

Artículo original

**ESTUDIO DE LA RELACIÓN ENTRE IDEAS IRRACIONALES Y EL
RENDIMIENTO COMPETITIVO EN EL BALONCESTO**

**STUDY ON THE RELATIONSHIP BETWEEN IRRATIONAL IDEAS AND THE
COMPETITIVE PERFORMANCE IN THE MASCULINE TEAM OF BASKETBALL**

Reinier Acosta Cruz

Centro Provincial de Medicina del Deporte de Pinar del Río. avlopez43@inder.cu

RESUMEN

En la presente investigación nos propusimos: Valorar la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE "Ormani Arenado" de Pinar del Río. Se trabajó con el equipo masculino de baloncesto conformado por 10 atletas, de la categoría 15 -16 años de la EIDE "Ormani Arenado" de Pinar del Río. Obtuvimos que el 100% del equipo posee ideas irracionales, evidenciándose con más frecuencia y de forma significativa las ideas # 8, 6,4, 2 3. El rendimiento competitivo fue malo ya que este equipo perdió el 75% de los juegos establecidos "todos contra todos" entre Pinar del Río y los equipos contrarios. No se manifiesta de forma general una influencia significativa entre las ideas irracionales que posee el equipo y el rendimiento competitivo, pero existen ideas irracionales que influyen en la organización del juego, en la concentración y predisposición de los integrantes del mismo a la competencia deportiva.

Palabras claves: ideas irracionales, rendimiento competitivo, baloncesto.

Correspondencia: Reinier Acosta Cruz,

Centro Provincial de Medicina del Deporte de Pinar del Río,

Carretera Central Km 87. CP:20100

Recibido: 3 de septiembre 2011

Aceptado: 15 de diciembre 2011

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

ABSTRACT

In the present investigation we value the relationship between irrational ideas and the competitive yield in the masculine team of basketball, category 15-16, of EIDE "Ormani Arenado" of Pinar del Río. We worked with the masculine team of basketball, conformed by 10 athletes of the category 15 -16 years of the EIDE "Ormani Arenado" of Pinar del Río. We obtained that the 100% of the team possesses irrational ideas, being evidenced with more frequency and in a significant way the ideas #8, 6,4, 2 3. The competitive yield was bad, this team lost 75% of the established games "all against all" between Pinar del Río and the contrary teams. It is not manifested in a general way a significant influence among the irrational ideas that it possesses the team and the competitive yield, but they exist irrational ideas that influence in the organization of the game, in the concentration and the members' bias from the same one to the sport competition.

Key words: irrational ideas, competitive yield, basketball.

INTRODUCCIÓN

El baloncesto es un deporte que por las habilidades y características que poseen los deportistas que lo practican y las situaciones de presión psíquica a las que son sometidos, necesitan de una preparación psicológica para la competencia deportiva. Así, son múltiples los estudios e intervenciones que en este ámbito se han realizado por los psicólogos del deporte, en vistas de mejorar el rendimiento en la competencia.

Según Gámez, K (2010) "el rendimiento competitivo en los atletas es la proyección de la técnica y la táctica, adquirida en el entrenamiento deportivo y cuya máxima expresión se manifiesta en la competencia deportiva".

Existen numerosos factores que pueden incidir de forma negativa en el rendimiento competitivo. Gauron. D (1984) menciona las ideas irracionales y como más frecuentes en el baloncesto: el perfeccionismo, el catastrofismo, la valoración en función del resultado, la personalización, la falacia de la justicia, la culpabilidad, el pensamiento dicotómico y la sobregeneralización entre los jugadores de baloncesto.

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

Por lo que se puede decir que estas ideas son la expresión de las ideas irracionales planteadas por Albert Ellis (1977) que plantea que una idea irracional “es la cognición, pensar, hablar o actuar sin la inclusión de la racionalidad”. Según este autor estas ideas derivan en comportamientos irracionales de los individuos que incluyen la toma de infracción o de enojarse por una situación que aún no ha ocurrido, expresar emociones exageradamente (como llorar histéricamente), manteniendo las expectativas poco realistas, participar en una conducta tan irresponsable como intoxicación problema, la desorganización o la extravagancia, y la caída de la víctima a la confianza de los trucos.

Teniendo en cuenta lo antes planteado y por el hecho de que en el equipo de baloncesto masculino categoría 15-16 de nuestra provincia se han evidenciado situaciones que indican que en los atletas que lo integran existen ideas irracionales, así como comportamientos derivados de las mismas que están incidiendo negativamente en el equipo. Y por la necesidad expresada por el entrenador del equipo, de apoyo para la competencia deportiva hemos encaminado nuestra investigación hacia el estudio de la relación de las ideas irracionales y el rendimiento competitivo en este equipo.

Objetivo General

Valorar la relación entre las ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río.

Problema de Investigación

¿Cómo se relacionan las ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río?

Objetivos Específicos.

- Identificar ideas irracionales en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río.
- Caracterizar el rendimiento competitivo en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río.
- Analizar la relación entre las ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río.

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

Población

Se trabajó con el equipo masculino de baloncesto, de la categoría 15 -16 años de la EIDE "Ormani Arenado" de Pinar del Río. Conformado por 10 atletas con edades comprendidas entre 15 y 16 años.

MÉTODOS

Teóricos: Inducción-deducción, Histórico – lógico, Análisis, síntesis y generalización.

Empíricos: Entrevista semiestructurada, Cuestionario de ideas irracionales, Observación, Análisis de documentos.

Métodos estadísticos

Para el procesamiento de información de esta investigación se utilizó el programa estadístico SPSS versión 17.0 y se utilizaron distribuciones empíricas de frecuencia, Medidas de asociación (coeficientes de correlación).

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Ideas irracionales presentes en el equipo

De forma general, se puede decir, que en el 100% del equipo masculino de baloncesto de la categoría 15-16 de la EIDE "Ormani Arenado" se evidencian ideas irracionales. Aunque se manifiesta con más frecuencia la idea irracional #.8 "se necesita contar con algo más fuerte y grande que uno mismo", presente en un 90% de los miembros del equipo estudiado y que evidencia que en el mismo existe dependencia e inseguridad entre sus miembros. Esta idea irracional además de ser la más frecuente en el equipo es significativa con un grado de significación al 0.05. Ver

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

Tabla 1. “Frecuencia de ideas irracionales presentes en el equipo”.

Ideas irracionales presentes en el equipo	f	%
8. “Se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar”	9	90
6. “Si algo es o puede ser peligroso o temible, se deberá sentir terriblemente inquieto por ello y deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra”.	8	80
4. “Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen”.	7	70
10. “Uno deberá sentirse muy preocupado por los problemas y las perturbaciones de los demás”.	6	60
9. “La historia pasada de uno es un determinante decisivo de la conducta actual, y que algo que le ocurrió alguna vez y le conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente”.	6	60
2. “Para considerarse uno mismo valioso se debe ser muy competente, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles”.	5	50
5. “La desgracia humana se origina por causas externas y la gente tiene poca capacidad o ninguna, de controlar sus penas y perturbaciones “.	5	50
7. “Es más fácil evitar que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades en la vida”.	4	40
3. “Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y que deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad”.	4	40
1. “Es una necesidad extrema para el ser humano adulto el ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de la sociedad ”.	3	30
11. “Invariablemente existe una solución precisa, correcta y perfecta para los problemas humanos, y que si esta solución perfecta no se encuentra sobreviene la catastrófico”.	3	30

Los ítems del cuestionario que integran esta idea poseen un grado de significación al 0.05 los mismos son: el ítem 8 “todo el mundo necesita alguien en quien recurrir y buscar ayuda”, el ítem 18 “En las decisiones importantes consulto con una autoridad al respecto, el ítem 28 “Todo el mundo necesita tener fuera una fuente de energía , el ítem 38 “Hay determinadas personas de las que dependo mucho”, el ítem 48 “Me gusta valerme por mí mismo” y el ítem 56 “ Raramente me siento ansioso pensando en el futuro”.

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

Asimismo, la idea irracional # 6. "Si algo es o puede ser peligroso o temible, se deberá sentir terriblemente inquieto por ello y deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra", está presente en el 80% del equipo.

Dicha idea irracional es significativa al 0.05, así como los ítems del cuestionario que la componen como son: el ítem 26 "A menudo no puedo quitarme algún asunto de la cabeza", el ítem 46 "No puedo soportar correr riesgos y el ítem 56 "Raramente me siento ansioso al pensar en el futuro, todos estos ítems con una significación al 0.05.

La idea irracional # 4. "Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen", está presente en un 70% del equipo estudiado, Ver Tabla #1 "Frecuencia de ideas irracionales presentes en el equipo". Dicha idea irracional aunque no es significativa, ítems del cuestionario que la integran como el ítem 4 "Generalmente acepto los acontecimientos con filosofía" y el ítem 34 "A menudo me siento trastornado por situaciones que no me gustan", presentan un grado de significación de 0.05.

Por otra parte la idea irracional # 10 "Uno deberá sentirse muy preocupado por los problemas y las perturbaciones de los demás", está presente en el 60 % de las atletas del equipo.

Se puede plantear que esta idea irracional no es significativa, aunque presenta al ítem 30 "Me siento satisfecho cuando tengo muchas cosas que hacer", y al 40 "Lo que más me divierte es hacer un proyecto creativo" presentando una significación al 0.05.

La idea irracional # 9 "La historia pasada de uno es un determinante decisivo de la conducta actual, y que algo que le ocurrió alguna vez y le conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente" está presente en el 50% de las atletas del equipo Ver Tabla #1 "Frecuencia de ideas irracionales presentes en el equipo".

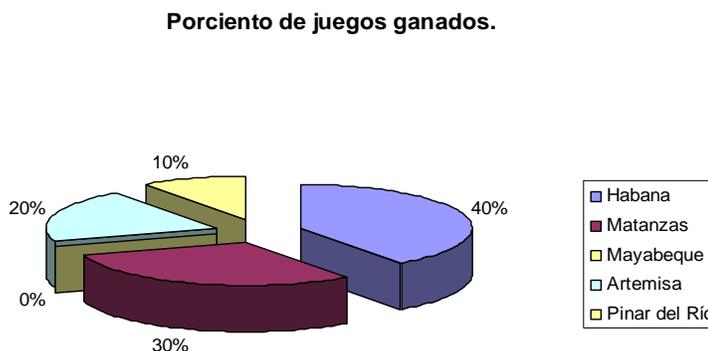
Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

Rendimiento competitivo del equipo estudiado

Se puede decir, de forma general, que el rendimiento competitivo del equipo de baloncesto masculino de la Categoría 15-16 de la EIDE "Ormani Arenado" de Pinar del Río, en las competencias finales del curso 2010-2011 fue malo. Como pudimos constatar en las estadísticas de las competencias. El 75% de los juegos establecidos "todos contra todos" entre Pinar del Río y los equipos contrarios: La Habana, Matanzas, Artemisa y Mayabeque, fueron juegos perdidos. Solo ganaron el 10% de los juegos realizados. Ver gráfico #1 "Por ciento de juegos ganados".

Gráfico 1. "Por ciento de juegos ganados".



En estos juegos el desempeño técnico- táctico del equipo se evidenció con deficiencias, como pudimos constatar en el análisis de las "Estadísticas Juegos escolares nacionales Pinar del Río, 2011" y en la observación a los mismos.

A continuación expondremos los aspectos técnico- tácticos del equipo en dos de las competencias realizadas:

Juego escolar entre Pinar del Río y Matanzas. Este fue el primer juego de la temporada que realizaba el equipo de Pinar del Río. En el cual perdimos con una diferencia de 98 tantos. Con un total de 11 canastas de 1 punto para un 35%, en jugadas de campo 6 canastas de 2 puntos para un 32%, una canasta de 3 puntos para un 27%, 3 canastas de tiros libres de un punto para un 25%. Asimismo se recuperaron 9 rebotes, solo un rebote ofensivo y defensivo 8. En asistencia y bloqueo obtuvimos cero, recuperamos solo 14 balones y perdimos 58. Además de

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

cometer 16 faltas totales, 14 faltas personales y 2 faltas técnica. Ver tabla #2 “Estadísticas Juegos escolares nacionales Pinar del Río, 2011”.

Juego escolar entre Pinar del Río y La Habana. Segundo juego de la temporada que realizaba el equipo. Y aunque no contamos con las estadísticas de este juego debido a falta de fluido eléctrico en la Sala Polivalente “19 de noviembre”, se puede decir, partiendo de la observación realizada, que fue un juego muy desorganizado, en el que la mayoría del equipo se mostraba distráctil y aparentaban desconocer los propios parámetros del juego, reglas y cometían faltas con frecuencia, asimismo un jugador fue expulsado del juego por gritarle al árbitro. Ningún miembro del equipo asumía la responsabilidad del juego. Fue un juego perdido con un total de 105 canastas de diferencia, lo que demostró la inferioridad del equipo pinareño.

Relación entre las ideas irracionales y el rendimiento competitivo.

Se puede decir que aunque no se manifiesta de forma general una relación significativa entre las ideas irracionales que posee el equipo y el rendimiento competitivo evidenciado en los juegos escolares nacionales de Pinar Del Río 2011, en la sala Polivalente “19 de noviembre”, sí existe cierta influencia de las mismas en el rendimiento competitivo de equipo.

Se evidenció la influencia de cinco ideas irracionales en el rendimiento competitivo de este equipo:

- Idea irracional #8 “Se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar”.
- Idea irracional #6: “Si algo es o puede ser peligroso o temible, se deberá sentir terriblemente inquieto por ello y deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra”
- Idea irracional #4: “Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen”.
- Idea irracional #2: “Para considerarse uno mismo valioso se debe ser muy competente, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles”.
- Idea irracional # 3: “Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y que deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad”

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

Conclusiones

➤ Las ideas irracionales se presentan en la mayoría del equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río, evidenciándose con más frecuencia y de forma significativa las siguientes:

- “Se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar”.
- “Uno deberá sentirse muy preocupado por los problemas y las perturbaciones de los demás”.
- “Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen”.
- “La historia pasada de uno es un determinante decisivo de la conducta actual, y que algo que le ocurrió alguna vez y le conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente”.
- “Si algo es o puede ser peligroso o temible, se deberá sentir terriblemente inquieto por ello y deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra”.

➤ El rendimiento competitivo en el equipo masculino de baloncesto, categoría 15-16, de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río, fue básicamente malo evidenciándose errores técnico-tácticos en la competencia deportiva desarrollada en los Juegos Escolares Nacionales, 2011 y alcanzando el cuarto lugar entre cinco equipos que se presentaron a la competencia.

➤ No se manifiesta de forma general una relación significativa entre las ideas irracionales que posee el equipo y el rendimiento competitivo evidenciado en los juegos escolares nacionales de Pinar Del Río 2011, en la sala Polivalente “19 de noviembre”, aunque existen ideas irracionales que influyen de forma cualitativa y cuantitativa en el rendimiento competitivo. Comportándose como un factor que incidió negativamente en la confrontación deportiva realizada en los Juegos Escolares Nacionales, 2011, por este equipo; influyendo en la organización del juego, en la concentración y predisposición a la competencia deportiva.

Estudio de la relación entre ideas irracionales y el rendimiento competitivo en el baloncesto

Reinier Acosta Cruz

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gámez, K (2010) Estudio de la relación entre creencias y actitudes acerca del doping en atletas de deportes de combate de la ESPA "Ormani Arenado" de Pinar del Río. Tesis en opción al grado de Master en Ciencias de la Psicología del Deporte, mención psicología del alto rendimiento deportivo. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo".
2. Ellis Albert (1977). "Las Ideas Irracionales". Revisado el 16 de noviembre del 2010. [Http://www.psicologosvalencia.es](http://www.psicologosvalencia.es)
3. Gauron. D (1984). "Nuestras ideas irracionales". Revisado el 18 de enero del 2011. [http://\(oroshispañol\).com/secciones/la-voz-de-la-conciencia/1202-nuestra](http://(oroshispañol).com/secciones/la-voz-de-la-conciencia/1202-nuestra).