

LA PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE MADRID

PABLO JODRÁ
Psicólogo del Deporte

Resumen

La Psicología de la Actividad Física y el Deporte en la Comunidad Autónoma de Madrid presenta un desarrollo evolutivo en consonancia con el resto de las autonomías del territorio nacional. Ha formado parte del preámbulo de la especialidad, y participa de los capítulos más actuales que están confeccionando a nivel internacional. No obstante, la asignatura pendiente está en su consolidación dentro del entramado social que manifieste la necesidad de la figura del psicólogo del deporte, con la adecuada preparación y bajo el respaldo de un colectivo profesional.

Palabras claves: psicología del deporte, Madrid, internacional, desarrollo.

Abstract

Physical Activity and Sport Psychology in the Autonomous Community of Madrid has shown a development similar to the rest of Spain.

It has formed part of the preamble of the discipline, and actively participates current evolution of the chapters being written on an international level.

However, the most important issue is Physical Activity and Sport Psychology's consolidation within the social context, where the necessity of sport psychologists manifests itself, with adequate preparation and with professional support.

Key words: sport psychology, Madrid, international, development.

INTRODUCCIÓN

Si en una vida de tango "veinte años no es nada", en una especialidad como la Psicología del Deporte, que pretende su reconocimiento social y profesional, treinta años supone el período de creación y discusión científica fundamentado en la investigación, los modelos de intervención y los contenidos teóricos.

A nivel general, el desarrollo de la Psicología del Deporte viene marcado por un intento paulatino por delimitar, conceptual y metodológicamente, su ámbito de actuación; desde los primeros trabajos orientados a la comprensión de la percepción del movimiento y de las acciones voluntarias simples y complejas en las actividades físicas, el interés de los pioneros en esta materia se centraba, según su procedencia, en la actividad motora, el aprendizaje psicomotor y las características de personalidad, en los procesos perceptivos, los aspectos fisiológicos y el control de la tensión en el período anterior a la competición (Cratty, 1983).

La aceptación que se observa en el contexto del Deporte hacia la Psicología debería servir de estímulo para superar la dispersión teórica y la falta de delimitación del campo de estudio (Nitsch, 1989; Riera y Cruz, 1991; Cruz, 2001). En estos momentos, resulta necesario definir y adaptar modelos teórico-prácticos que representen marcos de referencia en la dirección de los estudios y líneas de investigación, así como para una intervención profesional más estructurada

y homogénea en los distintos ámbitos de aplicación (alto rendimiento deportivo, detección de talentos, deporte comunitario, deporte para todos, deporte para poblaciones con necesidades especiales).

EL DESARROLLO DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN LA COMUNIDAD DE MADRID

Madrid, la ciudad con mayor población y capital de España, representa un núcleo básico en la constitución, desarrollo y perspectivas de la Psicología del Deporte tanto a nivel nacional como internacional.

Si unimos la disponibilidad de centros de formación universitaria públicos y privados, y de una importante infraestructura deportiva, con la ubicación de la mayor parte de las federaciones y escuelas deportivas nacionales, podemos convenir que la Comunidad de Madrid posee los cimientos suficientes para el desarrollo científico y profesional de una especialidad como la Psicología del Deporte.

No obstante, en este contexto favorable, aparecen otros aspectos que dificultan o relativizan su incorporación en el engranaje laboral de la sociedad, entre ellos:

-La escasez de ofertas de trabajo reales; lo que obliga a la búsqueda individual, en muchas ocasiones sin retribución ni continuidad.

-La falta de reconocimiento por parte de los responsables del deporte conlleva el doble ejercicio de intervenir como especialista y convencer de la necesidad, adecuación y rentabilidad en la continuidad del trabajo del psicólogo.

-No existe una tradición de corporativismo eficaz, donde los esfuerzos individuales se dirijan al progreso y mejora de la profesión.

Formación

Las primeras contribuciones a la Psicología del Deporte están relacionadas con la figura de José María Cagigal. Desde una perspectiva humanista, este filósofo y doctor en Educación Física, escribió sobre muchos aspectos científicos y socioculturales vinculados al fenómeno del deporte (Cagigal, 1957, 1972, 1975, 1979, 1981), refiriéndose también a la psicología y pedagogía del deporte (Cagigal, 1966, 1976).

Cagigal tuvo un papel destacado en el I Congreso Mundial de Psicología del Deporte (Roma, 1965), en la fundación de la International Society of Sport Psychology (ISSP), y en la organización del III Congreso Mundial de la Sociedad Internacional de Psicología del Deporte celebrado en el Instituto Nacional de Educación Física (INEF) de Madrid en 1973.

Además, Cagigal fue el creador de la licenciatura en Educación Física, en cuyo plan de estudios figuró desde su inicio la Psicología con la asignatura de Psicopedagogía que él mismo impartió hasta su muerte en 1983.

Vinculado al INEF, y alrededor de José María Cagigal, se originó un pequeño núcleo de personas trabajando en Psicología del Deporte, entre ellos, Miguel Piernavieja, Luis Blanco, José María Lecumberri, Julio César Legido, Santiago Coca.

Tanto el INEF como las más recientes facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, y la especialidad en Educación Física de la Escuela de Magisterio, incorporan en los currícula asignaturas relacionadas con la Psicología del Deporte.

Con la consolidación de las Facultades de Psicología, se plantea la incorporación de la Psicología del Deporte en los planes de estudio, pero no es hasta los años 90 cuando, con la reforma de los planes de estudio en las universidades españolas, se incluye como asignatura optativa en la Universidad Autónoma, en la Universidad Complutense y en la UNED; también aparece como asignatura en las universidades privadas de la Comunidad de Madrid.

Además, los programas de doctorado, tanto de Psicología como de Educación Física y de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, incorporan cursos específicos de Psicología del Deporte. En los últimos años se ha incrementado considerablemente el número de tesis doctorales leídas en las universidades de Madrid con estudios relacionados con la Psicología del Deporte.

En 1989 surge el *Máster y Especialista en Psicología del Deporte y del Entrenamiento Deportivo* por iniciativa de la Universidad Autónoma de Madrid y el Comité Olímpico Español; su director es el profesor José Lorenzo González.

En 1995 se crea en la UNED el *Máster y Especialista en Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, dirigido por el profesor José María Buceta.

Paralelamente a la impartición de las materias teórico-prácticas, en los centros universitarios relacionados con los Másteres se organizan, de forma regular, jornadas de actualización y encuentros profesionales sobre Psicología del Deporte, con la participación de especialistas nacionales e internacionales en diferentes modalidades deportivas y en distintos ámbitos de aplicación. Entre ellos, cabe destacar el Congreso Internacional de Psicología Aplicada al Deporte, organizado por la UNED y que en 2003 celebra su segunda edición.

En el *Máster Universitario y Formación Superior en Alto Rendimiento Deportivo*, organizado por el Centro Olímpico de Estudios Superiores y que se imparte en las instalaciones del Comité Olímpico Español en Madrid, se incluyen módulos específicos de Psicología de la Actividad Física y del Deporte.

Los programas para la obtención de las titulaciones en las escuelas de entrenadores y de árbitros deportivos, incluyen materias específicas de Psicología, cuyos contenidos se están adaptando a los conocimientos actuales con la incorporación de especialistas en el desarrollo e impartición de las asignaturas. Representa una oportunidad para exponer a los nuevos entrenadores y técnicos deportivos y a las personas relacionadas con las federaciones deportivas, qué es la Psicología del Deporte, sus características metodológicas y profesionales.

Asociacionismo

En 1986 se constituye la *Asociación de Psicología del Deporte de Madrid*, incorporándose en 1987 a la Federación Española de Asociaciones de Psicología de la Actividad Física y el Deporte (FEAPAFD). Desde su origen estuvo vinculada al INEF, y tras una primera etapa de creciente actividad, desapareció a mediados de los 90, a pesar de continuar registrada como asociación.

El Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid mantiene un grupo colaborador, que participa en las reuniones de la Coordinadora Estatal de Psicología del Deporte, donde han participado en la elaboración del documento que define el perfil, rol y formación del especialista en el área.

Se han realizado intentos por constituir la vocalía de Psicología del Deporte, pero la falta de implicación de los colegiados en esta especialidad impide la continuidad necesaria para que su consolidación.

En el año 1999 aparece la *Asociación de Titulados en Psicología del Deporte y Entrenamiento Deportivo de la UNED*, exclusiva para los alumnos y profesores del Máster en Psicología del Deporte de la UNED. Su objetivo es facilitar la actualización y el contacto permanentes de los antiguos alumnos.

En el año 2000 comienza su andadura la *Asociación de Psicólogos del Deporte (APSIDE)*, de carácter profesional, que está integrada por psicólogos especialistas en actividad física y deporte. Tiene como fines determinados la potenciación de la Psicología del Deporte como especialidad, la coordinación entre los profesionales interesados por este ámbito y el desarrollo de actividades encaminadas a difundir los trabajos de investigación y experiencias.

Aplicación

Una de las primeras experiencias aplicadas de la Psicología del Deporte está en el Centro Nacional de Investigación y Ciencia del Deporte (CNICD) perteneciente al Consejo Superior de

Deportes, donde se desarrolló la atención psicológica dependiente de la Unidad de Medicina Deportiva. En la actualidad, el CNICD, reestructurado en Centro de Alto Rendimiento e Investigación en Ciencias del Deporte (CARICD), cuenta con una Unidad de Psicología cuyo responsable y único psicólogo es Pablo del Río; desde 1996 se convocan becas de formación en postgrado donde los psicólogos pueden hacer prácticas profesionales. Desde esta Unidad se atiende a los deportistas de la Residencia Blume, así como aquellas solicitudes realizadas desde las diferentes federaciones nacionales.

La creación del Plan ADO para la preparación de los deportistas de élite de cara a los Juegos Olímpicos de Barcelona '92, permitió que algunas federaciones (instaladas en los centros de preparación de Madrid) incorporasen la figura del psicólogo (entre ellas, Hockey hierba femenino: Isabel Blanco y Jose M^a Buceta; Gimnasia: Amador Cernuda; Tiro Olímpico: Jaime Buigués).

Las federaciones nacionales cuentan en Madrid con instalaciones acondicionadas para la preparación de sus deportistas de élite. Algunas de ellas siguen manteniendo contactos esporádicos con la Psicología (como son, Judo: Juan José Cerezo, Fernando Gimeno; Kárate: Amador Cernuda; Esgrima: Raquel Menéndez, Pablo Jodra; Atletismo: Graciela Lixárraga, Rosa Guisasola; Piragüismo: Pablo Jodra; Hockey hierba femenino: Andrés López de la Llave).

La mayor parte de estas experiencias han sido puntuales, sin tener la continuidad necesaria para permitir la consolidación de un sistema de preparación que requiriera la creación de servicios de psicología con carácter estable.

Otras instituciones públicas madrileñas, como el Instituto Municipal de Deportes (IMD), desarrollan proyectos específicos relacionados con la Psicología del Deporte, como el programa dirigido por el psicólogo Amador Núñez sobre la psicomotricidad orientada a personas con necesidades especiales y ancianos.

Entidades deportivas privadas instaladas en la Comunidad de Madrid también constituyen un mecanismo de acercamiento al mundo laboral; así, los más destacados clubes de fútbol (Real Madrid, Atlético de Madrid, Rayo Vallecano), tenis (C.T. Chamartín), natación (C.N. Canoe), cuentan con servicios de psicología de una forma estable.

Cada vez son más los psicólogos que ejercen de forma particular en despachos y centros privados con deportistas que demandan sus servicios bien sea por un tema puntual o para realizar la preparación mental a lo largo de la temporada.

PERSPECTIVAS DE FUTURO

Haciendo un balance sobre la situación actual de la Psicología del Deporte en la Comunidad de Madrid, podemos afirmar que las bases necesarias para su implantación social se están consolidando en todos los niveles (formación, investigación, aplicación, representación). La repercusión que está adquiriendo la Psicología en el contexto de la Actividad Física y el Deporte, posibilita que se reconozcan las funciones del psicólogo en los diferentes ámbitos de actuación (deporte de rendimiento, de base e iniciación, de ocio, salud y tiempo libre), lo que permite el incremento de estudios de investigación y con ello afianzar su carácter científico.

En cuanto a la formación, los programas universitarios deben poner en común las asignaturas relacionadas con la Psicología del Deporte para transmitir un cuerpo de conocimientos básico pero suficientemente estructurado que genere una idea clara de lo que es esta especialidad de la Psicología. La presencia de los másters posibilita una formación de tercer ciclo, que debería vincularse a las Facultades de Psicología y de Educación Física por su interdisciplinariedad (Cruz, 1999).

Además, los programas de formación para entrenadores y árbitros deben poseer contenidos en Psicología del Deporte específicamente elaborados para las modalidades deportivas, aspecto que se está produciendo en algunas escuelas de técnicos y de árbitros con la participación de psicólogos especializados, aunque todavía no en todas, como sería necesario.

El mercado laboral continúa siendo un gran escollo para muchos psicólogos que se han especializado en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte y que no encuentran una vía certera en su camino hacia el ejercicio profesional. No obstante, las perspectivas de cara al futuro son bastante optimistas, puesto que se van abriendo puertas de acceso a los clubes, federaciones, entidades públicas y ejercicio privado, donde los deportistas y técnicos comprueban los efectos de la intervención psicológica demandando cada vez más profesionales.

Uno de los principales obstáculos que ha habido desde el inicio de la inclusión de la Psicología en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte, ha sido el intrusismo de personas sin experiencia y sin la formación adecuada que, sirviéndose de una carencia legislativa y de valoraciones sobre el tema, han hecho uso de un cuerpo de conocimientos y de una metodología para realizar aplicaciones personales. En la actualidad, aunque sigue existiendo este factor negativo, la figura del psicólogo titulado está siendo valorada en las demandas de los servicios de Psicología; aunque se debería incidir en la importancia de la especialización avalada por un colectivo como el Colegio Oficial de Psicólogos.

Las asociaciones existentes en la Comunidad de Madrid, recogen suficientemente la representación de los psicólogos, aunque sería de esperar la coordinación de esfuerzos y actividades, para conseguir mayor eficacia en los proyectos y fines buscados. El respaldo del Colegio Oficial de Psicólogos debe ser fundamental para el ejercicio profesional, pero para ello, es necesaria la constitución de la vocalía de Psicología del Deporte con psicólogos implicados en su proyección y consolidación.

Si la Comunidad de Madrid, con su potencial humano y de recursos, cuenta con un grupo cada vez más numeroso de especialistas en Psicología del Deporte, debería poseer un peso específico dentro del mapa nacional e internacional, que coincidiera con la celebración de eventos científicos, con programas de actividades formativas, de difusión y especialización, con representación en los principales estamentos relacionados con el deporte. Y todo ello, como un colectivo profesional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cagigal, J.M. (1957). *Hombres y deporte*. Madrid: Taurus.
- Cagigal, J.M. (1966). *Deporte, pedagogía y humanismo*. Madrid: C.O.E.
- Cagigal, J.M. (1972). *Deporte, pulso de nuestro tiempo*. Madrid: Editora Nacional.
- Cagigal, J.M. (1975). *Psicología del Deporte, ¿Psicología de qué?*. III Congreso Mundial de la Sociedad Internacional de Psicología del Deporte. Madrid, 1973. Trabajos científicos.
- Cagigal, J.M. (1976). *Deporte y agresión*. Barcelona: Planeta.
- Cagigal, J.M. (1979). *Cultura intelectual y cultura física*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Cagigal, J.M. (1981). *Deporte, espectáculo y acción*. Barcelona: Salvat.
- Cratty, B. (1983). *Psychology in Contemporary Sport*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- 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*. Gran Canaria: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Cruz, J. (2001). La Psicología del Deporte: pasado, presente y futuro. En J. Dosil (Ed.), *Aproximación a la Psicología del Deporte*. Ourense: Gersam.
- Nitsch, J. (1989). Future trends in sport psychology and sport sciences. En C.K. Giam, K.K. Chook, y K.C. Teh (Eds.), *Proceedings of the 7th World Congress in Sport Psychology*. Singapore: Sports Council.
- Riera, J., y Cruz, J. (1991). Psicología del deporte: valoración de las tendencias actuales y propuestas de desarrollo futuro. En J. Cruz y J. Riera (Eds.), *Psicología del deporte: aplicaciones y perspectivas*. Barcelona: Martínez Roca.