

Valoración de la motivación, concentración, visualización y el énfasis de equipo de futbolistas semiprofesionales

**Académico de Tiempo Completo de la Facultad de Educación Física, Profesor Núcleo del Posgrado en Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Líder del Cuerpo Académico UV-CA-292 de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana

**Estudiante de la Maestría en Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Colaborador del Cuerpo Académico UV-CA-292 de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana

Julio Alejandro Gómez Figueroa*
julgomez@uv.mx

Daisy Jocelyn Hernández López**
deys_joce@hotmail.com
(México)

Resumen

El siguiente estudio se realizó con los jugadores del equipo de fútbol asociación "Halcones" de la Ciudad de Veracruz, participantes en el torneo de 3ª división semiprofesional, los cuales entrenan en la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana, se tomó como muestra a 20 participantes de entre 15 y 20 años de edad. El instrumento que se aplicó fue el Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte Forma R-5 (PSIS R-5) 1987 de Michael J. Mahoney, adaptación al español por Jeanette López Walle (2002); donde se evaluó y se analizó: la concentración, visualización, motivación y énfasis del equipo. Dentro de los resultados obtenidos se tiene que los futbolistas mantienen niveles de confianza medios (20 ± 4.09), existiendo algunos con valores bajos (12 puntos) y ninguno con valores altos, la visualización es otra de las dimensiones que tiene niveles medios (22.4 ± 4.02), en relación a la participación en torneos internacionales tenemos que, solo el 35% ha tenido esta experiencia y a nivel nacional el 90% lo ha realizado, en cuanto a lesiones deportivas, el 80% ha sufrido durante su práctica deportiva. Se puede concluir que los jugadores necesitan concentrarse para tener un mejor rendimiento en la competencia, por tal razón es necesario implementar técnicas de preparación psicológica para mejorar esta habilidad psicológica en el deporte.

Palabras clave: Habilidades psicológicas. Fútbol. Evaluación.

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 19, N° 195, Agosto de 2014. <http://www.efdeportes.com>

1 / 1

Introducción

Para Gómez y Cols. (2014), el hablar de las habilidades psicológicas en el ámbito de la educación física y el entrenamiento deportivo es de suma importancia, ya que diversos autores han aportado a esta área del conocimiento un sinnúmero de hallazgos que son base de otros estudios. González y Cols. (2012) determinan que la influencia de la clase de educación física se puede observar tanto en sentido positivo como en negativo, sobre la percepción del desarrollo, mejora física, psicológica y social en los alumnos de nivel básico.

Olmedilla y Cols. (2010) declaran que el entrenamiento psicológico es una forma más del entrenamiento deportivo que, poco a poco, se ha insertado en el método de trabajo de muchos deportistas y equipos deportivos. Es conocido que la permanencia en actividades físicas y deportivas en edad juvenil, aseguran el bienestar y la conservación de la salud, tal y como lo afirma Arruza y Cols. (2008).

Así como, Leo y Cols. (2011) declaran que el clima motivacional creado por el entrenador implica positivamente con el compromiso de los deportistas sobre los factores que fomentan la intención de persistencia en el deporte.

Según Buceta (1998), cada deporte y cada deportista o grupo de deportistas, tiene unas circunstancias deportivas particulares que deben ser consideradas para poder comprender cuáles son las necesidades psicológicas existentes. Sousa y Cols. (2006) mencionan que las manifestaciones de las habilidades psicológicas en los deportistas van a depender del entrenador y la familia de los atletas. Pues dicha influencia del entrenador en el funcionamiento psicológico de sus deportistas puede ejercerse a través de distintas vías, como por ejemplo, la toma de decisiones que afecten a los deportistas, los mensajes que transmite en las charlas, sus expresiones, gestos, tonos de voz, el tipo de ejercicios que emplea en los entrenamientos, los objetivos de rendimiento que plantea, el "clima" psicológico que establece.

Esto significa que el trabajo psicológico no se puede generalizar, es decir, no hay recetas comunes para todos los deportes, cuyo objetivo de cualquier deporte de competición es obtener un resultado deportivo concreto, lo cual exige que la preparación del deportista se encamine a que consiga un rendimiento óptimo en el momento adecuado y la psicología puede contribuir a ello (Gómez, Sánchez, 2014).

Cantón y Cols. (2012) afirman que los deportistas ante una competición de éxito, influye más en la experimentación de emociones agradables que en la de emociones desagradables.

Metodología

Los autores clasifican los tipos de investigación en tres: estudios exploratorios, descriptivos y explicativos (por ejemplo, Sellitz, Jahoda, Deutsch y Cook, 1965; y Babbie, 1979). Sin embargo, Dankhe (1986), los divide en: explorativos, descriptivos, correlacionales y explicativos. Esta clasificación es muy importante, debido a que según el tipo de estudio de que se trate varía la estrategia de investigación. El diseño, los datos que se recolectan, la manera de obtenerlos, el muestreo y otros componentes del proceso de investigación son distintos en estudios exploratorios, descriptivos, correlacionales y explicativos. En la práctica, cualquier estudio puede incluir elementos de más de una de estas cuatro clases de investigación.

De acuerdo a lo anterior el tipo de estudio que se realizó es descriptivo y correlacional.

Participantes

Los participantes de la muestra fueron 20 jugadores del equipo de fútbol soccer "Halcones" con un rango de edad de 5 años ± 1.5 , donde el mínimo es de 15 años y el máximo es de 20 años. Con un rango de 14.5 años de práctica en el fútbol ± 3.91 , donde el mínimo es de 6 meses y el máximo es de 15 años. En cuanto a la iniciación a la práctica de fútbol asociación existe un rango de 12.5 años ± 3.86 , donde el mínimo es de 3 años y el máximo es de 15.5 años.

Instrumento

El instrumento que fue utilizado para aplicar fue el Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte Forma R-5 (PSIS R-5) 1987 de Michael J. Mahoney Adaptación al Español por Jeanette López Walle (2002), que consta de 12 preguntas sociodemográficas y 45 ITEMS, el cual evalúa las habilidades psicológicas: concentración, control de ansiedad, confianza, visualización, motivación y énfasis de equipo.

Se les aplicó al finalizar una sesión de entrenamiento en la facultad de educación física de la Universidad Veracruzana, con el apoyo de su entrenador José Manuel Ramírez de Castro. Se les pidió a los jugadores que contestaran todos los ITEMS y que la información es totalmente confidencial.

Resultados

Posterior al levantamiento de los datos, se continúa con la interpretación de los mismos así como realizar el análisis estadístico descriptivo y correlacional, para comprobar los niveles de dependencia entre las variables del estudio, como son; años de edad, años de experiencia deportiva, y la edad en la que iniciaron jugar fútbol asociación con las habilidades psicológicas, así como si las variables de competiciones nacionales se correlacionan con los niveles de motivación y confianza, la variable de lesiones deportivas influyen en la confianza de los jugadores y el tiempo que dedican al entrenamiento es suficiente para el énfasis de equipo.

Tabla 1. Tabla descriptiva de la edad, edad de inicio y años de práctica

	Edad	Edad de inicio	Años de practica
Media	17.15	8.18	8.98
Error típico	0.33	0.86	0.87
Mediana	17	8	9.5
Moda	16	13	11
Desviación estándar	1.50	3.86	3.91
Coefficiente de Variación	0.09	0.47	0.44
Curtosis	-0.51	-1.21	-0.41
Coefficiente de asimetría	0.55	0.28	-0.55
Rango	5	12.5	14.5
Mínimo	15	3	0.5
Máximo	20	15.5	15
Cuenta	20	20	20
Nivel de confianza (95.0%)	0.70	1.81	1.83

En la tabla 1, se observan los estadísticos descriptivos, donde el rango de edad es de 5 años, siendo la mínima de 15 años y la máxima de 20 años, teniendo una media de 17.15 ± 1.50 . En cuanto a la edad de inicio se tiene un rango de 12.5, con un mínimo de 3 años y el máximo de 15.5 años, la edad media es de 8.18 ± 3.86 . Los años de práctica de fútbol tiene un rango de 14.5 años, donde el jugador con menos experiencia deportiva es de 6 meses y el más experimentado tiene 15 años jugando, la media de años de experiencia es de 8.98 ± 3.91 .

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de las Habilidades Psicológicas

	Concentración	Visualización	Motivación	Énfasis de Equipo
Media	20	22.4	23.45	32
Error típico	0.91	0.90	0.71	0.44
Mediana	20.5	23.5	23.5	32
Moda	24	24	24	32
Desviación estándar	4.09	4.02	3.17	1.95
Coefficiente de Variación	0.20	0.18	0.14	0.06
Curtosis	-0.39	0.26	0.24	0.20
Coefficiente de asimetría	-0.66	-0.59	0.22	-0.76
Rango	14	15	13	7
Mínimo	12	14	17	28
Máximo	26	29	30	35
Cuenta	20	20	20	20
Nivel de confianza (95.0%)	1.91	1.88	1.48	0.91

En la tabla 2, se muestra los estadísticos descriptivos de las Habilidades Psicológicas para el Deporte valoradas con la Forma R-5 (PSIS R-5), donde podemos observar que la confianza de los jugadores están en niveles medios (20 ± 4.09), existiendo algunos con valores bajos (12 puntos) y ninguno con valores altos, la visualización es otra de las dimensiones que tiene niveles medios (22.4 ± 4.02), existiendo algunos jóvenes con niveles bajos (14 puntos), la motivación del equipo es media (23.45 ± 3.17), y el énfasis de equipo califico con niveles altos (32 ± 1.95).

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de las variables de entrenamiento

	Días de Entreno	Horas de Entreno
Media	5.05	2.2
Error típico	0.05	0.12
Mediana	5	2
Moda	5	2
Desviación estándar	0.22	0.52
Coefficiente de Variación	0.04	0.24
Curtosis	20	7.40
Coefficiente de asimetría	4.47	2.74
Rango	1	2
Mínimo	5	2
Máximo	6	4
Cuenta	20	20

En la tabla 3 podemos observar cómo se comportan las variables de entrenamiento, como es los días que estos jugadores le dedican a la semana para su desarrollo físico, técnico y táctico, teniendo un promedio de 5 ± 0.22 días, así como las horas que dura sus sesiones de trabajo, teniendo un promedio de 2.2 ± 0.52 horas.

En relación a la participación en torneos internacionales tenemos que, solo el 35% ha tenido esta experiencia y a nivel nacional el 90% lo ha realizado, en cuanto a lesiones deportivas, el 80% ha sufrido durante su práctica deportiva.

Tabla 4. Frecuencia y porcentaje de las variables competitivas y lesivas

	Frecuencia			
	Si	%	No	%
Lesión Deportiva	16	80	4	20
Comp. Internacional	7	35	13	65
Comp. Nacional	18	90	2	10

Tabla 5. Análisis correlacional entre los años de edad, años de inicio y años de práctica con las habilidades psicológicas

	Concentración	Confianza	Motivación	Énfasis de Equipo
Edad	-0.137	0.249	0.450	0.216
Edad de inicio	-0.076	-0.129	0.124	-0.377
Años de practica	0.023	0.223	0.049	0.456

En la tabla 5 se observan las dependencias entre las variables, donde se confirma que; la edad de los jugadores mantiene niveles de dependencia con la confianza, la motivación y el énfasis de equipo y mantiene independencia con la concentración. En relación a la edad de inicio, solo mantiene dependencia con la motivación y se comporta como variable independiente con la concentración, confianza y el énfasis de equipo. Por último los años de práctica deportiva, se comporta como variable dependiente con las cuatro habilidades psicológicas.

Tabla 6. Análisis correlacional entre el nivel de participación competitiva y la motivación y confianza

	Motivación	Confianza
Comp. Internacional	0.208	-0.006
Comp. Nacional	0.113	0.252

En relación a la tabla 6, se pueden observar el nivel de dependencia entre las variables de participación en competencias internacionales con la motivación y existe independencia entre esa variable con la confianza. Mientras que la variable de competiciones nacionales se comporta como dependiente con ambas habilidades psicológicas; motivación $r = 0.113$ y con la confianza $r = 0.252$.

Tabla 7. Análisis correlacional entre la variable de lesión deportiva y la confianza

	Lesión Deportiva	Confianza
Lesión Deportiva	1	
Confianza	-0.466	1

En la tabla 7 se comprueba que existe independencia entre la variable de lesión deportiva y la habilidad psicológica de confianza, pues la $r = -0.466$, es decir no es necesario lesionarse para perder la confianza.

Discusión

Las habilidades psicológicas influyen mucho en el rendimiento y desempeño de los jugadores en una competencia, por ello se requiere seguir las recomendaciones realizadas por Leo y Cols. (2011), que declaran; el clima motivacional creado por el entrenador implica positivamente con el compromiso de los deportistas sobre los factores que fomentan la intención de persistencia en el deporte, esta afirmación queda aceptada tras observar que los participantes en el estudio realizan entrenamientos de 5 a 6 días a la semana, con duración de más de dos horas promedio.

Otro planteamiento al cual se puede legar es lo mencionado por Buceta (1998), mencionando que cada deporte y cada deportista o grupo de deportistas, tiene unas circunstancias deportivas particulares que deben ser consideradas para poder comprender cuáles son las necesidades psicológicas existentes, tal y como lo demuestran los resultados del estudio, al encontrar diferencias en las correlaciones realizadas entre las variables de estudio.

Por último, se hace latente la puesta en común de lo mencionado por Gómez y Sánchez (2014), el trabajo psicológico no se puede generalizar, es decir, no hay recetas comunes para todos los deportes, cuyo objetivo de cualquier deporte de competición es obtener un resultado deportivo concreto, lo cual exige que la preparación del deportista se encamine a que consiga un rendimiento óptimo en el momento adecuado y la psicología puede contribuir a ello, puesto que los resultados evidencian la clara necesidad de insertar en el grupo de trabajo al profesional de la psicología del deporte, pues las valoraciones de las habilidades psicológicas son en niveles medios y bajos.

Conclusiones

La psicología deportiva es muy importante para el deporte, en este caso un entrenador de fútbol asociación debe ser apoyado por él, además de la participación del nutricionista, el médico y el preparador físico, conformando en su conjunto un grupo multidisciplinario, el cual impacte en el rendimiento de los jugadores, tanto de forma individual como colectiva.

Bibliografía

- Arruza J. y Cols. (2008). Repercusiones de la duración de la Actividad físico-Deportiva sobre el Bienestar psicológico. Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte - vol. 8
- Buceta J. (1998). Cuestiones actuales en la aplicación de la psicología al deporte de competición.
- Cantón E., Checa I. (2012). Los Estados Emocionales y su Relación con las Atribuciones y las Expectativas de Autoeficacia en el Deporte. Revista de Psicología del Deporte 2012. Vol. 21, núm. 1, pp. 171-176
- Gómez J., y Carrera C. (2013). Análisis de Violencia y Habilidades Psicológicas en Jugadores de la Modalidad de Fut-7. Tesis de Licenciatura para Obtener el Título de Licenciado en Educación Física Deporte y Recreación en la Universidad Veracruzana
- Gómez J., y Cols. (2014). Análisis Situacional de las Habilidades Mentales en Jugadores de Tercera División. Memoria en Extenso del Encuentro Internacional de Organismos Expertos en Cultura Física, ISBN: 978-607-00-

- Gómez J., Hernández E. (2014). Análisis correlacional entre las habilidades psicológicas de halteristas con su edad, años de experiencia y años de inicio en la práctica deportiva. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 19 - Nº 192 - Mayo de 2014. <http://www.efdeportes.com/efd192/las-habilidades-psicologicas-de-halteristas.htm>
- Gonzales M. y Santoya A. (2009). La preparación psicológica en el deporte. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 14 - Nº 133. <http://www.efdeportes.com/efd133/la-preparacion-psicologica-en-el-deporte.htm>
- González J., y cols. (2012). Indicadores de Bienestar Psicológico Percibido en Alumnos de Educación Física. Revista de Psicología del Deporte 2012. Vol. 21, núm. 1, pp. 183-187
- Leo F., y cols. (2010). Análisis de la Incidencia del Clima Motivacional y la Cohesión de Equipo sobre el grado de Compromiso de Jóvenes Futbolistas. CCD 16 I año 7 I volumen 6 I Murcia 2011 I pág. 5 a 13 I ISSN: 1696-5043
- Leo F., y cols. (2011). Análisis del Clima motivacional como antecedente de la Eficacia Colectiva en Futbolistas Profesionales. Revista de Psicología del Deporte 2011. Vol. 21, núm. 1, pp. 159-162
- Olmedilla A., y cols. (2010). Programa de intervención psicológica en futbolistas: evaluación de habilidades psicológicas mediante el CPRD. Revista de Psicología del Deporte 2010. Vol. 19, núm. 2, pp. 249-262
- Sousa C. y Cols. (2006). Evaluación conductual y programa de asesoramiento personalizado a entrenadores (PAPE) de deportistas jóvenes. Revista de la psicología del deporte.