

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN LOS JUGADORES DE PÁDEL DE ALTO RENDIMIENTO

Roberto Ruiz Barquín¹ y Oscar Lorenzo García²

Universidad Autónoma de Madrid¹ y Federación Española de Pádel².

RESUMEN: En el presente trabajo de investigación desarrollamos los principales resultados obtenidos con 18 deportistas de alto rendimiento pertenecientes al deporte del Pádel a nivel internacional. Los objetivos del estudio que a continuación presentamos son: a) Describir las habilidades psicológicas de la muestra seleccionada evaluadas a través del Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Deporte (C.P.R.D.). b) Analizar las posibles diferencias entre la categoría masculina y femenina de la muestra seleccionada; c) Establecer comparaciones con otras muestras de deportistas.

Los resultados muestran la adecuación del cuestionario CPRD para la evaluación de las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en el deporte del Pádel de alto rendimiento. Es destacable la ausencia de diferencias estadísticamente significativas entre ambas categorías deportivas (masculina y femenina), así como las importantes diferencias halladas entre las puntuaciones de nuestra muestra y los baremos correspondientes a la muestra de deportistas general (Gimeno, 1999) para las escalas de Control del Estrés, Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento y Motivación, existiendo una tendencia a la significación para la escala Habilidad Mental. Por último, se sugiere para posteriores investigaciones dentro del deporte del Pádel, estudios con un mayor número muestral y la inclusión de muestras con jóvenes deportistas y de jugadores pertenecientes a otros niveles de rendimiento deportivo.

PALABRAS CLAVE: Habilidades Psicológicas, Pádel, Alto Rendimiento Deportivo, Evaluación Psicológica.

ABSTRACT: In the present research work are presented the main results obtained with 18 high performance paddle players within an international level. The goals of the work were: a) To describe the psychological skills of the sample selected through the Psychological Skills Related with Sport Questionnaire (C.P.R.D., according with its Spanish name). b) To analyze potential differences according to gender in the sample selected; c) To establish comparisons with samples of people involved in different sports.

Results support the adequacy of the CPRD for assessing psychological characteristics related to sport outcomes among high-performance paddle players. It is noteworthy that there were not statistically significant differences according to gender category, as well as there were important differences between the present sample scores and norms reported for general sport samples (Gimeno, 1999) for scales of Stress Control, Influence of Assessment over Performance and Motivation, with a trend to significance for the scale of Mental Ability.

Increase in the sample size, or performing studies with younger people and players with lower levels of performance, are some of the main suggestions for further studies in this sport.

PALABRAS CLAVE: Psychological skills, paddle tennis, high-performance sports, psychological evaluation.

RESUMO: No presente trabalho de investigação desenvolvemos os principais resultados obtidos com 18 desportistas de alto rendimento pertencentes ao desporto do Pádel a nível internacional. Os objectivos do estudo que a seguir apresentamos são: a) Descrever as habilidades psicológicas da mostra seleccionada avaliadas através do Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas com o Desporto (C.P.R.D.). b) Analisar as possíveis diferenças entre a categoria masculina e feminina da mostra seleccionada; c) Estabelecer comparações com outras mostras de desportistas.

Os resultados mostram a adequação do questionário CPRD para a avaliação das características psicológicas sócias ao rendimento desportivo no desporto do Pádel de alto rendimento. É destacable a ausência de diferenças estatisticamente significativas entre ambas categorias desportivas (masculina e feminina), bem como as importantes diferenças achadas entre as puntuaciones de nossa mostra e os baremos correspondentes à mostra de desportistas geral (Gimeno, 1999) para as escalas de Controle do Estrés, Influência da Avaliação sobre o Rendimento e Motivação, existindo uma tendência à significação para a escala Habilidade Mental. Por último, sugere-se para posteriores investigações dentro do desporto do Pádel, estudos com um maior número muestral e a inclusão de mostras com jovens desportistas e de jogadores pertencentes a outros níveis de rendimento desportivo.

PALAVRAS-CHAVE: Habilidades Psicológicas, Pádel, Alto Rendimento Desportivo, Avaliação Psicológica.

INTRODUCCIÓN

El nivel de exigencia al cual están sometidos los deportistas de alto rendimiento es cada vez mayor, siendo necesario disponer de suficientes recursos para afrontar el creciente número y dificultad de competiciones deportivas. Estas situaciones, ponen a prueba los recursos de afrontamiento y los recursos cognitivo-conductuales y fisiológicos de los deportistas, donde la frecuencia e intensidad de los estímulos estresantes (percibidos o reales), conlleva en numerosas ocasiones problemas de rendimiento reflejado tanto en entrenamientos como en competiciones. Dadas estas exigencias, la necesidad de realizar una adecuada evaluación de los recursos del deportista y de la determinación de los “puntos fuertes” y “débiles” tanto a nivel psicológico como con relación a los restantes parámetros de rendimiento (nivel fisiológico o físico, técnico y táctico), supone un aspecto clave de cara a la realización de una intervención específica, máxime cuando la disponibilidad de tiempo es reducida en este nivel de deportistas.

De forma precisa, el deporte del Pádel se constituye como un deporte relativamente joven en el ámbito del alto rendimiento deportivo, teniendo una importancia creciente en los últimos años. Como en todos los deportes de alto rendimiento, dispone de unas exigencias técnicas (Castellote, 2005; González-Carvajal, 2003, 2006; Moncaut, 2003), tácticas (Castellote, 2005; González-Carvajal, 2003, 2006), fisiológicas o físicas (Castellote, 2005;

De Hoyo, Sañuda y Carrasco, 2007), bio-mecánicas (García y Ares, 2007) y psicológicas específicas (Castellote, 2005; González-Carvajal, 2006; Ruiz, 2008; Ruiz y Lorenzo, 2008; Ruiz, Lorenzo, Perdiguero y Díaz, 2006). A parte de estos estudios también se han realizado recientemente estudios con seleccionadores (Romero, Carrasco, de Hoyo, de Borja, Corral, Chacón y Lasaga, 2008), e incluso con deporte adaptado (Muñoz, 2007). El conocimiento de estas exigencias supone un aspecto clave de cara a la determinación de qué instrumentos utilizar para la evaluación de las diferentes capacidades del deportista de Pádel de Alto rendimiento. Desde una perspectiva psicológica, aspectos como control de activación, concentración y visualización suponen algunos de los requerimientos a nivel psicológico (Garcés, Olmedilla y Jara, 2006; Weinberg y Gould, 2007), debiéndose disponer de información relacionada no solo con componentes estrictamente relacionados con el ámbito deportivo, sino también con el funcionamiento psicológico global del deportista en su entorno (características de personalidad y datos sobre incisión, condiciones de entrenamiento, relaciones con el restante grupo de entrenamiento y entrenador/es y los restantes miembros del cuerpo técnico).

Realizando una revisión bibliográfica, observamos la escasez de estudios realizados al respecto (De Borja, De Hoyo y París, 2006; Lam y Zhang, 2002; Lidor y Singer, 1994). Este hecho puede deberse a múltiples factores, entre los que destacamos los siguientes: el Pádel

supone un deporte relativamente nuevo ya no solo para la práctica recreativa, sino también en la competición del más alto nivel; la realización de estudios con muestras del más alto nivel nacional e internacional conlleva una serie de dificultades específicas; a pesar de que el número de practicantes ha sufrido un fuerte incremento ya no solo en España, sino en diversos países, no se encuadra dentro de los “deportes mayoritarios”.

Al igual que otros deportes de alta competición, es necesario en la evaluación psicológica incluir diferentes habilidades psicológicas que están directamente implicadas tanto en los entrenamientos como la competición, y que mantienen importantes similitudes con otros deportes de raqueta. Existe la necesidad de evaluar los diferentes estados de estrés y ansiedad en competición (Buceta, 1997; Cox, 2002; Dosil y Caracuel, 2003), así como a nivel emocional la influencia que pueda tener la evaluación del juego realizada por parte del entrenador, compañeros, espectadores y otros observadores (Gimeno, 1999; Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada, 1999), siendo especialmente relevante este último aspecto en jóvenes talentos deportivos en periodo de formación (Gimeno y Guedea, 2001). A estas habilidades, se suma la necesidad de evaluar aquellas tradicionalmente destacadas por diferentes autores como es la motivación (Biddle, 1995; Buceta, 1999; Dosil 2004; Dosil y Caracuel, 2003; Escartí y Brustad, 2002; Gimeno et al., 1999; Hill, 2001; Weinberg y Gould, 2007), autoconfianza en relación con el rendimien-

to (Balaguer, Palomares y Guzmán, 1994; Gimeno et al. 1999; Garcés et al., 2006), concentración (Gimeno et al., 1999; Nideffer, 1976, 1991; Nideffer y Sagal, 2001; Weinberg y Gould, 2007), visualización (Murphy, 1994; Orlick y Partington, 1988;), autoinstrucciones (Gimeno et al., 1999; Weinberg y Gould, 2007) y establecimiento de objetivos (Cox, 2002; Burton, Naylor y Holliday, 2001; Locke y Latham, 1990, 2002). Por último, debemos destacar que el Pádel, dentro de los deportes de raqueta, es un deporte de equipo, exigiéndose el desarrollo de habilidades de comunicación tanto verbales como no verbales (Allen y Howe, 1998; Crespo y Balaguer, 1994; Martens, 1987; Yukelson, 2001), y de cohesión de equipo (Carron, 1982; Carron, Brawley y Widmeyer, 1998; Carron y Dennis, 2001).

Por esta y otras razones, a continuación presentamos los resultados obtenidos de aplicar el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo –CPRD– (Del Pino, 1999; Gimeno, 1999; Gimeno et al., 1999, 2001, 2007; Gimeno y Guedea, 2001; Ramos, 1999; Ruiz, 2004), habiéndose considerado las siguientes cuestiones y recomendaciones desarrolladas por múltiples autores (Vanden Auweele, Cuyper, Van Mele y Rzewnicki, 1993):

El estudio realizado intenta evaluar a un número suficientemente representativo de jugadores a nivel nacional e internacional para las categorías de edad deportiva consideradas.

El estudio realizado debe recoger a

deportistas de la máxima categoría tanto en la categoría masculina como femenina.

La administración de las pruebas debe ser administrada de forma individual y por expertos profesionales del ámbito de la psicología del deporte.

Si bien no se recogen en el presente artículo por motivos de extensión, el deportista debe haber sido evaluado de una forma global (Ruiz et al., 2006) y no solo de forma específica y parcializada. Por ello, los deportistas evaluados han sido evaluados previamente a la realización de las pruebas mediante entrevista y otras pruebas psicológicas.

La evaluación e intervención psicológica en el deporte del Pádel

Esta área suele ser ignorada con frecuencia, sin embargo, tiene mucha importancia para los deportistas. Actualmente, sabemos que la preparación psicológica de un atleta es tan esencial como las preparación técnica, táctica y física (Castellote, 2005; Ruiz y Lorenzo, 2008; Ruiz et al. 2006). El exceso de nerviosismo y la ansiedad que anteceden a una competición pueden conducir a un peor desempeño del juego de un atleta, que, sin embargo, está físicamente preparado para alcanzar su punto máximo. En concreto, la ansiedad antes de una competición puede ser buena y no debe eliminarse totalmente, y una pequeña dosis de tensión es, generalmente, necesaria para obtener un buen flujo de adrenalina que desembochará en un mejor desempeño. Recordemos siempre que “la mente con-

trola el cuerpo”. Por esta razón, no es suficiente con estar en plena forma técnica y física, sino que también debemos estar mentalmente preparados para enfrentarnos con la presión y el desafío que todo encuentro deportivo trae consigo.

Es importante que los monitores y entrenadores tengan alguna experiencia que puedan aplicar con sus alumnos o dirigidos en las situaciones de mucha presión. Por ejemplo, un juego importante, tolerancia con el compañero, cómo superar un mal día, cómo asumir las victorias y las derrotas, etc.

Una vez comentados los aspectos más relevantes referidos a la evaluación psicológica y principales implicaciones en el deporte del Pádel, a continuación presentamos los objetivos del presente estudio: Describir las principales habilidades psicológicas del deportista de alto rendimiento en el deporte del Pádel a nivel internacional; Analizar las posibles diferencias en las habilidades psicológicas entre la categoría masculina y femenina en los deportistas de alto rendimiento del Pádel; Establecer posibles diferencias entre las habilidades psicológicas consideradas en los deportistas de Pádel de alto rendimiento y las habilidades psicológicas evaluadas en la muestra general de deportistas realizada por Gimeno (1999).

METODOLOGÍA

Muestra

La muestra está formada por jugadores de pádel de ambos sexos pertene-

cientes a la categoría Junior, Sub-23 y Senior que se encuentran en la élite nacional del deporte (componentes del equipo nacional de Pádel), así como la evaluación de deportistas de élite de

ámbito internacional que asisten a concentraciones y otras actividades deportivas propuestas por la Federación Española de Pádel (tabla 1).

Tabla 1. Tabla de contingencia en función del sexo y categoría deportiva para la muestra de Pádel utilizada.

GÉNERO	CATEGORÍA DE EDAD			Total
	Junior	Sub-23	Senior	
Hombre	1	1	6	8
Mujer	2	1	7	10
Total	3	2	13	18

Instrumento

Aplicamos el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo CPRD. Gimeno et al. (1999) realizaron una adaptación con muestra española del cuestionario Psychological Skill Inventory for Sports (PSIS) de Mahoney (1989). La adaptación desarrollada en castellano estaría conformada inicialmente por 71 ítems, donde se mantendría el formato de respuesta basado en una escala Likert de cinco opciones de respuesta que corresponderían a una escala de 5 puntos, siendo administrado el test a 485 deportistas de diferentes deportes, donde el 58% de la muestra estaba formada por varones, y el 42% restante por mujeres, abarcando un rango de edad entre los 13 y los 30 años, con una edad media entorno a los 19 años, y una desviación típica de 4,10.

Tras la administración y el análisis de la estructura factorial subyacente, se rea-

lizó un análisis factorial de componentes principales con rotación varimax mediante el paquete estadístico SPSS 10.0. El criterio de inclusión de los ítems utilizado fue el propuesto por Comrey (1985), manteniendo aquellos ítems con saturaciones superiores a 0,30. Posteriormente, se realizó un análisis la consistencia interna del cuestionario y en cada una de las escalas resultantes, utilizando el Coeficiente Alfa de Cronbach.

El estudio del análisis factorial llevó a conformar las cinco escalas del test con un 63% de la varianza total, quedando la escala definitiva reducida a 55 ítems y cinco escalas:

1.- *Control del estrés*: Esta escala hace referencia a la evaluación de los estímulos estresantes en competición. Desde esta perspectiva, se asume que el control de los estímulos estresantes en competición puede estar relacionado de forma positiva con el rendimiento deportivo,

implicando desde una perspectiva cognitivo-conductual una serie de respuestas en el deportista con relación a la competición.

2.- *Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento*: Un aspecto con importantes implicaciones en nuestra investigación, es la diferenciación que se realiza del estrés desde el punto de vista del control, y del grado de repercusión que tiene este al ser evaluado el deportista. Desde esta perspectiva se incide en la determinación de situaciones donde se evalúa al propio deportista, y los antecedentes que pueden llevar implícita una valoración del deportista.

La diferenciación entre la primera y segunda escala es relevante desde el punto de vista que podríamos calificarlos como agentes estímulares diferenciados de respuestas de estrés o ansiedad, cuyas repercusiones en el rendimiento deportivo pueden no ser iguales, y pudiendo tener importantes repercusiones cuando hablamos de diferentes categorías de competición con relación a la categoría de edad y categoría de sexo.

3.- *Motivación*: Son muchos los enfoques desde donde podríamos evaluar la motivación de un deportista. Desde el CPRD, esta dimensión se refiere al grado o interés del deportista por el deporte, refiriéndose tanto a motivación de logro, como el grado de adecuación de objetivos, y la importancia concedida al deporte con relación a otros aspectos de la vida del deportista.

4.- *Habilidad Mental*: Incluiría habilidades o aspectos que podrían influir de forma importante en el rendimiento,

abarcando las siguientes habilidades: Establecimiento de objetivos, análisis del rendimiento, visualización-imaginación, funcionamiento cognitivo a nivel regulador.

5.- *Cohesión de Equipo*: La consideración de equipo no se referiría en este caso a “deportes de equipo”, sino al grado de integración de deportista en un determinado grupo de entrenamiento, teniendo especial importancia este factor con relación a aspectos relacionados con el entrenador, dado que la cohesión depende en gran parte de los estilos de liderazgo, características de la situación y personales del entrenador.

En base al criterio tomado para este test donde incluirían valores de fiabilidad por encima del 0,70 (Nunnally, 1978), solamente Motivación (alfa=0,67) y Habilidad Mental (alfa=0,34) no llegarían a esos niveles. La baja consistencia interna de la escala Habilidad Mental, aluden los autores (Gimeno et al., 1999) a que estarían midiendo diferentes constructos.

La inclusión del cuestionario CPRD en nuestra investigación se basa principalmente en:

-El cuestionario presenta elevados niveles psicométricos en sus escalas a excepción de la escala de “Habilidad Mental”.

-El tiempo de administración es breve.

-Se ha baremado con deportistas de diferente nivel de rendimiento.

-Se ha utilizado en los “Programas de Detección de Jóvenes Talentos Deportivos” en deportes específicos

(Gimeno y Guedea, 2001; aplicación al deporte del judo).

-Permite realizar un análisis global y específico de los distintos aspectos evaluados: Las puntuaciones en cada escala ofrecerían información de carácter global, si bien el análisis de cada ítem permitiría un análisis detallado y específico de determinadas situaciones.

Consideramos importante destacar cómo el cuestionario CPRD fue cumplimentado junto con otras pruebas para deportistas (Ruiz et al., 2006), destacando la administración previa al cuestionario de la "Entrevista reducida adaptada al deporte del Pádel" -adaptación de la realizada al deporte del Judo- Ruiz (2004) y el Cuestionario de Personalidad BFQ (Bermúdez, 1995, 1998).

Procedimiento

El estudio ha tenido una duración de un año. Las fases de la investigación fueron:

Presentación del proyecto a los responsables de la Federación (fase realizada).

Reunión multidisciplinar con los distintos miembros del equipo colaborador (psicólogos, técnicos y preparadores físicos).

Determinación de las fechas de administración de pruebas (coincidente la gran mayoría con las concentraciones y sesiones de intervención psicológica con el equipo nacional).

Administración de pruebas a deportistas y entrenadores.

Corrección de pruebas y análisis estadísticos. Inclusión de datos referidos a

rendimiento y resultados deportivos.

Realización del informe final de resultados. Comprobación del cumplimiento de objetivos.

Diseño experimental

Dadas las características y objetivos del proyecto, planteamos un *diseño descriptivo*.

Análisis estadísticos

Los análisis estadísticos a realizar son:

Análisis descriptivos: Análisis de medias y desviaciones típicas de las variables consideradas en las cinco escalas del cuestionario CPRD en función de la categoría deportiva a la que pertenece el deportista (masculina o femenina).

Análisis de diferencia de medias para dos muestras independientes. Estableceremos diferencias entre deportistas de categoría masculina y femenina para las variables psicológicas consideradas, utilizando análisis no paramétricos (U de Mann-Whitney).

Análisis de diferencia de medias para una muestra. Aplicamos este estadístico para comparar las puntuaciones obtenidas en cada una de las escalas de los deportistas de Pádel evaluados con las pertenecientes a la población general de deportistas (Gimeno, 1999).

Los análisis se realizarán a través del programa estadístico SPSS versión 13.0.

RESULTADOS

Respecto al objetivo nº1 "**Describir las principales habilidades psicológicas del deportista de alto rendimiento**

to en el deporte del Pádel a nivel internacional”, desarrollamos un análisis descriptivo incluyendo las medias y desviaciones típicas para la muestra de hombres y mujeres (tabla 2). Asimismo, incluimos en la misma tabla los resultados correspondientes al objetivo nº2 “Analizar las posibles diferencias en las

habilidades psicológicas entre la categoría masculina y femenina en los deportistas de alto rendimiento del Pádel”. En este caso, desarrollamos un análisis de diferencia de medias mediante el estadístico no paramétrico U de Mann-Whitney.

Tabla 2. Descriptivos (media y desviación típica) de las escalas del cuestionario CPRD para la muestra de deportistas de Pádel de alto rendimiento del grupo hombres y mujeres, y análisis de diferencia de medias para las escalas del cuestionario CPRD aplicando el estadístico no paramétrico U de Mann-Whitney en función de la variable sexo.

ESCALAS CPRD	Muestra de Deportistas Pádel Hombres (n=8)		Muestra de deportistas Pádel Mujeres (n=10)		U de Mann- Whitney	W de Wilcoxon	Z	Sig.
	Media	D.T.	Media	D.T.				
	Control del Estrés	54.87	12.03	49.80				
Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento	33.25	8.55	30.80	7.66	25.500	80.500	-1.292	.196
Motivación	23.50	5.21	22.10	6.17	36.000	91.000	-.357	.721
Habilidad Mental	24.25	4.37	21.80	3.08	27.000	82.000	-1.171	.242
Cohesión de Equipo	18.00	3.54	19.50	3.08	32.000	68.000	-.721	.471

De forma meramente descriptiva, se observa cómo los hombres obtienen mayores puntuaciones en todas las escalas del cuestionario a excepción de Cohesión de Equipo, si bien observamos en los análisis de diferencia de

medias, la ausencia de diferencias estadísticamente significativas en las cinco escalas. Sería necesario en posteriores estudios incrementar el número muestral ambos grupos de deportistas con el objetivo de poder observar si se mantie-

ne la ausencia de diferencias entre ambos sexos.

A continuación se presentan los resultados para el objetivo nº3 “Establecer posibles diferencias entre las habilidades psicológicas consideradas en los deportistas de Pádel de alto rendimiento y las habilidades psicológicas evaluadas en la muestra general de deportistas realizada por Gimeno (1999)”. Para ello, presentamos en la tabla 3 los estadísticos descriptivos (media y desviación típica) de la muestra de deportistas general

(Gimeno, 1999) y los obtenidos en nuestro estudio. A continuación, presentamos en la misma tabla los resultados obtenidos de la aplicación del estadístico “t de student para una muestra” con el objetivo de poder establecer posibles diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones de los deportistas de alto rendimiento en Pádel y la muestra global de deportistas (Gimeno, 1999).

Tabla 3. Análisis descriptivos (media y desviación típica) de las puntuaciones obtenidas en las cinco escalas del cuestionario CRPD para la muestra general de deportistas (Gimeno, 1999) y la de deportistas de Pádel de Alto Rendimiento. y análisis de diferencia de medias para una muestra mediante el estadístico “t de student” para la cinco escalas del cuestionario CPRD.

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; † $p < 0.10$

	Muestra general de deportistas (n=486)		Muestra deportistas de Pádel Alto Rendimiento (n=18)		Diferencia de medias	Valor “t”	Significación
	Media	D.T.	Media	D.T.			
	Control del Estrés	46.16	14.44	52.06			
Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento	25.11	7.63	31.89	7.92	6.78	3.632	.002**
Motivación	19.59	5.06	22.72	5.64	3.13	2.354	.031*
Habilidad Mental	21.16	4.60	22.89	3.80	1.73	1.929	.071 †
Cohesión de Equipo	18.48	4.31	18.63	2.87	0.35	0.521	.609

A nivel descriptivo podemos observar en la tabla 3 como en todas las escalas los deportistas de Pádel obtienen mayores puntuaciones. Respecto a los análisis de diferencia de medias obtenidos entre las puntuaciones obtenidas por nuestros deportistas ($n=18$) y la muestra general recogida por Gimeno (1999) para las cinco escalas, obtenemos:

- *Escala de Control del Estrés*: Se muestran diferencias estadísticamente significativas en el grupo de deportistas de Pádel con una $p < .05$ ($p = .049$), obteniendo estos mayores puntuaciones que la muestra de deportistas general.

- *Escala de Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento*: Se muestran diferencias estadísticamente significativas en el grupo de deportistas de Pádel con una $p < .01$ ($p = .002$), obteniendo estos mayores puntuaciones que la muestra de deportistas general.

- *Escala de Motivación*: Se muestran diferencias estadísticamente significativas en el grupo de deportistas de Pádel con una $p < .05$ ($p = .031$), obteniendo estos mayores puntuaciones que la muestra de deportistas general.

- *Escala de Habilidad Mental*: A pesar de no observarse resultados estadísticamente significativos, existe una tendencia a la significación en los resultados obtenidos ($p < .10$; $p = 0.071$), obteniendo mayores puntuaciones el grupo de Pádel de alto rendimiento.

- *Escala de Cohesión de Equipo*: Los resultados muestran la ausencia de diferencias estadísticamente significativas, si bien el grupo de deportistas de Pádel obtiene mayores resultados.

Una vez realizados los análisis correspondientes a la diferencia de medias, realizamos una comparación de puntuaciones en función del centil (tabla 4). Para ello, hallamos el centil 50 de la muestra de deportistas de Pádel de alto rendimiento y lo comparamos con los centiles de la muestra de deportistas general (Gimeno, 1999). (Tabla 4)

Los resultados muestran de forma global unas puntuaciones muy favorables de los deportistas de alto rendimiento en el deporte del Pádel respecto al grupo de deportistas general (Gimeno, 1999): Son especialmente relevantes los resultados obtenidos en la escala Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento y Motivación, ya que un centil 50 en deportistas de Pádel de estas dos escalas supone un centil 90 y 80-85 respectivamente en la muestra de deportistas general (Gimeno, 1999). Estos resultados muestran cómo los deportistas de alto rendimiento en el deporte del Pádel disponen de un mayor Control del Estrés, un mejor Control de la Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento, unos mayores niveles Motivacionales, mayor Habilidad Mental y mayores niveles de Cohesión de Equipo que la muestra general de deportistas.

CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Respecto al objetivo nº1 "*Describir las principales habilidades psicológicas del deportista de alto rendimiento en el deporte del Pádel a nivel internacional*", los resultados muestran la adecuación en la aplicación del cuestionario CPRD para la evaluación de las características psicológicas en el

Tabla 4. Tabla resumen de las puntuaciones centil 50 y las correspondientes puntuaciones directas asociadas para deportistas de Pádel, así como las puntuaciones centil obtenidas para la muestra de deportistas general (Gimeno, 1999) considerando las puntuaciones directas de deportistas de Pádel.

ESCALAS CPRD	Puntuaciones directa deportistas de Pádel	Puntuación Centil Deportistas de Pádel	Puntuación Centil Muestra General de Deportistas (Gimeno, 1999)
Control del Estrés	52.50	50	65
Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento	34.00	50	90
Motivación	24.50	50	80-85
Habilidad Mental	23.00	50	70
Cohesión de Equipo	20.00	50	65

deporte del Pádel de alto nivel (Ruiz et al., 2006).

En el objetivo nº2, *“Analizar las posibles diferencias en las habilidades psicológicas entre la categoría masculina y femenina en los deportistas de alto rendimiento del Pádel”*, hemos determinado el perfil de características psicológicas tanto para el grupo hombres como mujeres. El cuestionario de habilidades psicológicas CPRD, nos ha permitido establecer el perfil del deportista de Pádel de alto rendimiento a nivel de habilidades psicológicas, tanto para el grupo masculino como femenino. Los resultados muestran la ausencia

de diferencias estadísticamente significativas en las cinco escalas entre ambos sexos. Este resultado sugiere cómo las demandas o requerimientos del entrenamiento y la competición para hombres y mujeres son similares, desarrollándose perfiles parecidos de habilidades psicológicas. Al igual que hemos comentado anteriormente, sería necesario realizar estudios posteriores en función de la categoría de edad y sexo, dado que esta homogeneidad podría no cumplirse en todas las categorías, teniendo importantes repercusiones desde una perspectiva del entrenamiento psicológico (Ruiz,

2005).

En el objetivo nº3, *“Establecer posibles diferencias entre las habilidades psicológicas consideradas en los deportistas de Pádel de alto rendimiento y las habilidades psicológicas evaluadas en la muestra general de deportistas realizada por Gimeno (1999)”*, podemos decir que sí existe un determinado perfil del deportista de alto rendimiento en Pádel para la muestra seleccionada aplicando el cuestionario CPRD. Los resultados muestran cómo el establecimiento de diferencias con la muestra de deportistas general (Gimeno, 1999) a nivel de puntuaciones medias como de puntuaciones centil, los deportistas de alto rendimiento muestran mayores puntuaciones en todas las escalas, confirmando la tendencia de que a mayor nivel de rendimiento obtenido, mayores habilidades psicológicas dispone el deportista. A pesar de ello, no debemos olvidar que mostramos los datos grupales, debiendo realizar análisis pormenorizados de cada jugador de Pádel, dado que pueden existir diferencias intragrupo. Un aspecto que ha podido influir decisivamente en este resultado, es que más del 50% de los jugadores de Pádel evaluados han trabajado a nivel psicológico, en mayor o menor medida, pudiendo ser decisiva esta intervención para que los resultados del CPRD sean sensiblemente superiores a la muestra general de deportistas recogida por Gimeno (1999).

De forma estadísticamente significativa, podemos decir que los jugadores de Pádel disponen de un mayor Control del Estrés, mayores niveles en el control de la Influencia de la Evaluación sobre el

Rendimiento y mayores niveles Motivacionales que la muestra de deportistas en general. Estos resultados se reflejan también en los análisis centil, mostrándose los mayores niveles de los jugadores de Pádel de forma especialmente relevante ya no solo en estas tres escalas, sino también en las escalas de Habilidad Mental y Cohesión de Equipo.

Para posteriores estudios a desarrollar dentro del deporte del Pádel, se sugiere la realización de investigaciones con un mayor número muestral y la inclusión de muestras con jóvenes deportistas y de jugadores pertenecientes a otros niveles de rendimiento deportivo no estrictamente pertenecientes al deporte de Alto Rendimiento Deportivo. Asimismo, destacamos la importancia de diseñar pruebas que midan habilidades psicológicas específicas para el deporte del Pádel que incremente el nivel de concreción y especificidad de la evaluación e intervención psicológica correspondiente. Esta línea de investigación viene principalmente justificada por dos motivos: Los bajos niveles de fiabilidad manifestados por el cuestionario CPRD en su escala Habilidad Mental para la muestra de deportistas general (Gimeno, 1999), y la necesidad de incorporar un cuestionario con suficientes ítems como para recoger situaciones específicas del deporte del Pádel para la realización de una evaluación e intervención lo más específica posible. Por último, sería aconsejable desarrollar estudios específicos con relación a los resultados obtenidos en la escala del cuestionario “Cohesión de Equipo”, dado que

el Pádel supone un deporte de raqueta que “siempre” se juega por parejas (mismo sexo o mixto), siendo especialmente relevante profundar en posteriores investigaciones en el estudio de la evaluación de habilidades psicológicas involucradas en la búsqueda de un adecuado rendimiento conjunto y de equipo.

REFERENCIAS

- Allen, J. B. y Howe, B. (1998). Player ability, coach feedback, and female adolescent athletes' perceived competence and satisfaction. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(3), 280-299.
- Balaguer, I., Palomares, A. y Guzmán, J. F. (1994). La autoconfianza/autoeficacia en el deporte. En I. Balaguer (Dir.), *Entrenamiento Psicológico en el deporte. Principios y Aplicaciones* (pp. 175-206). Valencia: Albatros.
- Bermúdez, J. (1995). *BFQ. Cuestionario "Big Five"*. Madrid: Tea Ediciones.
- Bermúdez, J. (1998). *BFQ. Cuestionario "Big Five"* (2ª Ed.). Madrid: Tea Ediciones.
- Biddle, S. J. H. (Ed.) (1995). *European Perspectives on exercise and sport psychology*, Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Buceta, J. M. (1997). Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento físico y deportivo. *Apuntes del Máster y Especialista Universitario en Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: UNED.
- Buceta, J. M. (1999). Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Apuntes del Máster Universitario y Especialista Universitario de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: UNED.
- Burton, D., Naylor, S. y Holliday, B. (2001). Goal setting in sport: investigating the goal effectiveness paradox. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas y C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (2º Ed., pp. 497-528). Nueva York: John Wiley & Sons.
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport groups: interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology*, 4, 123-138.
- Carron, A.V., Brawley, L.R. y Widmeyer, W.M. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. En J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and Exercise Psychology Measurement* (pp. 213-226). Morganton, WV: FIT.
- Carron, A. V. y Dennis, P. W. (2001). The sport team as an effective group. En J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: personal growth to peak performance* (pp. 120-134). Mountain View, CA: Mayfield.
- Castellote, M. (2005). *Pádel un gran deporte*. Madrid: Bullpádel.
- Comrey, A. L. (1985). *Manual de Análisis Factorial*. Madrid: Cátedra.
- Cox, R. H. (2002). *Sport Psychology: Concepts and applications*. Boston: McGraw-Hill.
- Crespo, M. y Balaguer, I. (1994). Las relaciones entre el deportista y el entrenador. En I. Balaguer (Dir.), *Entrenamiento Psicológico en el Deporte*

- (pp. 19-60). Valencia: Albatros.
- De Borja, F., De Hoyo y París, F. (2006). Integración y deporte: Pádel adaptado. *Revista de educación física: Renovar la teoría y práctica*, 104, 35-38.
- De Hoyo, M., Sañuda, B. y Carrasco, L. (2007). Demandas Fisiológicas de la competición en Pádel. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3, 8, 54- 58.
- Del Pino, M. D. (1999). Relación entre variables psicológicas (Control del estrés e Influencia de la Evaluación sobre el Rendimiento) evaluadas por el CPRD y variables de funcionamiento deportivo (Adherencia al entrenamiento y a la competición y lesiones deportivas). En A. López, M. C. Pérez-Llantada y J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones Breves en Psicología del Deporte* (pp. 81-85). Madrid: Dykinson.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: McGraw Hill.
- Dosil, J. y Caracuel, J. C. (2003). Psicología Aplicada al Deporte. En J. Dosil (Ed.), *Ciencias de la Actividad Física y del Deporte* (pp. 155-186). Madrid: Síntesis.
- Escartí, A. y Brustad, R. (2002). Estudio de la motivación deportiva desde la perspectiva de la teoría de metas. En J. Dosil (Ed.), *Psicología y rendimiento deportivo* (pp. 57-70). Ourense: Gersam.
- Garcés, E. J., Olmedilla, A. y Jara, P. (2006). *Psicología y Deporte*. Murcia: Diego Marín Editor.
- García, D. M. y Ares, F. (2007). Estudio biomecánico y patomecánico en la práctica del Pádel. *Revista Española de podología*, 18, 4, 176-183.
- Gimeno, F. (1999). *Variables Psicológicas implicadas en el Rendimiento Deportivo: Elaboración de un Cuestionario*. Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Tesis Doctoral no publicada, Universidad Nacional a Distancia, España.
- Gimeno, F., Buceta, J. M. y Pérez-Llantada, M. C. (1999). El cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (C.P.R.D.): Características psicométricas. En A. López de la Llave, M. C. Pérez-Llantada y J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones breves en Psicología del Deporte* (pp. 65-76). Madrid: Dykinson.
- Gimeno, F., Buceta, J. M. y Pérez-Llantada, M. (2001). El cuestionario “Características psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (C.P.R.D.): Características psicométricas. *Análise Psicológica*, 1(XIX), 93-133.
- Gimeno, F., Buceta, J. M. y Pérez-Llantada, M. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: Evaluación mediante el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo. *Psicothema*, 19, 4, 667-672.
- Gimeno, F. y Guedea, J. A. (2001). Evaluación e intervención psicológica en la “promoción” de talentos deportivos en judo. *Revista de psicología*

- del deporte* 10, 1, 103-127.
- González-Carvajal, C. (2003). *Pádel*. Madrid: Tutor.
- González-Carvajal, C. (2006). *Escuela de Pádel...Pádel del aprendizaje a la competición*. Madrid: Tutor.
- Hill, K. L. (2001). *Frameworks for sport psychologist: enhancing sport performance*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Lam, E. T. y Zhang, J. J. (2002). The development and validation of a racquetball skills test battery for young adult beginners. *Measurement in Pshysical Education and Exercise Science*, 6(2), 95-126.
- Lidor, R. y Singer, R. N. (1994). Motor Skill acquisition distractors, and the encoding specificity hypothesis. *Perceptual and Motor Skills*, 79, (Spec Issue), 1579-1584.
- Locke, E. A. y Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Locke, E. A. y Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. *American Psychologist*, 57, 705-717.
- Mahoney, M. L. (1989). Psychological predictors of elite and non-elite performance in olympic weightlifting. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 1-12.
- Martens, R. (1987). *Coaches guide to sport psychology*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Moncaut, A. P. (2003). *Fundamentos Técnicos del Pádel 143 ejercicios para la enseñanza y la mejora*. Madrid: Gymnos.
- Muñoz, M. A. (2007). Pádel adaptado. *Sobre ruedas*, 65, 19.
- Murphy, S. M. (1994). Imagery interventions in sport. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 26, 486-494.
- Nideffer, R. M. (1976). Test of Attentional and Interpersonal Style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 397- 404.
- Nideffer, R. M. (1991). Entrenamiento para el control de la atención y la concentración. En J. M. Williams (Ed.), *Psicología aplicada al deporte* (pp. 374-396). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Nideffer, R. M. y Sagal, M. S. (2001). *Assesment in sport psychology*. Morgantwon, WV: FIT.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory*. Nueva York: Mc Graw-Hill.
- Orlick, T. y Partington, J. (1988). Mental lynks to excellence. *The Sport Psychologist*, 2, 105-130.
- Ramos, M. A. (1999). Relación entre variables psicológicas (Motivación y Cohesión de Equipo), evaluadas por el CPRD y variables deportivas (adherencia, rendimiento y lesiones). En A. López de la Llave, M. C. Pérez-Llantada y J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones breves en Psicología del Deporte* (pp. 77-81). Madrid: Dykinson.
- Romero, S., Carrasco, L., De Hoyo, M., De Borja, F., Corral, J.A., Chacón, F. y Lasaga, M. J. (2008). Determinación del perfil de los seleccionadores de pádel de alta competición. *Tándem: Didáctica de la educación física*, 28, 85-95.
- Ruiz, R. (2004). *Análisis de las características psicológicas, deportivas y sociales en el*

- deporte del judo a nivel competitivo: Una propuesta teórica y metodológica para la predicción del rendimiento.* Tesis doctoral no publicada, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.
- Ruiz, R. (2005). Análisis de diferencias de personalidad en el deporte del judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría de edad deportiva. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5, 1-2, 29-48.
- Ruiz, R. (2008). Perfil de personalidad femenino en el deporte del Pádel de Alto Rendimiento. En L. Ariza L. y Guillén, M. (Coords.), *Actas del IV Congreso Internacional y XXV Nacional de Educación Física* (pp. 1-11). Córdoba: Universidad de Córdoba.
- Ruiz, R. y Lorenzo, O. (2008). Características psicológicas en los jugadores de pádel de alto rendimiento. En *Actas del XI Congreso Nacional de Psicología del Deporte y III Congreso Iberoamericano de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 479-488). Sevilla: Universidad Pablo de Olavide.
- Ruiz, R., Lorenzo, O., Perdiguero, F. J. y Díaz, M. J. (2006). *Características de personalidad y psicológicas en los jugadores de Pádel de Alto Rendimiento.* Convocatoria de Ayudas a Universidades y a entidades públicas para proyectos de apoyo científico y tecnológico al deporte y otras acciones de promoción y difusión de la investigación deportiva 2006. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Vanden Auweele, I., Cuyper, B., Van Mele, V., y Rzewnicki, R. (1993). Elite performance and personality: from description and prediction to diagnosis and intervention. En R. N. Singer, M. Murphey y L. K. Tennat (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology* (pp. 257-289). New York: McMillan.
- Weinberg, D. S. y Gould, D. (2007). *Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico.* Barcelona: Ariel.
- Yukelson, D. P. (2001). Communicating effectively. En J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: personal growth to peak performance* (4ª ed., pp. 135-144). Mountain View, CA: Mayfield.

Manuscrito recibido: 29/4/2008

Manuscrito aceptado: 18/11/2008

