

LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN CASTILLA Y LEÓN

SARA MÁRQUEZ
Universidad de León

Resumen

Se realiza un recorrido por la situación de la Psicología del Deporte en Castilla y León, desde su nacimiento a finales de los ochenta con la creación del Instituto Nacional de Educación Física de Castilla y León y la constitución de la Asociación Castellano Leonesa de Psicología del Deporte, hasta su situación actual. Asimismo, se destacan los aspectos más importantes en sus diferentes ámbitos de actuación, con especial hincapié en las áreas de formación e investigación.

Palabras claves: Psicología del Deporte, Castilla y León, asociacionismo, formación, investigación.

Abstract

An historical survey on the situation of the Sport Psychology in *Castilla y León*, from its origin at the end of the eighties with the creation of the National Institute of Physical Education of *Castilla y León* and the constitution of the *Asociación Castellano Leonesa de Psicología del Deporte*, to its present situation. The more relevant aspects in its different fields of interest are detailed, with special emphasis in the formation and research areas.

Key words: Sport Psychology, Castilla y León, associationism, education, research

LOS ORÍGENES

En España, como en buena parte de otros países, la Psicología del Deporte tiene una corta historia cuyas primeras aportaciones fueron realizadas en los años sesenta por profesionales de áreas próximas como Cagigal, Ferrer-Hombravella y Roig Ibañez. La situación no mejora notablemente hasta principios de los años ochenta gracias a dos hechos de especial relevancia: su reconocimiento como materia docente en los Institutos Nacionales de Educación Física y el desarrollo de la Asociaciones en Psicología del Deporte (Cruz, 1995, 1999). Ambos tuvieron también una importancia fundamental para favorecer la aparición y el asentamiento de nuestra disciplina en Castilla y León.

El germen fue la creación, al amparo del Real Decreto 2729/1986, del Instituto Nacional de Educación Física de León, adscrito provisionalmente a la Universidad de León por Orden de 27 de julio de 1987. En él se cursarían los estudios conducentes a la obtención del título de Licenciado en Educación Física desde el curso académico 1987-88 y en el plan de estudios se incluían disciplinas tales como Desarrollo Motor (segundo curso), Aprendizaje Motor (tercer curso) o Psicología del Deporte (quinto curso), cuya impartición fue encargada a dos licenciadas en Psicología, una de ellas la autora del presente artículo.

El segundo hito es la creación de la Asociación Castellano Leonesa de Psicología del Deporte (ACLPDE) y su incorporación a la Federación Española de Psicología del Deporte (FEPD). La

iniciativa surge de la asistencia de quien escribe estas páginas al III Congreso Nacional de Psicología del Deporte, celebrado en Pamplona en 1989. En dicho evento surgió la oportunidad de contactar con distintas personas que ya trabajaban en esta temática y que nos animaron a dar el paso, entre las que destacan Joan Riera y Jaume Cruz. El resultado fue la constitución de la ACLPDE en junio de 1990, con cuatro miembros fundadores, dos psicólogos y dos licenciados en Educación Física, profesores del Instituto Nacional de Educación Física de Castilla y León. Entre sus fines primordiales se encuentran el agrupar a todos los que, en la Comunidad de Castilla y León, cultivan la Psicología del Deporte con miras a la investigación y aplicación de la misma y el fomentar, apoyar y promover dentro de su demarcación territorial, la investigación científica de la Psicología del Deporte y su aplicación práctica e interpretación en la Educación Física y el Deporte mediante todos aquellos actos, reuniones, publicaciones e incentivos que se consideren adecuados a tal fin. Actualmente ACLPDE tiene su sede en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de León.

Otros acontecimientos importantes que nos gustaría destacar y que contribuyeron de forma relevante al desarrollo y al asentamiento de la disciplina en nuestra Comunidad fueron los siguientes:

- La creación en 1989 de la ya desaparecida revista *Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte*, publicada por el INEF de León, en la cuál colaboraron habitualmente desde sus comienzos los miembros de ACLPDE mediante revisiones y aportaciones de investigación originales en los distintos ámbitos de la Psicología del Deporte.

- La organización en Diciembre de 1992, con el apoyo de la Junta de Castilla y León, de unas Jornadas Nacionales de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, en las que participaron como conferenciantes los especialistas más relevantes del país (Jaume Cruz, José María Buceta, Joan Palmi, Antonio Oña, Guillermo Pérez Recio, Enrique Cantón, Miguel Ruiz Pérez o Jesús García Barrero) junto con el cubano Francisco García Ucha, y que supusieron, con más de 400 asistentes, una extraordinaria oportunidad para dar a conocer y despertar el interés por la Psicología del Deporte en Castilla y León.

- La impartición a partir del año 1993 de los cursos de doctorado «Asesoramiento e intervención psicológica: importancia del entrenamiento mental para la mejora de la ejecución deportiva» y «Ejercicio, forma física y personalidad: aplicaciones y tendencias futuras» en el Programa de Doctorado *Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, de la Universidad de León.

Aunque existe un psicólogo prestando sus servicios en el Centro de Medicina Deportiva de Valladolid, es en los ámbitos formativo y de investigación en donde, desde sus comienzos, la Psicología del Deporte ha tenido una mayor incidencia en nuestra Comunidad, y a ellos dedicaremos los siguientes epígrafes.

FORMACIÓN

En lo que se refiere a la docencia universitaria, miembros de ACLPDE imparten clases en las Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y en la Facultad de Educación (titulación de Maestro especialista en Educación Física) de la Universidad de León, en la Escuela de Magisterio de la Universidad de Salamanca en su campus de Zamora, y en el Programa de Doctorado «Ciencias de la Actividad Física y el Deporte» de la Universidad de León.

En el ámbito de los estudios de licenciatura es especialmente importante la docencia realizada en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte -anteriormente INEF- de León. En el plan de estudios actualmente en vigor, que data de 1997, se imparten cuatro asignaturas: *Introducción a la Psicología del Deporte* (primer curso), *Aprendizaje y Desarrollo Motor* (segundo curso), *Psicología del Rendimiento Deportivo* (quinto curso) y *Procesos psicológicos básicos aplicados al Rendimiento Deportivo* (quinto curso). En los tres primeros casos se trata de asignaturas troncales, siendo la última de carácter optativo. Todas presentan

contenidos claramente relacionados con nuestra disciplina y que garantizan una capacidad formativa importante para aquellos profesionales interesados por la Psicología del Deporte.

Por lo que se refiere al Tercer Ciclo, como se indicó anteriormente, existe una implicación muy activa en el desarrollo del Programa de Doctorado *Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, de la Universidad de León. Se trata de uno de los Programas pioneros en este ámbito, impartido desde hace ya más de una década y cuya calidad viene avalada por haber sido financiado desde el año 2000 por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte dentro del Programa de Movilidad del Profesorado Universitario y de los Alumnos de Tercer Ciclo, lo que ha permitido la participación en el mismo de docentes procedentes de diversas universidades españolas y extranjeras. En dicho programa se imparte desde hace algunos años el curso titulado *La Psicología del Deporte como Psicología Aplicada: hallazgos empíricos y perspectivas de futuro*, y fruto de dicha actividad ha sido la defensa hasta el momento de seis tesis doctorales y el que se encuentren actualmente registradas y en realización al menos otra decena, cubriendo aspectos tales como beneficios psicológicos de la actividad física, desarrollo motor, motivación y abandono en el deporte de competición, entrenamiento psicológico, desarrollo y adaptación de instrumentos de evaluación psicológica y otros. La actividad docente en doctorado no se ha restringido al ámbito de nuestro país, sino que desde el año 1996 se participa en un Programa de Doctorado en colaboración con la Universidad Luterana de Brasil, con sede en Porto Alegre, y a partir del curso 2003-2004 va a existir una activa implicación en un Programa de Doctorado coordinado entre la Universidad de León y el grupo ISLA y que se desarrollará en la sede de éste último en Braganza (Portugal).

En lo que se refiere a los estudios de postgrado, miembros de ACLPDE han colaborado en las distintas ediciones de los cursos de «Especialista y Master en Motricidad Humana y Rendimiento Deportivo» y del «Master en Epidemiología y Salud Pública» organizados por la Universidad de León, en este último caso como responsables de un módulo sobre Actividad Física y Salud.

En el ámbito de la colaboración con Iberoamérica es importante destacar que uno de los miembros de ACLPDE forma parte desde el año 2003 de la Red Temática de Docencia de la Agencia Española de Cooperación Internacional «Actualización en Ciencias del Deporte», coordinada por la Universidad de Granada y en la que participan, además, las Universidades de León, Católica San Antonio de Murcia, Sergipe (Brasil), Católica de Córdoba (Argentina) y Costa Rica. Miembros de la Asociación han participado, igualmente, en el Master de Educación Física que, fruto de la colaboración entre la Universidad de Salamanca y la Fundación Archipiélago, se impartió durante el bienio 2000/2002 en las ciudades de Córdoba y Tucumán (Argentina) o han actuado como asesores académicos en la Escuela de Cultura Física de la Universidad Autónoma de Puebla y colaborado en la formación de técnicos en la municipalidad de Cochabamba (Bolivia).

Paralelamente y con el objeto de fomentar y promocionar la Psicología del Deporte en nuestra Comunidad y garantizar una adecuada formación profesional en nuestro ámbito de actuación, los miembros de ACLPDE participan de forma habitual en la impartición de módulos sobre Psicología del Deporte en cursos de entrenadores y monitores deportivos y, asimismo, se han organizado distintas jornadas y cursos sobre Psicología del Deporte con el apoyo de instituciones tales como la Junta de Castilla y León o la Universidad de León. Nos gustaría destacar especialmente la segunda edición de la Jornadas Nacionales de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, realizadas en noviembre de 2001 y de nuevo con un importante número de personas inscritas.

INVESTIGACIÓN

La investigación constituye con toda seguridad el área en la que la actividad de los miembros de ACLPDE resulta más destacada. Quizá en nuestro caso pueda atribuirse, al igual que en la región murciana (Garcés de los Fayos y cols, 2001), al hecho de que la mayor parte de sus miembros desarrollan su labor en el ámbito universitario.

Un ejemplo claro es la activa participación llevada a cabo en los congresos nacionales de Psicología del Deporte. Si se analiza la autoría de los investigadores procedentes de Castilla y León en lo que se refiere a los trabajos presentados, se observa que el nivel de producción en función del número de miembros es uno de los más elevados del país (Guillén García, 2001), encontrándose también un miembro de ACLPDE entre los autores más productivos. Se han presentado igualmente trabajos en numerosos congresos nacionales o internacionales, destacando entre estos últimos el Congreso Iberoamericano de Psicología (1992), el Congreso Científico Olímpico (1992), el Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (1993), el 23rd International Congress of Applied Psychology (1994), el VIII Congreso Europeo de Medicina del Deporte (1995), el I Congreso Hispano-Luso de Medicina del Deporte (1997), el Fifth IOC World Congress on Sport Sciences (1999) o el II Congress of the European Federation of Sports Medicine (2001).

En el mes de abril de 2003 ACLPDE asumió la organización del IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte que se celebró en León. El número de participantes en dicho Congreso fue de 178 personas, cifra que superó ampliamente la del anterior congreso, celebrado en Pontevedra, y que confirma el asentamiento de nuestra especialidad. De ellos, el 10% procedían de la Comunidad Autónoma de Castilla y León, un 76% del resto de España y un 14% del extranjero. Siguiendo el espíritu del Congreso de estrechar los lazos entre los psicólogos del deporte de ambos lados del Atlántico y el lema del mismo («Perspectiva Latina»), las tres conferencias magistrales del evento fueron impartidas por reconocidos especialistas procedentes de USA, Costa Rica y Brasil. Consideramos que el hecho de que, del total de setenta y seis comunicaciones y posters aceptados por el Comité Científico para su presentación, doce lo fueran de autores iberoamericanos confirma el éxito de la iniciativa.

En lo que se refiere a la publicación de artículos científicos se ha llevado a cabo de forma regular en revistas de reconocido prestigio tanto en el ámbito nacional como internacional. Por lo que se refiere a las primeras, investigadores de nuestra Comunidad han venido publicando regularmente en *Apuntes: Educación Física y Deportes*, *Motricidad/European Journal of Human Movement*, *Revista de Educación Física y Deportes*, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, *Archivos de Medicina del Deporte* o *Revista de Psicología del Deporte*, formando parte dos miembros de ACLPDE del Comité Editorial de esta última. Nos gustaría destacar, asimismo, la colaboración en el anterior monográfico que sobre Psicología del Deporte se publicó hace casi una década en la *Revista de Psicología General y Aplicada* (Márquez, 1995). En cuanto a las revistas de ámbito internacional se han publicado artículos en *Scape*, *Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, *Lecturas/Revista Digital*, *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* (tres artículos) o *Perceptual and Motor Skills* (cuatro artículos). En relación con las revistas científicas un hecho, a nuestro entender destacable, es la firma por parte de directores y editores de diversas revistas científicas de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de una declaración durante el IX Congreso Nacional de Psicología del Deporte celebrado en León («Declaración de León») en la que se establece una alianza de intereses para alcanzar un máximo nivel de calidad y difusión de las mismas.

Por último, es interesante comentar la colaboración de los miembros de ACLPDE en más de una treintena de libros y monografías relacionados con el ámbito de las Ciencias del Deporte y el hecho de que, en breve plazo, la editorial Paidotribo publicará el texto *Educación Física: Un Modelo de Actividades no Reglamentadas*, del cuál son editores dos miembros de la Asociación.

Un hito en nuestra breve historia es la creación del laboratorio de Psicología del Rendimiento, dependiente de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de León. En él se desarrollan, desde hace ya algunos años, una parte importante de las investigaciones que sobre Psicología del Deporte se llevan a cabo en Castilla y León. Las líneas de investigación existentes se centran, fundamentalmente, en los siguientes temas: ansiedad competitiva, motivos de la práctica y del abandono deportivo, desarrollo y aprendizaje motor o actividad física y salud. Entre los resultados de mayor interés obtenidos se encuentran los referentes a

la ansiedad competitiva: se ha realizado una adaptación y validación de un test de antecedentes, manifestaciones y estrategias de enfrentamiento de la ansiedad en la competición (Márquez, 1992), que ha sido utilizado para poner de manifiesto diferencias medidas por factores tales como género y edad (Márquez y Taberero, 1993) o tipo de deporte (Márquez, 1994). También se han estudiado la interrelación y los cambios temporales de la ansiedad competitiva mediante el CSAI-2 de Martens (Taberero y Márquez, 1994; Rodríguez y Márquez, 1996) o analizado diversos aspectos de la ansiedad en jugadoras de la liga española de baloncesto (Guillén, Sánchez Luján y Márquez, 2003). En otra serie de estudios se han abordado los motivos para la participación deportiva en fútbol y tenis (González, Taberero y Márquez, 2000), lucha leonesa (López y Márquez, 2001) o natación (Salguero González Boto, Tuero y cols, 2003a), estudiando también en esta última las causas de abandono (Salguero y cols, 2003c) o el papel de la habilidad física percibida (Salguero y cols, 2003b). Se han realizado investigaciones acerca del desarrollo motor de la población escolar leonesa y su relación con los niveles de actividad física (Rosa, Rodríguez y Márquez, 1996) o acerca del efecto de la información sobre el resultado y la información sobre la ejecución en el aprendizaje de diversas especialidades deportivas (Zubiaur, Oña y Delgado, 1998, 1999). Finalmente, en lo que se refiere a actividad física y salud, se han estudiado los cambios emocionales inducidos por programas de gimnasia de mantenimiento (Taberero y Márquez, 1996) o se han llevado a cabo la adaptación española y validación del Test de Actividad Física de Tiempo Libre (LTPA) (Tuero, De Paz y Márquez, 2001) o del Cuestionario de Actividad Física de Yale para personas mayores (YPAS) (De Abajo, Larriba y Márquez, 2001).

Al margen de estas líneas de investigación los miembros de ACLPDE han llevado a cabo o continúan haciéndolo, investigaciones sobre distintos tópicos tales como aspectos psicológicos del arbitraje (Taberero y Márquez, 1999), efectos psicológicos de la actividad física en poblaciones especiales (Santana, Guillén y Márquez, 2002) o entrenamiento psicológico (De Bortoli, De Bortoli y Márquez, 2002). Toda esta actividad está siendo posible gracias a la financiación de fuentes tanto públicas, con proyectos subvencionados por instituciones como la Junta de Castilla y León o las universidades de León y Salamanca, como privada, caso de Mapfre, Laboratorios del Dr. Esteve o Química Farmacéutica Bayer.

Tanto la labor formativa desarrollada por los miembros de ACLPDE como su actividad investigadora se plasman en la página web de la Asociación (inef.unileon.es/dpto_inef/Rendim_dep/Psico_dep/sara/aclpde.htm). Dicha página web, actualizada de forma continuada, no solo está diseñada para dar a conocer nuestra Asociación, sino que en ella también se incluye información sobre eventos científicos y técnicos de interés, así como una serie de enlaces tanto con organizaciones de nuestro ámbito como con editoriales, revistas, portales o direcciones que de una forma u otra puedan ser útiles para todos aquellos interesados en el mundo de la Psicología del Deporte.

PERSPECTIVAS DE FUTURO

Desde su creación hasta la actualidad, ACLPDE ha crecido de forma moderada, teniendo en el momento presente doce miembros que desarrollan fundamentalmente su actividad en el ámbito académico. En cualquier caso se trata de un grupo de profesionales extraordinariamente activo y cohesionado que ha contribuido de forma importante desde sus comienzos a las actividades de la Federación Española de Psicología del Deporte - uno de sus miembros ha sido Tesorero y es actualmente Vicepresidente de FEPPD- así como al desarrollo de una labor investigadora de calidad en el ámbito de la Psicología del Deporte.

Es evidente que la disciplina tiene en nuestra Comunidad un nivel notable en lo que se refiere a enseñanza e investigación. En cuanto a su aplicación al mundo del deporte, su progreso ha sido claramente más modesto y se requieren actuaciones decididas para lograr avances importantes, no solo en áreas tales como la salud, el deporte recreativo y la iniciación deportiva, en

las cuales ya existe una cierta experiencia acumulada, sino especialmente en lo que se refiere a la alta competición, bien mediante el asesoramiento y la formación de deportistas y entrenadores, bien mediante la intervención directa en la evaluación y el entrenamiento psicológico de los deportistas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Caño, J. E. y Márquez, S. (1995). Field dependence-independence of male and female Spanish athletes. *Perceptual and Motor Skills*, *80*, 1155-1161.
- Cruz, J. (1995). Psicología del deporte en España: estado actual y perspectivas de futuro. *Revista de Psicología General y Aplicada*, *48*, 5-13.
- Cruz, J. (1999). Estado actual y perspectivas de futuro de la Psicología del deporte en España. En F. Guillén (Ed.). *La Psicología Del deporte en España al final del milenio*. Las Palmas de Gran Canaria: Universidad de las Palmas. pp 33-42.
- De Abajo, S., Larriba, R. y Márquez, S. (2001). Validity and reliability of the Yale Physical Activity Survey in Spanish elderly. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, *41*, 479-485.
- De Bortoli, R., De Bortoli, L. A. y Márquez, S. (2002). Estudio de las capacidades cognitivas en el fútbol sala. *Revista de Psicología del Deporte*, *11*, 53-68.
- Declaración de León de Directores y Editores de revistas científicas de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. (2003). *Revista de Psicología del Deporte*, *12*, 106.
- Garcés de los Fayos, E., Jara Vera, P. y Gómez Amor, J. (2001). Evolución histórica y perspectivas de futuro de la Psicología del Deporte en Murcia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *1*, 9-16.
- González, G., Tabernero, B. y Márquez, S. (2000). Análisis de los motivos para participar en fútbol y en tenis en la iniciación deportiva. *Motricidad/European Journal of Human Movement*, *6*, 47-66.
- Guillén García, F. (2001). La Psicología del Deporte en España a través del análisis de los congresos nacionales. En J. Dosil (Ed.), *Aproximación a la Psicología del Deporte*. Ourense: Gersam. pp 85-104.
- Guillén, F., Sánchez Luján, S. y Márquez S. (2003). La ansiedad en jugadoras de la liga española de baloncesto. *Archivos de Medicina del Deporte*, *20*, 111-117.
- López, C. y Márquez, S. (2001). Motivación en jóvenes practicantes de lucha leonesa. *Revista de Psicología del Deporte*, *10*, 9-22.
- Márquez, S. (1992). Adaptación española de los cuestionarios de antecedentes, manifestaciones y consecuencias de la ansiedad ante la competición deportiva. I. Estructura factorial. *Revista de Psicología del Deporte*, *2*, 25-38.
- Márquez, S. (1994). Diferencias en los componentes de la ansiedad competitiva entre practicantes de deportes individuales y colectivos. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, *VIII*, 11-14.
- Márquez, S. y Tabernero, B. (1993). Diferencias de sexo y edad en los componentes de la ansiedad competitiva. *Apuntes: Educación Física y Deportes*, *34*, 68-72.
- Márquez, S. (1995). Beneficios psicológicos de la actividad física. *Revista de Psicología General y Aplicada*, *48*, 185-206.
- Rodríguez, C. J. y Márquez, S. (1996). Evolución temporal de los niveles de ansiedad precompetitiva en pruebas de esquí alpino». *Archivos de Medicina del Deporte*, *XII*, 189-194.
- Rosa, J., Rodríguez, L. P. y Márquez, S. (1996). Relación entre actividad física y ejecución motora en población escolar. *Rehabilitación*, *30*, 194-200.
- Salguero, A., González Boto, R., Tuero, C. y Márquez, S. (2003a). Development of a Spanish version of the participation motivation inventory for young competitive swimmers. *Perceptual and Motor Skills*, *96*, 637-646.
- Salguero, A., González Boto, R., Tuero, C. y Márquez, S. (2003b). La habilidad física percibida en la natación de competición. *Motricidad/European Journal of Human Movement*, *10*, 53-69, 2003.

- Salguero, A., González Boto, R., Tuero, C. y Márquez, S. (2003c). Identification of dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* (en prensa).
- Santana, A., Guillén, F. y Márquez, S. (2002). Bienestar psicológico y actividad física en poblaciones ciegas y con deficiencias visuales. *Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 2, 14-22.
- Taberner, B. y Márquez, S. (1994). Interrelación y cambios temporales en los componentes de la ansiedad-estado competitiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 53-67.
- Taberner, B. y Márquez, S. (1996). Efectos de un programa de gimnasia de mantenimiento sobre el Perfil de Estados Emocionales. *Apuntes: Educación Física y Deportes*, 46, 19-25.
- Taberner, B. y Márquez, S. (1999). Field dependence-independence of basketball referees. *Perceptual and Motor Skills*, 88, 929-934.
- Tuero, C., de Paz, J. A. y Márquez, S. (2001). Relationship of Leisure Time Physical Activity to physical fitness indicators in Spanish adults. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 41, 62-67.
- Zubiaur, M., Oña, A. y Delgado, J. (1998). La utilización del feedback en disminución progresiva en el aprendizaje del tiempo de reacción. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, 57-67.
- Zubiaur, M., Oña, A. y Delgado, J. (1999). Learning volleyball serves: a preliminary study of the effects of knowledge of performance and results. *Perceptual and Motor Skills*, 89, 223-232.