

Artículo de revisión

## **Acercamiento epistemológico a la psicología del deporte**

Julio Arturo Ordoqui Baldriche [juliordoqui83@gmail.com](mailto:juliordoqui83@gmail.com)

### **INTRODUCCIÓN**

¿Hacia dónde dirigir la psicología del deporte? ¿Es posible hablar de indicadores de rendimiento psicológico? era el título tentativo del ensayo que redacté como ejercicio de culminación de un curso que tomé, titulado Psicología y Epistemología. Una buena lección: el título de cualquier producción escrita declara de manera más o menos explícita una intención epistemológica, una revelación de la cosmovisión del autor acerca de lo que define como objeto de estudio y los instrumentos seleccionados (diseñados) para actuar sobre el mismo. Es curioso que mi propuesta inicial contenga un evidente sabor positivista, el que he procurado evadir en su forma clásica, por su conocida obsesión por clasificar el complejo material psicológico.

¿Por qué mi práctica profesional y la investigación científica que la nutre me “sorprenden” con este abordaje? ¿A qué debo hacer este tipo de psicología y no otra? ¿Para quién hago psicología?

Como psicólogo aplicado al contexto de la actividad física estoy inserto en espacios de confluencia de diversas ciencias (Biomecánica, Biología, Fisiología, Medicina del Deporte, Ciencias de la Cultura Física y del Entrenamiento Deportivo, Estadística y otras), todas -por cierto- son predominantemente (orgullosamente) positivas, cuantitativas, taxonómicas. El deporte en la actualidad es visualizado casi únicamente como deporte de alto rendimiento, relegando otras manifestaciones sumamente importantes y beneficiosas de la actividad física, que poseen alto valor para la salud y el bienestar psicológico y social de sus practicantes. La persecución de los récords deportivos, de los títulos mundiales y olímpicos, de las más importantes distinciones del deporte profesional, ocupan el centro de la atención de las diferentes disciplinas científicas. Ello marca formas de relación social muy específicas, y pauta maneras de producir conocimientos y resultados científicos, de construir objetos de investigación: producir tecnologías eficientes y rentables para “hacer campeones”, algo que -aceptamos- es altamente cuestionable desde las ciencias sociales. Esas son las demandas fundamentales que recibimos los profesionales que nos dedicamos al alto rendimiento deportivo. Los clubes y federaciones deportivos pagan a los especialistas para que sus atletas sean superiores a otros en la práctica de un deporte; y si llegaran a ser los mejores, pues que se auto superen como fin último de la excelencia. Una manera de hacerlo estriba en el diagnóstico y potenciación de las competencias de los practicantes para lograr sus objetivos. Esa es una visión positiva y superable, lo discutiremos más adelante.

Aquí sitúo el primer dilema deontológico y epistemológico que enfrentamos los psicólogos del deporte. ¿Cómo hacer de la psicología y de sus métodos un arsenal dialógico interdisciplinario, y con relativo valor heurístico en el contexto de la actividad deportiva? ¿Puede solamente concluirse que la psicología no se puede formular en un lenguaje clasificatorio, reduccionista y -por lo tanto- son estériles cualesquiera de sus elaboraciones en dicho ámbito? Es evidente que no, y consideramos que los debates acerca de la coherencia epistemológica proporcionan pautas para comprender lo anterior y proponen alternativas de continuidad.

En el panorama científico actual del deporte, se identifican con mucha claridad prácticas esnobistas (sociología de las ciencias). No existe necesariamente contradicción en asumir modelos imperantes, siempre habrán problemas científicos o metodologías, o prácticas transformadoras que se ponderan sobre otras, y habrá que penetrar su dinámica interna para conocer hasta qué punto podemos compartir materiales y métodos de investigación. A este respecto Corral Russo expresa: “Lo importante es ¿qué se discute? y cómo afecta la discusión las decisiones de los investigadores acerca de las metodologías a emplear en su práctica profesional” (Corral Russo, R. 2001).

Más allá de las causas que provocan el dominio de algunos modelos de investigación; para los psicólogos deportivos el éxito estriba en generar prácticas verdaderamente útiles con rangos de validez y aplicación, en espacios de la actividad y las competencias deportivas, sin equivocarse sus verdaderas posibilidades de generalización. Habrá que “recortar” objetos que expliquen -o bien comprendan fenómenos en su forma única de manifestación- pero que sirvan a una práctica transformadora y demuestren en esta su pertinencia o caducidad.

Los modelos epistemológicos elaborados durante el extenso camino de gestación del pensamiento científico, y que han dado origen a diversos métodos para la investigación son: Positivismo, Fenomenología y la Dialéctica. Todos ellos se ocupan de la relación entre el sujeto que conoce, la formulación que hace de su objeto por conocer y los métodos que selecciona para construir el conocimiento. El positivismo, con el mayor impacto en el ámbito científico, tiene por intención *explicar* los fenómenos que estudia, descubriendo las relaciones de causa y efecto que se encuentran en su base. Obviamente, un razonamiento causal en las formas de producir un conocimiento convoca de manera implícita a la manipulación de variables que pueden conducir a efectos deseados; o a deducir de un resultado las causas originales (Jiménez, Lozano, B. Sin fecha de publicación). Se trata de un modelo altamente productivo en la elaboración de tecnologías, las que requieren del establecimiento de principios y regularidades de los objetos de la realidad, y las formas inequívocas en que se relacionan.

Los métodos fundamentales que emplea requieren, por lo tanto, de la supresión de la subjetividad, de las variables personales o situacionales que contaminen un resultado objetivo, preciso, clasificatorio. La observación neutral y el experimento parecen cumplir de manera rigurosa estos requisitos, y garantizan la replicabilidad del conocimiento; vistiéndolo de un velo de “verdad inamovible”, de reflejo fiel del objeto que se estudia.

Por su parte, la fenomenología implica un tipo de razonamiento diferente del anterior. Para los adeptos de esta postura filosófico-epistemológica, la realidad no está constituida de manera tan estructural, lineal o progresiva. Parten de la intención de comprender, de singularizar, de asumir la complejidad y los diacronismos de la realidad. Asumen que el conocimiento es relativo, y se niegan a aceptar la “objetividad”, que con tanto rigor parece imposible para el sujeto que hace un análisis. Acepta la impronta del fenómeno que estudia, y utiliza su inmediatez y las convicciones como criterios de “verdad”. La interpretación es la herramienta fundamental para arribar a un conocimiento que nunca será absoluto, si no que posee condiciones de validez parciales.

La naturaleza social de las relaciones humanas y de la constitución del sujeto psicológico, constituyen el principal campo de aplicación de este modelo. Sin embargo, algunos autores sostienen que existe un predominio del paradigma positivista en la investigación de las ciencias sociales (Ídem.).

Como un intento de superar e integrar los aportes de los enfoques cuantitativos y la dirección hermenéutica, cualitativa e interpretativa; la Dialéctica acepta la contradicción y la crítica como fuentes generadoras de transformación y cambios en la práctica real. Es solo en la praxis socio-histórica, fuente de la interrogante científica, donde se confirman los conocimientos. Este es un modelo revolucionador, inquietante y holístico, que reconoce el cambio como forma de existencia de la realidad. La intervención y el acompañamiento como herramientas de cambio, como métodos, dan un golpe fuerte a las verdades trascendentes; estas tienen fronteras temporales, espaciales, simbólicas e históricas. La visión compleja de las ciencias tiene en su base la comprensión de las crisis como condición de cambios cualitativos en los sistemas.

Para concluir esta primera parte, debemos decir que si bien la psicología no debe desconocer los modelos contemporáneos del desarrollo científico en el deporte (predominantemente positivista), sí está en el deber de formular correctamente los objetos de sus investigaciones de lo que comprende (pretende comprender) como sujeto. Cada objeto requiere –por su propia naturaleza– un abordaje metodológico que sea capaz de revelarlo, y que lo legitime como tal. Asumir y prever las consecuencias de la adscripción a un modelo u otro, es una poderosa arma de defensa para el investigador, evitando que distorsione la confiabilidad de sus resultados.

## **DESARROLLO**

Retomemos la pregunta de si la psicología entra o no a dialogar con otras ciencias aplicadas al deporte. Y si lo hiciera -como es lógico y tentador- qué elementos epistemológicos debemos emplear para no maltratar la riqueza de la subjetividad, y que a la vez construya objetos con grados de penetrabilidad. Pienso que el primer debate que generan estas interrogantes nos remite a los cimientos mismos de la fundación de una ciencia sobre la psiquis humana, a un análisis centralmente metodológico; que incluirá el objeto y sujeto epistémicos.

El panorama de la psicología desde su surgimiento oficial en el laboratorio de Leipzig, bajo la mirada rectora de Wilhelm Wundt, hasta nuestros días, nos muestra un fuerte debate en el seno de la comunidad científica general y psicológica. Así, conocimos de las variadas reelaboraciones del objeto de estudio, y la efectividad de los métodos propuestos en el diagnóstico de aquello que se pretende evaluar. Una formación por escuelas de psicología ha presidido el desarrollo de la misma, lo cual a simple vista provoca una percepción de inmadurez científica. Sin embargo, algunos autores como Edna Heidbreder defienden dicho movimiento como un fenómeno esperado para una ciencia de tan reciente constitución. La misma autora, analizaba cómo la polisemia y multiplicidad de enfoques dentro de la psicología impedía apreciar los puntos de contacto que sí caracterizaban de manera general el abordaje que hicieron las diferentes escuelas acerca del material psicológico (Heidbreder, E. 1971).

¿Qué nos encontramos hoy?... una psicología inserta en relaciones económicas, materiales y tecnológicas muy cambiantes. La población atlética mundial y nacional no se parece mucho a la de 15 años atrás. La misma cultura científica se transforma en este proceso para seguir dando soluciones a los problemas nuevos, y a los que con una presencia general han mutado sus sentidos y matices. El propio concepto de rendimiento deportivo ha adquirido connotaciones diferentes, y nuevos retos reclaman la participación de las ciencias aplicadas al deporte. Su origen y evolución como disciplinas independientes no pueden escapar a su contexto ideológico, axiológico y utilitario de la práctica deportiva contemporánea.

Los caminos de la psicología deportiva demandan abiertamente el refinamiento de sus armas a la hora de insertarse en este concierto. La claridad en la definición del objeto científico, la creación de nuevos métodos e instrumentos, y la optimización de los que ya se utilizan deben ocupar un tiempo considerable de la labor de los especialistas. La propia complejidad de la subjetividad exige de los investigadores pericia y sensatez suficientes para no desdeñar cualesquiera de los métodos que puedan aportar un conocimiento acerca de los procesos psicológicos en la actividad deportiva. Refiriéndose a la asunción de enfoques cuantitativos en el estudio de la personalidad, González, L. G., 2004, apunta "(...) a pesar del poder de seducción

que ejerce, presenta vulnerabilidades y resulta inconveniente si se pretende adoptar de manera clásica, sin oportunas complementaciones cualitativas". La complementación cualitativa referida, consta de una postura dialéctico-materialista sobre el origen y desarrollo de la personalidad, así como de aquellos procesos que esta nuclea y dinamiza de una manera única en cada sujeto. García, F. E. opina: "Atendiendo al señalamiento de la complejidad se hace necesaria la utilización de un variado número de métodos que permitan tanto la generalización, como la explicación exhaustiva en el proceso de construcción del conocimiento, tanto en lo general, como en lo particular y lo singular" (García Ucha, F., 2007).

¿Existe una única manera de arribar al conocimiento científico sobre la personalidad de un deportista, y a partir del mismo, proponer acciones concretas en las dimensiones psicológica y pedagógica? ¿Cuántas aristas debe abarcar un estudio de este tipo para no confundir la motivación superior con expresiones concretas, y manifestaciones emocionales o conductuales muy puntuales de los atletas?

Pienso que el principio general del que debemos partir es un modelo integrativo que articule conceptos y metodologías conciliables y complementarias. No contamos con un sistema contemporáneo que sirva para explicar e intervenir cualquier fenómeno psicológico en el deporte (esa es la demanda de nuestra actividad), aunque debemos ser muy cuidadosos al "identificar ámbitos de validez y restricciones de aplicación". A ello contribuye la elaboración de indicadores de procesos psicológicos esenciales en cada deporte. Veamos qué quiere decir esto.

El deportista no se debe estudiar ajeno al contexto donde realiza su actividad. Incurriendo en estos errores, estaríamos violando principios capitales del enfoque de la psicología dialéctico-materialista. Escuchemos qué opina García Ucha al respecto: "La personalidad es resultado de la interacción de las potencialidades psicológicas del sujeto con el medio, y el estudio de dicha interrelación nos permite develar el verdadero significado psicológico que tienen para el deportista las distintas condiciones que la actividad deportiva impone al participante y hace que se requiera el estudio del comportamiento del deportista en medio de esas condiciones" (García Ucha, F., 2007). El análisis del producto de la actividad resulta esencial en cada deporte, para descubrir las diminutas fisuras de la mencionada interrelación (personalidad-actividad), que determinan la adopción de procedimientos de intervención muy específicos. Es por esto que resulta muy valioso el empleo de instrumentos que evalúen procesos psicológicos, que se manifiestan de forma muy específica en cada deporte.

El material psicológico y el pedagógico se manifiestan concomitantemente durante el proceso de entrenamiento. Ambos constituyen un objeto independiente de estudio en el mismo sujeto: el atleta o deportista. Es precisamente su cercanía y superposición en ocasiones, la que nos obliga a establecer límites claros entre uno y otro.

El proceso de enseñanza impulsa el desarrollo, lo condiciona en la medida que ejerce un papel rector y organizador de la actividad. El entrenamiento deportivo, sobre la base de sus leyes y principios organiza un sistema de proporción de cargas de entrenamiento, que pasa ineludiblemente por un conocimiento médico-biológico y psicológico del sujeto que las recibe, y que adquirirá cualidades muy específicas en las diferentes etapas del desarrollo, y deporte del que se trate. En el entrenamiento deportivo, un análisis del material psicológico es una condición necesaria pero no suficiente para arribar al éxito. Dicho análisis en sí mismo, o desvinculado de la actividad, resta profundidad a la comprensión que de ello derive.

Lo interesante es cómo logramos articular una visión integradora de la relación personalidad-actividad deportiva. Un posible camino es el de construir objetos de investigación con una “arquitectura” conformada por niveles de penetrabilidad diversos, o “niveles de representación”, donde se tenga en cuenta la dinámica propia del sistema y sus relaciones con el medio que interactúa (a través de la actividad deportiva). La subjetividad tiene niveles de funcionamiento y organización distintos, que se mueven entre lo social y lo psicológico, entre lo consciente y lo inconsciente, entre lo adquirido y las aptitudes, entre las significaciones y los sentidos, entre el afecto y las cogniciones, entre lo instrumental y lo procesal. Todos ellos poseen un grado de confluencia muy alto, y están presentes en cada uno de los niveles de la arquitectura generando dinámicas distintas, actualizándose, reconfigurándose ontogenéticamente. Los niveles son penetrables con instrumentos y metodologías específicas, aunque luego se recurra a un núcleo integrador para dar coherencia epistemológica a los datos. Un buen ejemplo (o tal vez no tan bueno) es la categoría personalidad, que en su abordaje estructural propone instancias diferentes de regulación comportamental. Ahora vienen las preguntas positivistas: ¿es posible medir el grado de funcionamiento de uno de los niveles? ¿Es conveniente y deseable determinar niveles de efectividad de ese funcionamiento?

Probablemente nos acerquemos a evaluar algunos procesos con cierto nivel de confiabilidad para un sujeto individual. Lo complejo será entonces determinar en la ejecución concreta de la actividad deportiva, en la praxis real; cuánto se relaciona este nivel evaluado, o indicador diagnosticado con el resto de los procesos psicológicos que permiten la conducta motora.

Hagamos ahora nuevas preguntas: ¿cuánto el sujeto cree que está haciendo bien una tarea, por qué cree que lo hace bien, cuánto piensa y desea perfeccionar de sus recursos psíquicos? ¿Dónde está su intención de sujeto y cómo se pudiera aprehender metodológicamente? No se trata de sujetos distintos, si no de preguntas y objetos diferentes en el mismo sujeto, que nos aportan resultados complementarios y que en última instancia son relativos y de dudosa generalización a un número alto de personas. Refiriéndose a los errores más frecuentes en la concepción de algunas investigaciones en psicología (reveladores de inconsistencias epistemológicas) Corral Russo expresa: “Si se quiere saber realmente lo que un sujeto hace, piensa o siente, se le debe asumir como sujeto y aceptar su elaboración como una verdad” (Corral Russo, R. 2001).

Sin embargo, para los dominios de la psicología del deporte, considero lícito definir indicadores de rendimiento psicológico que muestren consistencia en su relación con las ejecuciones deportivas (técnico-tácticas, o niveles de desarrollo alcanzados por el atleta, u otros). Si puedo lograr en mi práctica profesional construir indicadores de rendimiento psicológico (objetos construidos) inteligibles para entrenadores y atletas, que me sirvan incluso como medios de intervención; pero que al mismo tiempo se integren a mi concepción dialéctica del deportista, entonces me parece una orientación válida y efectiva en la consecución de mis objetivos.

La psicología del deporte realiza los análisis a partir del perfil de exigencias psicológicas que cada actividad deportiva impone a sus practicantes. Contextualicemos esta propuesta, y escuchemos una definición de deportes de combate: “(...) las acciones se realizan con gran rapidez y dinamismo, en períodos de tiempo y espacio delimitados, en su mayor parte, por las reglas de competencia, con movimientos muy precisos y ajustados a las situaciones competitivas, determinados estos por la capacidad coordinativa del esfuerzo, en función de las acciones que realice el contrario.” (Sánchez Acosta, 2005). Nótese que la definición anterior, hace referencia a capacidades físicas condicionales y coordinativas, a cualidades del movimiento técnico, y de manera implícita, a un desempeño táctico importante.

Numerosos son los procesos psicológicos que deberán desplegarse ante este grupo de exigencias. El psicólogo deportivo deberá conocer en profundidad las características personales y medioambientales de los boxeadores (refiramos algunos elementos de mi práctica concreta), muy particularmente, el estudio de la motivación por su carácter autorregulador. Habremos de estudiar los procesos psicofisiológicos vinculados al boxeo, su respuesta emocional en las competencias, y los estados psicológicos actuales que presiden a los atletas. Metodológicamente, algunos de estos procesos pueden ser estudiados en condiciones de laboratorio, y en la actividad de entrenamiento; siendo el estudio en el terreno quien ofrece mayor fiabilidad a los resultados, por abordar el material psicológico en sus formas específicas de manifestación y operación, durante el curso de las acciones.

¿Son todos los procesos psicológicos igualmente reveladores del impacto que las cargas de entrenamiento están teniendo sobre un boxeador? ¿Cuáles sí y cuáles no?... Una vez que dichos procesos estén identificados ¿qué indicadores utilizar para asegurar que se está midiendo dicho proceso y no otro? ¿Puede un psicólogo predecir?

La psicología del deporte se distingue de otros espacios de aplicación de la ciencia, fundamentalmente, por una herramienta denominada control psicológico del entrenamiento deportivo. Su empleo sistemático, mediante procedimientos sencillos y de fácil aplicación, permite a un especialista dar cuenta de las modificaciones psicológicas que se producen en los atletas, a partir de la aplicación de las cargas de entrenamiento. Sus resultados complementan a los controles pedagógicos y médicos del entrenamiento (diálogo interdisciplinario de las ciencias).

Desde el mismo momento en que un psicólogo personaliza una batería de pruebas para el control psicológico, ya está implícitamente declarando que sus resultados pueden ser utilizados como criterio de rendimiento psicológico. Cuando se recoge un número alto de datos de un sujeto de la actividad de manera longitudinal, y esos datos han sido recogidos en forma correcta metodológicamente; es posible establecer "correlatos" psicológicos para los contenidos de preparación correspondientes a cada etapa de la planificación del entrenamiento. Ello permite al psicólogo, llegada la etapa de obtención de la forma deportiva, determinar el estado de los síntomas de la predisposición psíquica para las competencias.

En el caso del boxeo, las escalas autovalorativas que develan procesos volitivos que subyacen a la ejecución, percepciones muy especializadas de tiempo, distancia, del movimiento propio, de los esfuerzos; el desarrollo del pensamiento táctico y de la velocidad de reacción; todos son exigencias determinantes para el éxito. Cuéntese con procedimientos de entrenamiento táctico perceptual, con ejercicios para el mejoramiento de la discriminación de estímulos complejos y la velocidad de respuesta ante los mismos, con programas de entrenamiento para dirigir correctamente el foco de atención, entre muchos otros; como tecnologías de intervención.

En el título *Escuela Cubana de boxeo. Confesiones de Alcides Sagarra* de Marcos Alfonso, el autor recoge las siguientes impresiones de este destacado pedagogo acerca de las pruebas psicológicas que él sugiere utilizar para medir algunos de los procesos más importantes de naturaleza psíquica: "estabilidad motora y capacidad de movimientos rápidos mediante el tapping-test (...) para el estado de las reacciones se emplea la medición del tiempo de la reacción simple y de la compleja con un reacciómetro en condiciones de laboratorio (...) sentido del tiempo en 10 segundos (...) percepción del esfuerzo mediante la dinamometría" (Alfonso, M. 2006. p. 89 y 90).

Por otra parte, algunas pruebas de terreno realizadas durante la actividad del entrenamiento, en el caso del boxeo, permiten conocer si está operando correctamente un proceso tan importante como es el de autovaloración de cualidades de rendimiento. Siendo la resistencia especial la cualidad física predominante en el éxito de un boxeador: resistencia a la fuerza y resistencia a la velocidad del golpeo y de los desplazamientos, combinando zonas de trabajo aeróbicas y anaeróbicas, nos interesa conocer cómo refleja en su mente un boxeador el estado de desarrollo que ha alcanzado en esa cualidad. Veamos un ejemplo.

Mediante la investigación y labor de preparación psicológica de un boxeador del equipo nacional, se ha identificado que este presenta desorganización en su desempeño táctico sobre el ring. Lamentablemente, su baja auto crítica sobre tal aspecto de su rendimiento lo conducían frecuentemente a incurrir en los mismos errores, y a desobedecer las indicaciones que su entrenador le brindaba en la esquina durante los combates.

¿Qué alternativas de participación tiene el psicólogo ante esta situación muy común?

Tras la investigación correspondiente, descubrimos la presencia de un factor H elevado encontrado en el 16 PF de Catell, que se manifiesta de manera estable y que tiene un importante componente hereditario según el autor. Dicha alteración guarda relación con un funcionamiento predominante del sistema simpático, activando reacciones emocionales propias de situaciones amenazantes, o de emergencia (Hardman, K. y otros, 1973. Citado en González, L. G., 2004). Las conductas que de él derivan se caracterizan por un fuerte potencial excitatorio, tienden a ser intensas y desorganizadas; algo altamente nocivo para el desempeño en el boxeo.

Luego de emplear otras pruebas que confirmaran nuestra hipótesis, desarrollamos un plan de intervención psicológica dirigido al entrenamiento y control de la excitación mediante gimnasias respiratorias, y mediante el empleo de la Terapia Activa de Rolf Frester.

¿Qué cambios observamos? En la medida en que el atleta fue cumpliendo el entrenamiento mental con la sistematicidad adecuada (algo que pocos deportistas logran), no solo fue mejorando su desempeño táctico, sino que también sus juicios autovalorativos acerca de sus ejecuciones parciales se tornaron cada vez más objetivos, más acertados, tendiendo a una más adecuada autovaloración. Así, durante una sesión de entrenamiento libre con guantes (sparring), frente a un contrario que particularmente le resultaba difícil a este atleta; los valores medios de autovaloración de acciones orientadas por su entrenador, distaban muy poco de la evaluación que a través del método de criterio de expertos, obtuvimos como referencia objetiva para compararlos. El índice de error autovalorativo era menor, pues sus juicios eran mucho más acertados, y era eso precisamente, y no el resultado de golpes recibidos o en contra, lo que empleamos como indicador de rendimiento psicológico. No es necesario fundamentar el valor que una adecuada autovaloración concede a un atleta en el control y reajuste dinámicos de sus acciones competitivas. Hemos encontrado hallazgos similares a los de González, L. G., 1997; cuando plantea que la auto valoración parcial de rendimientos tiende a afinarse en la medida en que los contenidos de carga se tornan más específicos en cada deporte, y el atleta se acerca a la fase de adquisición de la forma deportiva.

¿Qué queremos destacar con lo anteriormente referido? La psicología del deporte, se ocupa del desempeño psicológico en actividades muy controladas (entrenamiento deportivo), donde se anticipan y preparan arsenales conductuales para imponer ante los contrarios en las competencias, para lo cual el sujeto debe desempeñarse en condiciones de déficit de tiempo y se encuentra sometido a una inusual evaluación social. Estas características de la actividad reclaman del atleta un singular control emocional que parte de las cualidades del sistema nervioso central (estabilidad, fuerza y movilidad de la respuesta nerviosa); hasta la total participación de procesos de mayor grado de abstracción y poder de regulación, como son las formaciones motivacionales.

¿Podría un abordaje positivista puro, darnos las claves para la comprensión y actuación sobre este fenómeno?, lo dudo mucho, aunque es recomendable el empleo de algunos instrumentos que tienen su origen bajo el amparo de dicho modelo. Solo que cualquier resultado que obtenemos es analizado en función del sentido personal y de cómo lo vivencia el deportista. Una dificultad atencional en una competencia, por ejemplo, no puede ser analizada solo desde una perspectiva cognitivista. El hecho de que en un escenario de laboratorio el sujeto obtenga un IA de 80% en un instrumento como los Anillos de Landorf, nos provee de una información muy limitada.

Es la relación del proceso atencional con la situación competitiva (praxis real) la que más nos interesa, y esto incluye la historia reciente de fracasos y éxitos del atleta, las atribuciones causales que hace el sujeto, el grado de participación que le otorga a la atención en sus resultados competitivos, y su intención de hacer algo al respecto. No puede concluirse el análisis sin una observación y análisis del desempeño del sujeto en las competencias y entrenamientos. Una vez evaluado e intervenido el proceso, tanto en consulta como en el terreno, tras el cumplimiento de un programa de intervención cuidadosamente elaborado; pretendemos que el atleta desarrolle nuevas habilidades psicológicas a partir de los cambios en la relación de significados y sentidos que establece con la competencia, e incluso, con momentos muy específicos de esta. Los resultados de laboratorio y de terreno son registrados, repetidos, comparados y empleados como indicadores que complementan las interpretaciones que hacemos acerca de la vivencia del sujeto así como de sus futuros desempeños. Si bien -tal como defiende la fenomenología- la intención del sujeto, y las condiciones irrepetibles de las situaciones no son replicables de manera exacta; hay que decir que el deporte y la estructura de su actividad competitiva (controlado por reglas conductuales, temporales, espaciales, etc.) crea condiciones para entrenar procesos psicológicos y reeditar valencias asociadas a las mejores ejecuciones.

La preparación psicológica de los deportistas de alto rendimiento constituye la optimización de las condiciones y procesos psíquicos del sujeto, de manera que pueda expresar en las competencias todo el potencial técnico, físico y táctico adquirido en los entrenamientos. Para ello, considero que existen momentos, por ejemplo, de medición psicométrica (determinación de índice de concentración de la atención, de niveles de ansiedad rasgo-estado de Spielberger), momentos de registro de conductas (número desviaciones visuales a objetivos inadecuados, número de ataques realizados y de ataques efectivos, etc.) que se combinan con estimaciones subjetivas del deportista (escalas autovalorativas, reportes verbales del sujeto, etc.). Pero en un momento posterior, en el proceso de integración del caso, se realizan las correspondientes complementaciones cualitativas.

Apuesto por una práctica profesional más cercana a una perspectiva dialéctica, que necesariamente atraviesa un momento de recogida de datos con la mayor limpieza metodológica posible, en condiciones estructuralmente similares a mediciones anteriores (Positivismo); cuyos resultados son interpretados (Fenomenología) por un sujeto de investigación que se representa la valencia psicológica de las circunstancias para el sujeto investigado, los múltiples sentidos personales, intenciones, autovaloración y niveles de aspiración del mismo utilizando el método hipotético-deductivo. Sin embargo, el fin último de la psicología del deporte consiste en la adquisición de habilidades o capacidades psicológicas para una praxis real, que refute o legitime la pertinencia del procedimiento utilizado. Se trata de una psicología para la transformación, una psicología de la actividad y del aprendizaje.

El lenguaje delimita las geografías de los objetos de investigación, así como de los métodos. Otorga valencias positivas o negativas -de mayor o menor utilidad- al empleo de determinados procedimientos, y suele caer en la trampa de subestimar resultados obtenidos tras largos años de investigación científica, desde otros paradigmas y modelos. El reto es la integración, asumo los riesgos que implique mi intento personal de lograrlo.



## CONCLUSIONES

Cuando se tienen definidas las cualidades psicológicas más importantes que determinan el rendimiento de un atleta en su deporte; y por otro lado, se cuenta con procedimientos que las evalúen y demuestren relación con índices del producto de la actividad; nos encontramos en condiciones de comprometernos con un rendimiento psicológico.

Debemos aclarar que cualquier procedimiento o hipótesis que nos tracemos sobre el desempeño de los atletas, deberá contrastarse con indicadores de la actividad, como pueden ser los golpes propinados y recibidos; la relación entre golpes lanzados y golpes efectivos (porcentaje de efectividad), tiempo de desempeño mayor en una distancia que en otra, etc. Son estos los indicadores específicos que tendrá que optimizar el atleta para acceder a resultados superiores, mediante una aplicación adecuada de las cargas, respetando los principios de la ciclicidad, ondulatorio de las cargas, de la continuidad, aumento progresivo de las cargas y el concerniente a la relación entre la preparación general y especial (Matveev; citado por Morales Águila, A., 2012).

En el deporte existe el axioma de que el resultado competitivo es multifactorial, o multicausal; y estamos de acuerdo con él, pero invitamos a que cada una de las dimensiones implicadas en el proceso de preparación del deportista, defina con mayor claridad el material sobre el que opera y construya indicadores más operativos, que nos permitan hacer ciencia con el máximo de certidumbre posible. Aspiramos a un grado relativo de certidumbre de los resultados, sujetos a un grado de validez en condiciones específicas (Corral Russo, R., 2003).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso, M. Escuela cubana de boxeo. Confesiones de Alcides Sagarra. Ciudad de la Habana: Editorial Deportes, 2006.
- Corral Russo, R. Historia de la Psicología. Apuntes para su estudio. Ed. Félix Varela: La Habana, 2003.
- Corral Russo, R. Epistemología y Metodología de la Investigación en Ciencias Sociales. Ponencia al seminario científico del CIPS, abril de 2001.
- González, L. G. Algunas tareas de terreno de un psicólogo en atletismo. Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física (ISSN 1728-922x), 1997.
- González, L. G. La respuesta emocional del deportista. Ciudad de la Habana: editorial Deportes, 2004.
- García Ucha, F. E. Problemas metodológicos de los estudios de motivación sobre deportistas, 2007.
- Heidbreder, E. Psicologías del siglo XX. Ciudad de la Habana: Instituto Cubano del libro, 1971.
- Morales, A. Principios del entrenamiento deportivo. Conferencia en Diplomado de Psicología del Deporte, 2012.
- Sánchez, M. E. Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. Editorial Deportes, 2005.