. Por una parte, en las categorías inferiores (Fútbol Base), el fin último es que los jóvenes lleguen (preparados) al fútbol profesional. Para ello, los objetivos principales se centran en el desarrollo global del deportista, bienestar psicológico, rendimiento deportivo, y en menor medida, en la obtención de resultados. Por lo

general, suele haber un período amplio de trabajo (medio/largo plazo), en el que el PD puede colaborar en el desarrollo de estos aspectos.

Por otra parte, en el fútbol profesional, la meta inmediata es la obtención de resultados. Para ello, los objetivos se centran en el bienestar psicológico del jugador y el aumento del rendimiento deportivo, partiendo de la premisa básica de que el aspecto psicológico debe de ser considerado definitivamente como “parte constitutiva de la preparación global del deportista de alto rendimiento, como un elemento más que tiene que interactuar apropiadamente con el aspecto físico, técnico y táctico” (Buceta, 1998), y como éstos puede ser entrenado. En este contexto deportivo, el PD vive a la orden de los resultados, en el que suele haber un período menor de actuación (corto/medio plazo) en comparación con las categorías inferiores.

En definitiva, consideramos al jugador de fútbol como una unidad funcional (emocional, cognitiva, social, fisiológica y comportamental) que necesita de una atención y entrenamiento global para obtener su máximo rendimiento. Para ello, se requiere una labor centrada en el desarrollo de una programación de trabajo psicológico que abarque a los diferentes colectivos que integran el equipo deportivo, las necesidades psicológicas (entrenamiento psicológico, *team bulding...*) y situaciones deportivas (torneos, campeonatos...), sin olvidar que, a lo largo de una temporada, pueden surgir diferentes “aspectos no esperados” (conflictos internos, mala clasificación...) en el que el PD, debidamente acreditado (ver punto 3), deberá colaborar con los demás profesionales en la resolución de dichas situaciones (labor centrada en el problema).

A continuación, a modo de ejemplo, se presenta una programación general de actividades y servicios realizados en el Club Atlético de Madrid. Algunas de estas acciones abarcan tanto a futbolistas profesionales como a futbolistas de las categorías inferiores, mientras que otras, son específicas para cada una de ellas.

2. Contenidos del plan de actuación

La filosofía de trabajo del Club Atlético de Madrid es considerar al jugador de fútbol como un “todo”, donde “deportista y persona son únicos e indivisibles”. Por esta razón, nuestros esfuerzos van encaminados a cuidar los aspectos deportivos y humanos de los jugadores.

Como fruto de años de experiencia e investigación, la Sección de

Fútbol Base ha desarrollado un Programa Integral Deportivo (PID) para potenciar las mejores cualidades de nuestros jugadores. El PID esta constituido por una metodología de trabajo que se centra en el desarrollo integral del jugador, haciendo hincapié en tres áreas o pilares: la actividad deportiva, la actividad académica, y la formación y educación (ver tabla 1).

Tabla 1. Programa Integral del Deportista (PID).



“Estudio, Educación y Deporte, son la base de un futuro

Prometedor tanto personal como deportivo”

Con el fin de contribuir en los aspectos anteriormente citados, las actividades y servicios planificados desde el Departamento de Psicología, se dirigen a los distintos colectivos que integran el fútbol base: jugadores, cuerpo técnico, padres, servicios médicos y directivos (ver figura 1).

Figura 1. Programación del Trabajo Psicológico con el Club Atlético de Madrid.



A) Actividades dirigidas a jugadores

a.1. Evaluación Psicológica- Informes: se trata de aportar una serie de datos, tanto al entrenador, dirección deportiva como a la familia, sobre distintas facetas psicológicas del deportista para que, en caso necesario, sirva de punto de partida para una óptima intervención o valoración del jugador. Para ello, se evalúan las siguientes áreas psicológicas:

🚩 **Personalidad:** características generales, relaciones con los demás y

organización personal.

✚ **Rasgos y aptitudes psicológicas para la competición** (ansiedad, autoconfianza, concentración, etc.).

✚ **Situación y marcha académica:** problemas de aprendizaje, situación familiar o social que afecte al rendimiento, historia académica, hábitos de estudio, orientación vocacional y profesional.

a.2. Atención personal y deportiva:

- **Clínica:** se ofrece un servicio de evaluación, diagnóstico y tratamiento de jugadores (problemas familiares, personales, deportivos...).
- **Coaching:** proceso de desarrollo personal y deportivo del jugador.
- **Entrenamiento psicológico:** entrenamiento de habilidades psicológicas que intervienen en el rendimiento (motivación, concentración, confianza, inteligencia emocional, etc.).

a.3. Formación personal y deportiva.

- ✓ **Seguimiento y asesoramiento académico:** revisión y seguimiento de notas de los jugadores por parte del tutor-orientador para supervisar, analizar y mejorar la situación académica.
- ✓ **Sala de estudio:** apoyo académico para jugadores
- ✓ **Reuniones de asesoramiento para padres y jugadores con bajo rendimiento académico:** los objetivos de dichas reuniones son orientar y abordar los problemas académicos de los jugadores.
- ✓ **Asesoramiento y orientación para los estudiantes,** con el objetivo de clarificar su futuro y dudas que puedan surgir en su etapa educativa-académica.
- ✓ **Creación de una cartera de estudios,** donde poder ofrecer cursos y actividades académicas a nuestros jugadores (cursos, módulos, carreras, etc.).
- ✓ **Creación de una cartera de trabajo,** donde ofrecemos posibles salidas laborales a los jugadores.
- ✓ **Desarrollo de talleres formativos:** se organizarán talleres formativos

con el objetivo de complementar la formación de los jugadores. Estos talleres tratarán sobre *Valores y Deporte, Organización del Tiempo, Técnicas de Estudio, Drogas y Deporte y Educación Sexual*.

✓ **Formación psicológica para la competición:** organización de talleres formativos orientados a desarrollar el conocimiento y técnicas psicológicas para afrontar con mayor probabilidad de éxito la competición (técnicas de motivación, control de la ansiedad, concentración, inteligencia emocional, etc.).

✓ **Desarrollo de un programa de acogimiento,** para jugadores de residencia, inmigrantes y familias de acogidas.

✓ **Desarrollo de un programa de despedida,** para jugadores y familias que no continúan en el club.

✓ **Colaboración en la organización y funcionamiento de la residencia,** así como del bienestar de los jugadores.

B) Actividades con equipos

Atención específica requiere el trabajo dirigido a equipos o plantillas, entendidos estos como grupos con dinámicas propias, con configuraciones concretas y con objetivos particulares.

Se organizan actividades extradeportivas, con el objetivo de potenciar las relaciones entre los jugadores (mismo equipo y demás jugadores de otros equipos) e identificación y cariño al club. Además, estas actividades se utilizan como acciones vivenciales formativas y de evaluación (roles, estatus, líderes...).

La metodología aquí empleada se especializa, dirigiéndose básicamente a la **construcción de equipo** (cohesión) y a **fortalecer** las cualidades válidas para la **dirección** (liderazgo) y el **trabajo en equipo** (sacrificio, distribución de las tareas, aceptación de roles, sentimiento de club, etc.).

C) Actividades dirigidas a entrenadores

❖ **Coaching:** proceso de desarrollo personal y profesional del entrenador.

❖ **Asesoramiento y formación:** brindar información y orientación a nivel psicológico del jugador y/o equipo.

❖ **Seminario para técnicos deportivos:** organización de

actividades formativas para el desarrollo de la labor del entrenador (dirección de grupos, comunicación, control emocional, etc.).

❖ **Reuniones periódicas con técnicos deportivos**, con el fin de intercambiar información y opiniones sobre el funcionamiento individual y colectivo de los jugadores, y por tanto, que exista una comunicación fluida entre los diferentes profesionales.

❖ **Integración del entrenamiento psicológico del jugador a través de la estructura y contenido de los entrenamientos**, con el objetivo de fortalecer y desarrollar psicológicamente al jugador.

❖ **Evaluación psicológica del entrenador**, con el objetivo de valorar la cercanía o no de sus competencias psicológicas y el perfil óptimo del entrenador desarrollado por el club. Además, dicha información servirá como punto de partida para potenciar los puntos fuertes detectados y mejorar los puntos débiles de cada entrenador.

D). Asesoramiento y formación a padres

El objetivo principal es que los padres contribuyan de forma positiva a la formación integral de sus hijos, y que sus acciones se integren dentro del marco de actuaciones del programa establecido por el club.

En esa línea es fundamental el establecimiento de un ciclo de charlas formativas, con los siguientes contenidos:

- con sus hijos;
- con los entrenadores, directivos y competiciones;
- con los estudios

Además, durante la temporada, se mantiene en funcionamiento una unidad de atención a padres, con el objetivo de atender y orientar las diferentes necesidades que estos requieran.

E) Colaboración con el Área de Medicina

Es sabido que determinados factores psicológicos como el estrés pueden facilitar que se produzcan lesiones, retrasar los períodos de recuperación y hacer más incierta la vuelta a la actividad deportiva. Para ello, se colabora junto a los médicos y fisioterapeutas en:

- Apoyo anímico de lesionados
- Manejo del dolor
- Bienestar psicológico
- Intervención sobre la "huella psíquica" de la lesión.
- Orientación y asesoramiento

F) Colaboración con dirección deportiva: en la gestión de los trabajadores (cohesión, comunicación, etc.) y potenciar una imagen positiva del club a la masa social y medios de comunicación.

3. Acreditación e Intrusismo

Como es comprensible, se requiere de una acreditación para ejercer como psicólogo del deporte (que puede variar de un país a otro). Por un lado, es adecuado basarse en un procedimiento estandarizado, objetivo y público, que garantice el derecho del cliente a conocer quienes son los psicólogos acreditados en Psicología del Deporte y a recibir el mejor servicio posible. Por otro lado, el psicólogo del deporte, debidamente acreditado, tiene el derecho de ejercer su profesión, sin la incursión de personas no acreditadas que pongan en riesgo o interfieran su práctica profesional.

Como sucede en otros ámbitos, el deporte ha sido un contexto propicio para el acercamiento de personas no formadas ni acreditadas para la práctica profesional. Este intrusismo puede tener tanto una fuente interna (psicólogos no formados en Psicología del Deporte) como externa (no psicólogos). Prueba de ello es la cantidad de psicólogos clínicos (y de otras áreas), mentalistas, motivadores, coach (no psicólogos)... que han abordado a los deportistas, entrenadores... ofreciendo soluciones "mágicas" o "resultados extraordinarios", con resultados negativos o poco productivos.

En España se están haciendo esfuerzos desde el Colegio Oficial de Psicólogos (COP) para definir cuáles deben ser los criterios de acreditación profesional del psicólogo del deporte (Cantón, 2003). Los criterios generales son: a) ser licenciado en psicología y estar colegiado en el Colegio Oficial de Psicólogos (COP), b) haber cursado acciones formativas de acuerdo a los criterios reconocidos por el COP en psicología del deporte (Máster, Doctorado...), y c) tener al menos un año de

experiencia demostrada en el área (prácticas supervisadas, trabajo remunerado, u otras actividades evaluadas por la comisión).

En definitiva, para luchar contra el intrusismo y garantizar el servicio que se ofrece, es necesario la formación y acreditación del psicólogo en Psicología del Deporte, el respaldo institucional (público y privado) para conseguir un marco legal de actuación en esta área, y la difusión en la sociedad de dicha información.

Referencias

Buceta, J.M. (1998). *Psicología del Entrenamiento Deportivo*. Madrid: Dykinson.

Cantón, E. (2002). El área profesional de la Psicología del Deporte. En J. Dosil (Ed.), *El psicólogo del deporte: Asesoramiento e intervención* (pp. 39-50). Madrid: Síntesis.

Cruz, J. (2002). Aplicaciones de la psicología del deporte en España. En J. Dosil (Ed.), *El psicólogo del deporte: asesoramiento e intervención*. Madrid: Síntesis.

Weinberg, R. y Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.

Williams, C.A. y James, D.V. (2001). *Science for Exercise and Sport*. Routledge.