

# PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN MURCIA: DIEZ AÑOS DINAMIZANDO UNA DISCIPLINA

ENRIQUE J. GARCÉS DE LOS FAYOS RUIZ\* Y AURELIO OLMEDILLA ZAFRA\*\*

\*Unidad de Psicología del Deporte de la Universidad de Murcia.

\*\*Universidad Católica San Antonio de Murcia

## Resumen

En este trabajo se describen los diez últimos años del desarrollo de la psicología del deporte en la Región de Murcia coincidentes, en lo esencial, con su trayectoria histórica. En todo momento se procura mostrar una imagen doble de nuestra disciplina; por una parte, lo que ha sido desde un punto de vista científico; y de otra parte, lo que supone como profesión aplicada en los diferentes contextos deportivos potenciales. Por esta razón, y proponiendo una imagen de conjunto sólida, al tiempo que un aumento de la profesionalización del psicólogo del deporte, hemos planteado nuestra propuesta desde los siguientes contextos relacionados con el desarrollo de la psicología del deporte: Vocabla de Psicología del Deporte del Colegio Oficial de Psicólogos, Unidad de Psicología del Deporte de la Universidad de Murcia, Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y del Deporte, Publicaciones de Psicología del Deporte, Eventos relacionados con la Psicología del Deporte, Formación especializada en esta disciplina, así como líneas de investigación relacionadas con la misma y, finalmente, situación del ámbito aplicado de la Psicología del Deporte; todo ello en la Región de Murcia.

**Palabras claves:** Historia, psicología del deporte, formación, profesión.

## Abstract

In this work the last ten years of the development of psychology of sport they are described in Region of Murcia coincident, in the essential thing, with their historical trajectory. In all moment it is tried to show a double image of our discipline; on one hand, what has been from a scientific point of view; and of another part, what supposes as profession applied in the different contexts sport potentials. For this reason, and proposing a solid group image, at the time that an increase of the profession of the psychologist of sport, we have outlined our proposal from the following contexts related with the development of the psychology of sport: department of Psychology of Sport of the Associate Official of Psychologists, Unit of Psychology of Sport of University of Murcia, Society of Murcia of Psychology of Physical Activity and Sport, Publications of Psychology of Sport, Events related with Psychology of Sport, Formation specialized in this discipline, as well as investigation lines related with the same one and, finally, situation of the applied environment of Psychology of Sport; everything it in Region of Murcia

**Key words:** History, sport psychology, education, profession.

## RECORRIDO HISTÓRICO DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN MURCIA

Sin duda podemos considerar el año 1993 como el del inicio sistemático de la psicología del deporte en la Región de Murcia. Es evidente que no olvidamos algunos acontecimientos previos a esa fecha que marcaron, de alguna forma, un "empezar a caminar". En trabajos anteriores se hace referencia a los mismos (Garcés de Los Fayos y Jara, 1996; López García y Garcés de Los Fayos, 1999), si bien aquí pretendemos centrarnos, fundamentalmente, en los eventos que, de manera coordinada, se han ido generando hasta nuestros días, configurando "nuestra" psicología del deporte.

Efectivamente, en 1993 suceden dos acontecimientos esenciales en el desarrollo de la psicología del deporte en la Región de Murcia: de una parte, la creación de la Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte (SMPAFD); de otra, la creación de la Comisión de Psicología del Deporte del Colegio Oficial de Psicólogos. Una de las premisas básicas de nuestra filosofía en aquel momento, y que sigue vigente en la actualidad, fue que cualquier actuación que se acometiera en el marco de la psicología del deporte se hiciera teniendo en cuenta a ambas organizaciones (y con el paso del tiempo, al resto de entidades que estuvieran relacionadas, con rigor y profesionalidad, con la psicología del deporte), ya que de esa forma nos garantizábamos los ejes sobre los que debía girar nuestro desarrollo profesional:

- *Mostrar una imagen de conjunto sólida.* Poder mostrar una disciplina que era apoyada en sus principios rectores por una organización especializada (SMPAFD) y por una organización profesional de psicología (COP) nos permitía acceder a contactos que de otra forma hubieran resultado más complejos.

- *Evitar la intrusión, externa e interna, de otras personas.* La coordinación de ambas organizaciones permitió, desde el origen, disponer de un listado exhaustivo de los psicólogos que, en un primer momento, estaban interesados por la psicología del deporte, y que, en un segundo momento, podían ofrecer unos servicios de psicología del deporte con conocimientos y experiencia sólidos. De esta forma, hemos logrado evitar la posibilidad de "intrusos" internos o externos a la psicología del deporte, cuyas prácticas "profesionales" no eran tales, evidentemente en las antípodas del servicio de calidad que deseábamos garantizar desde ambas organizaciones.

- *Consolidar los avances que se fueran logrando.* Cada evento, cada línea de investigación, cada publicación, o cada actividad relacionados con la psicología del deporte eran analizados, planificados, diseñados y realizados con la máxima exigencia. Sabíamos que cada logro en nuestra disciplina suponía ampliar las posibilidades de futuro de nuestra profesión.

- *Afianzar las actuaciones de promoción que se establecieran en cada momento.* Finalmente, con el paso del tiempo, logramos que detrás de cada oferta, promoción o actividad profesional no apareciera básicamente la organización que la sustentaba, sino sobre todo la "marca" psicología del deporte. Esta marca, sin lugar a dudas, pertenece a la forma de comprender el origen y desarrollo de la misma en nuestra Región.

Como consecuencia de lo anterior, se logró que los diez años que describimos como esencia de nuestra historia hayan mostrado siempre un crecimiento sólido y consolidado que intentamos describir brevemente en los siguientes apuntes:

- *COP.* En 1993 el COP Murcia crea la Comisión de Psicología del Deporte que se mantiene en la actualidad. Desde 1998 esta Comisión depende de una Vocalía de Psicología del Deporte. Entre 1994 y 2003 el COP Murcia fue uno de los colegios profesionales de España que asistió a todo el proceso de creación del Perfil Profesional y bases para la Acreditación del psicólogo del deporte, en el marco de la Coordinadora Estatal de Psicología del Deporte del COP.

- *Universidad.* En 1994 la Universidad de Murcia instaura la asignatura de psicología del deporte en la especialidad de educación física de magisterio; en 1997 esta misma Universidad implanta la asignatura de psicología del deporte en la licenciatura de psicología. Desde el año 1992 han sido diversos los cursos de doctorado que la Universidad de Murcia ha ofertado en sus planes formativos de tercer ciclo. La Universidad Católica San Antonio de Murcia, al implantar la licenciatura en ciencias de las actividad física y el deporte en el curso 1998/99, originó la instauración de la asignatura de psicología del deporte.

- *Sociedad.* La Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y del Deporte se crea en 1993; en 1997 pasa a formar parte de la Federación Española de Psicología del Deporte; en 1999 es la organizadora del VII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y del Deporte; y en el año 2003 es la quinta asociación más importante en número de socios del conjunto de asociaciones regionales existentes en España.

- *Publicaciones.* Sin duda debemos seleccionar tres libros que sitúan a Murcia en la vanguardia de publicaciones de psicología del deporte existentes en España. Así, destacaríamos las actas del VII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y del Deporte, aún el libro más voluminoso que se ha editado en España sobre esta materia (Nieto y Garcés de Los Fayos, 1999); el Manual de Psicología del Deporte (Olmedilla, Garcés de Los Fayos y Nieto, 2002), uno de los libros más amplios en cuanto al número de temas abordados. Y, finalmente, el único monográfico existente en España sobre las diferentes temáticas que la psicología del deporte puede abordar (Garcés de Los Fayos, 2003).

- *Eventos.* Como acontecimientos más sobresalientes de la psicología del deporte en nuestra Región debemos destacar tres. En primer lugar, la celebración en Murcia del VII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y del deporte; en segundo lugar, la creación en el año 2001 de la Unidad de Psicología del Deporte, a la que posteriormente nos referiremos, y que abarca la actuación directa con los deportistas de los centros de tecnificación de las diferentes federaciones deportivas. Finalmente, por lo insólito en esta disciplina y en nuestro país, la creación en el año 2001 de la revista especializada Cuadernos de Psicología del Deporte.

- *Formación especializada.* Debemos señalar que durante el año 2003 se celebra la quinta edición del curso de especialista de psicología del deporte, que si bien en sí mismo ya es un acontecimiento prácticamente único en España, lo es más que sea gratuito para cualquier alumno que quiera cursarlo gracias a la colaboración existente entre la Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y del Deporte y la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

- *Líneas de Investigación.* Desde el primer momento los psicólogos del deporte murcianos tuvieron claro que el desarrollo de su disciplina pasaba forzosamente por el trabajo sistemático y serio en cuanto a investigación. A modo sólo de listado podemos destacar las siguientes líneas en las que se viene trabajando:

- *Burnout en contextos deportivos.* Garcés de Los Fayos, Teruel y García (1993); Garcés de Los Fayos y Jara (2002).

- *Agresión en deporte.* Pelegrín, Martínez y Garcés de Los Fayos Ruiz (2000); Pelegrín y Garcés de Los Fayos (2002).

- *Intervención psicológica en lesiones.* Olmedilla (1999); Olmedilla, Martínez y García (2002); Olmedilla (2003).

- *Programa de intervención psicológico-deportiva en pacientes con trastornos cardiovasculares.* Garcés de Los Fayos, Velandrino, Conesa y Ortega (2002).

- *Trastornos alimentarios y deporte.* Caballero, Vives y Garcés de Los Fayos (2001); Caballero y Garcés de Los Fayos (2002).

- *Medios de comunicación y deporte.* García Guardiola, Vives y Garcés de Los Fayos (2003).

- *Sanciones y fair-play.* Olmedilla, Lozano y Garcés de Los Fayos (2000); Olmedilla, Lozano y Andreu (2001); Lozano, Garcés de Los Fayos, Jara y Olmedilla (2002).

- *Vigorexia.* Vives y Garcés de Los Fayos (2002).

- *Psicología y fútbol.* Olmedilla (1998); Ortín, Olmedilla y Lozano (en prensa).

- *Ámbito aplicado.* Por último, cabe destacar el trabajo que los psicólogos del deporte han realizado directamente con deportistas, clubes y entidades deportivas, aplicando de forma rigurosa sus conocimientos y técnicas específicas. Así, cabe destacar deportes como fútbol, atletismo, tenis, motociclismo, patinaje artístico sobre ruedas, natación, ciclismo, gimnasia rítmica, baloncesto, fútbol sala, o artes marciales. Quizás sea relevante destacar dos aspectos que son únicos en nuestro país; de una parte, la generación de convenios entre la Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y del Deporte y las entidades deportivas, permitiendo a la primera una mediación laboral hasta el momento de su inicio insólita y asumiendo su verdadero papel de organización profesional de psicólogos del deporte; y, por otra parte, la creación de la Unidad de

Psicología del Deporte en la Universidad de Murcia que permite trabajar directamente con los deportistas que las diferentes federaciones deportivas preseleccionan.

## ESTADO ACTUAL DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN MURCIA

La Unidad de Psicología del Deporte se crea en el año 2001 como consecuencia de un convenio de colaboración entre la Facultad de Psicología de la Universidad de Murcia y la Dirección General de Deportes de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. A partir de ese momento se comenzó a trabajar de manera sistemática con los deportistas promesas de los diferentes centros de tecnificación de distintas federaciones deportivas. Quizás, este carácter altamente profesional y su reciente puesta en marcha pueda servirnos de eje central sobre el que se articula el presente de nuestra profesión en la Comunidad de Murcia.

En la Unidad de Psicología del Deporte se establecen diferentes objetivos centrados en la consecución de logros de rendimiento y también de resultados con estos deportistas, que han de competir tanto a nivel nacional como internacional. La evaluación que se sigue en este trabajo, así como la metodología y los resultados fundamentales pueden consultarse en Garcés de Los Fayos (2002). Al igual que pasó diez años antes, cuando cualquier actuación en materia de psicología del deporte se articuló desde la SMPAFD y desde el Colegio Oficial de Psicólogos, desde el año 2001 y, siempre respetando a estas entidades, como a aquellas que se incorporaron después al desarrollo de la psicología del deporte (Universidad de Murcia y Universidad Católica San Antonio de Murcia), es la Unidad de Psicología del Deporte la que ha asumido un liderazgo en el desarrollo actual de nuestra disciplina que no sólo se plasma en el hecho de permitir introducir nuestra profesión de manera efectiva en los diferentes deportes federados de nuestra Región, sino también ampliando su estrategia de actuación, con la más que probable participación en el Instituto de Ciencias del Deporte de la Universidad de Murcia, dándose de esta forma un salto aún más ambicioso.

Todo lo anterior, y haciendo referencia a los grandes parámetros de la psicología del deporte en la Región de Murcia, se plasma en la actualidad de la siguiente manera:

- *Asociacionismo.* Dado que las demandas sociales que los psicólogos del deporte están recibiendo son cada vez más exigentes, se ha tenido clara la necesidad de potenciar el asociacionismo aún más. Así, la Unidad de Psicología del Deporte y, en general, cualquier actuación que se gestiona en materia de contratación de psicólogos del deporte conlleva que la SMPAFD seleccione psicólogos del deporte ampliamente preparados, y que el Colegio Oficial de Psicólogos garantice la colegiación de los mismos.

- *Formación.* Por razones similares a las expuestas anteriormente, se ha tenido que intensificar el apartado formativo, que ya era una apuesta sólida en nuestra Región. Así, la oferta formativa para los psicólogos del deporte, tanto para los que empiezan como para los que están ya asentados profesionalmente, es lo suficientemente amplia y variada, en forma de cursos de especialista, seminarios, jornadas, cursos de corta duración, entre otros.

- *Investigación.* Como puede observarse en el apartado anterior, estamos consiguiendo consolidar líneas de investigación que venían trabajándose desde hace algunos años, y se han iniciado otras que tienen una proyección de futuro muy clara, como puede ser el caso de la agresividad y de las lesiones, desde una perspectiva más generalista, o del fútbol y de la vigorexia desde un planteamiento más específico; por señalar algunas de las líneas que se están desarrollando.

- *Docencia.* Conforme la Universidad de Murcia amplíe su oferta de estudios en ciencias del deporte, aspecto que se ha iniciado con la creación del Instituto de Ciencias del Deporte, y la Universidad Católica San Antonio de Murcia amplíe la oferta de asignaturas en su licenciatura de ciencias del deporte, la docencia en psicología del deporte en nuestra Región seguirá aumentando, al tiempo que diversificándose, y adaptándose cada vez más las asignaturas relacionadas con

los diferentes campos de aplicación de la psicología del deporte a las necesidades de los profesionales de este ámbito.

- *Aplicación.* El trabajo profesional del psicólogo del deporte se consolida y aumenta con el paso del tiempo, a través de los convenios y contratos existentes con las diferentes entidades deportivas, así como con lo realizado a través de la Unidad de Psicología del Deporte, siendo esta última la que está amplificando de manera significativa el buen trabajo que se está haciendo en nuestra Región.

## **PERSPECTIVAS DE FUTURO DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN LA REGIÓN DE MURCIA**

El futuro siempre hay que plantearlo desde la perspectiva del presente y de acuerdo al desarrollo del pasado. En el caso de la psicología del deporte en la Región de Murcia, nuestro pasado ha dado paso a un presente profesional, investigador y docente de suficiente calidad como para pensar en un futuro pleno de esperanza. Si en una primera fase se colocaron los cimientos para conseguir una psicología del deporte incipiente y respetada, en la segunda fase se ha consolidado una forma de hacer psicología del deporte evidentemente profesional. Es en este encuentro con la tercera fase donde buscamos un futuro que se caracterice por desarrollar completamente la “marca” psicología del deporte, que desde nuestra comunidad hemos venido trabajando. Concretamente, nuestros cuatro retos de futuro esenciales son los siguientes:

- *Como profesionales.* Nuestra participación en la consecución de los criterios que han de regir la acreditación del psicólogo del deporte desde el Colegio Oficial de Psicólogos, supuso una apuesta decidida porque entendíamos que era el paso definitivo para “profesionalizar” nuestro trabajo. Desde ese planteamiento, la primera Junta de Gobierno del Colegio Oficial de Psicólogos de Murcia elegida tras su autonomía del Colegio Estatal, presentó en su programa electoral la acreditación de los psicólogos del deporte de nuestra Región como una de sus actuaciones inmediatas. Esta ha de ser no una de las expectativas de futuro en nuestro campo de aplicación, sino una realidad del presente más inmediato.

- *Como investigadores.* Hemos logrado consolidar dos pilares fundamentales para el desarrollo de la investigación; uno, prácticamente insólito en España, fue la creación de la revista científica especializada en este ámbito Cuadernos de Psicología del Deporte; otro, siguiendo los criterios de eficiencia habituales, crear diferentes líneas de investigación que han supuesto entre otros aspectos, la generación de diferentes líneas de financiación, la publicación de sus resultados y la participación en diferentes encuentros científicos nacionales e internacionales. El equipo de investigadores que está inmerso en la investigación sabe que el futuro sólo puede depararle el desarrollo de dichas líneas de investigación y la creación de otras nuevas, ya que dicho futuro será consecuencia del trabajo que actualmente se está realizando.

- *Como formadores.* Una psicología del deporte cada vez más profesionalizada debe suponer también una disciplina cada vez con mayor potencial de respuesta. Así, a las exigencias de los protagonistas del deporte se ha de responder con planteamientos más rigurosos y eficaces, y para esto es necesaria una formación más exigente. Por esta razón, otro de nuestros retos de futuro debe ser lograr una formación muy especializada en los nuevos psicólogos del deporte, y por supuesto una formación de reciclaje y a medida para los que ya llevamos algún tiempo trabajando en este contexto deportivo.

- *Como psicólogos del deporte.* Finalmente, un último reto para los psicólogos del deporte ha de ser el de “apostar” por esta disciplina como hemos hecho hasta ahora; es decir, trabajando en su consolidación en la Región de Murcia y su promoción en el conjunto de nuestro país. Ya hemos iniciado contactos con psicólogos del deporte de otros países que han de servir para internacionalizar nuestro trabajo, último paso para cerrar la citada tercera fase y poder comenzar a pensar en el siguiente paso a caminar.

Si logramos lo anterior podemos estar seguros de que conseguiremos una psicología del deporte que se asiente como disciplina del deporte necesaria y demandada por nuestra sociedad de manera, aún más contundente.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Caballero, J. y Garcés de Los Fayos, E.J. (2002). Desorden de las conductas alimentarias en deportistas. En A. Olmedilla, E.J. Garcés de Los Fayos y G. Nieto (Coords.), *Manual de psicología del deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Caballero, J., Vives, L. y Garcés de Los Fayos (2001). Análisis bibliométrico de las investigaciones sobre trastornos alimentarios en la actividad física y el deporte (1992-2000). *VIII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Pontevedra.
- Garcés de Los Fayos, E.J. (2002). Unidad de Psicología del Deporte: Entrenamiento para el alto rendimiento. *I Jornadas de Psicología del Deporte*. San Javier (Murcia).
- Garcés de Los Fayos, E.J. (Editor) (2003). *Áreas de aplicación de la psicología del deporte*. Murcia: Dirección General de Deportes. En prensa.
- Garcés de Los Fayos, E.J. y Jara, P. (1996). La psicología del deporte en la Región de Murcia: Desarrollo y perspectivas. *Informació Psicológica*, 62, 24-28.
- Garcés de Los Fayos, E.J. y Jara, P. (2002). Agotamiento emocional y sobentrenamiento: Burnout en deportistas. En A. Olmedilla, E.J. Garcés de Los Fayos y G. Nieto (Coords.), *Manual de psicología del deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Garcés de Los Fayos, E.J., Velandrino, A.P., Conesa, P. y Ortega, J. (2002). Un programa de intervención psicológica en pacientes con problemas cardiovasculares de tipo inestable. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(1), 67-89.
- García Guardiola, J., Vives, L. y Garcés de Los Fayos, E.J. (2003). Medios de comunicación y deporte: Revisión bibliográfica, estado actual y futuro de la relación. *IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. León.
- López García, E. y Garcés de Los Fayos, E.J. (1999). Entendiendo una ilusión: Un recorrido histórico por la psicología del deporte en España. En J. Jiménez y E.J. Garcés de los Fayos (Coords.), *La psicología del deporte en España 1999*. Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y del Deporte.
- Lozano, F.J., Garcés de los Fayos, E.J., Jara, P. y Olmedilla, A. (2002). Las sanciones en jugadores de fútbol: Una perspectiva atribucional. *Congreso Científico Internacional de Fútbol. Salamanca 2002*. Salamanca: PTV.
- Nieto, G. y Garcés de Los Fayos, E.J. (Coords.) (1999). *Psicología de la actividad física y del deporte: Áreas de investigación y aplicación*. Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y del Deporte.
- Olmedilla, A. (1998). Intervención psicológica en fútbol base: Hacia un desarrollo integral del joven futbolista. *Revista El Entrenador de Fútbol Español*, 78, 32-43.
- Olmedilla, A. (1999). El factor psicológico en la recuperación de las lesiones de los futbolistas. *Training Fútbol*, 46, 20-25.
- Olmedilla, A. (2003). La lesión en los jóvenes deportistas: Factores psicológicos. *III Encuentro Profesional de Psicología y Ciencias del Deporte y la Salud*. Beniel (Murcia).
- Olmedilla, A., Garcés de Los Fayos, E.J. y Nieto, G. (Coords.) (2002). *Manual de psicología del deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Olmedilla, A., Lozano, F.J. y Andreu, M.D. (2001). Intervención psicológica para la eliminación o disminución de sanciones: Una experiencia en fútbol semi-profesional. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(2), 157-177.
- Olmedilla, A., Lozano F.J. y Garcés de los Fayos, E.J. (2000). ¿Fair Play? Un estudio descriptivo

- de las sanciones en fútbol base. *I Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte*. Cáceres. Facultad Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Olmedilla, A., Martínez, F. y García, C. (2002). Estrés, posición en el campo y lesiones en jugadores de fútbol profesionales y semiprofesionales. *Congreso Científico Internacional de Fútbol. Salamanca 2002*. Salamanca: PTV.
- Ortín, F.J., Olmedilla, A. y Lozano, F.J. (en prensa). La utilización de registros para la mejora del comportamiento táctico en deportes de equipo. *Revista de Psicología del Deporte*.
- Pelegrín, T. y Garcés de Los Fayos, E.J. (2002). Agresión en el contexto deportivo: Líneas de investigación. En A. Olmedilla, E.J. Garcés de Los Fayos y G. Nieto (Coords.), *Manual de psicología del deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Pelegrín, A., Martínez, F. y Garcés de Los Fayos, E.J. (2000). La actividad física y el deporte como factores controladores de conductas antisociales y delictivas. *II Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte*. Huelva.
- Vives, L. y Garcés de Los Fayos, E.J. (2002). *Una aproximación a la vigorexia desde los trastornos alimentarios: Importancia, implicación e impacto en los desórdenes conductuales*. Proyecto de investigación financiado por ADANER. Murcia.