

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO: COMPARACIÓN ENTRE LOS REQUERIMIENTOS DE LOS ENTRENADORES Y LA PERCEPCIÓN DE LOS DEPORTISTAS

Javier Mahamud*, Concepción Tuero y Sara Márquez***

PALABRAS CLAVE: CPRD, Entrenador, Atletas, Evaluación.

RESUMEN: El objeto del estudio es comparar la situación psicológica de un grupo de deportistas con la considerada ideal por parte de sus entrenadores. Como instrumento se ha utilizado el cuestionario "Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo" (CPRD). Participan 80 deportistas (piragüistas y nadadores) y 6 entrenadores. Existe una correlación para los practicantes de ambos deportes entre las puntuaciones obtenidas en las distintas escalas del cuestionario y aquellas que desean los entrenadores para sus atletas. Sin embargo, las puntuaciones propuestas por los entrenadores, son, en general, más altas que las resultantes de las auto-evaluaciones de los deportistas. En el caso de los piragüistas esas diferencias afectan fundamentalmente al control del estrés y a la motivación. Los aspectos relacionados con la cohesión de equipo,

Correspondencia: Sara Márquez. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de León. Campus Universitario. 24071 León. E-mail: inesm@unileon.es

* Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de León.

** Facultad de Psicología. Universidad de Salamanca.

— *Fecha de recepción: 4 de Septiembre de 2004. Fecha de aceptación: 7 de Octubre de 2005.*

que menos diferencian a los piragüistas de los requerimientos de sus entrenadores, son aquellos en los que más coinciden los nadadores y sus preparadores. El análisis realizado pone de manifiesto cómo en ambas disciplinas deportivas existen aspectos a trabajar para lograr alcanzar el estado psicológico ideal marcado por los entrenadores.

WORDS KEY: CPRD, Coach, Athletes, Evaluation.

ABSTRACT: This study compares a group of athletes' psychological situation with their coaches' ideal in order to guarantee better performance during both training and competition. Subjects answered the questionnaire "Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo" (CPRD). The population studied included 80 athletes (rowers and swimmers) and 6 coaches. A significant correlation exists between athletes' scores and the coaches' requirements for both sports. However, the scores proposed by coaches are generally higher than the athletes' are. In the case of the rowers, the differences corresponded mainly to stress control and motivation. The aspects related to team spirit and group environment that less differentiated rowers from their coaches' requirements were those with a greater coincidence in swimmers. Our analysis makes clear how there are aspects in both sports to be worked on in order to reach the optimum psychological conditions required by coaches.

Introducción

Es evidente que la psicología tiene una influencia clara en el deporte de competición y que la misma es reconocida, de manera intencionada o no, tanto por medios de comunicación, como por directivos, espectadores, entrenadores y atletas. Una influencia que impregna al deportista, tanto en su funcionamiento físico como en los aspectos técnico y táctico y, que de no ser controlada, puede afectar positivamente o negativamente al rendimiento deportivo.

Sin embargo, este evidente interés por lo psicológico por parte de todos aquellos que forman parte del mundo del deporte no se traduce en una aplicación práctica en el ámbito de la intervención. Son escasos los clubes, delegaciones provinciales o federaciones regionales que cuenten con especialistas que asesoren en cuestiones psicológicas a sus deportistas. De tal modo, que en la realidad deportiva podríamos hablar de dos trenes que viajan paralelamente, uno repleto de conceptos psicológicos utilizados por todos los integrantes del mundo del deporte y otro que va semicupado por limitadas intervenciones profesionales.

Un aspecto especialmente relevante es el papel desempeñado por los entrenadores, quienes, de hecho, tienen información sobre los aspectos psicológicos de sus deportistas y lo hacen observando comportamientos deportivos (Chorkawy y Rushall, 1981). Sin embargo, son escasas las investigaciones que utilizan a los entrenadores como fuente de información acerca de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento (Bloom, 2003; Cote, Salmela, Trudel, Baria y Russel, 1995; Gould, Guinan, Greenlaf y Cheng, 2002; Huddleston, Ahrabi-Fard y Garvin, 1995). Por otra parte, el objetivo final del entrenamiento en el deporte de competición ha de ser ampliar y poner a punto los recursos físicos, técnicos y táctico-estratégicos de los deportistas. Todos estos aspectos pueden beneficiarse del conocimiento psicológico, optimizando la metodología de trabajo de los entrenadores y el funcionamiento de los deportistas (Buceta, 1999).

Los psicólogos han reconocido y defendido desde hace tiempo el que los entrenadores cuenten con conocimientos psicológicos (Boixadós, Valiente, Mimbbrero, Torregrosa y Cruz, 1998; Buceta, 1998, 1999) y, aunque dicha necesidad ha sido también planteada a

veces por los mismos entrenadores (Ibáñez, 1996), éstos siguen dudando en muchos casos de la necesidad del trabajo psicológico y resulta difícil convencerles de la importancia que tiene el disponer de una metodología para el estudio de las variables psicológicas de los deportistas como un primer paso para posibles intervenciones encaminadas a la optimización del rendimiento.

El objeto del presente estudio es comparar la situación psicológica de un grupo de deportistas con aquella considerada como ideal por parte de sus entrenadores. Es decir, se trataba de solicitar a los entrenadores que valorasen no como eran sus deportistas sino como desearían que fuesen, con objeto de garantizar el que afrontasen los entrenamientos y las competiciones con las mayores garantías de éxito. Como instrumento se ha utilizado el cuestionario "Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo" (CPRD). La comparación de las puntuaciones reales de los deportistas con los requerimientos de los entrenadores, y no con las puntuaciones máximas marcadas por el cuestionario, permitiría un mayor acercamiento a la situación deseada por los entrenadores en lo que se refiere al estado psicológico de sus deportistas.

Método

Participantes

La población de estudio fueron 86 participantes, 80 deportistas y 6 entrenadores. Todos pertenecían a las secciones de natación y piragüismo de la Agrupación Deportiva Zamora. Los piragüistas eran 37 varones y 11 mujeres, pertenecientes a las siguientes categorías: infantil (n=18), cadete (n=10), junior (n=9) y senior (n=11). Los nadadores eran 13 varones y 19 mujeres, pertenecientes a las categorías alevín (n=19) e infantil (n=13). De

los entrenadores, 3 pertenecían al equipo de natación y los otros 3 al de piragüismo. El equipo de natación estaba integrado dentro de la Segunda División Nacional, mientras que el equipo de piragüismo se encontraba dentro de la elite de este deporte en nuestro país, contando con varios Campeones de España.

Material

El cuestionario "Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo" (CPRD) se desarrolló tomando como punto de partida el "Psychological Skill Inventory for Sport" (PSI) (Mahoney, Gabriel y Perkin, 1987; Mahoney, 1989). Este instrumento fue traducido y adaptado al castellano y posteriormente completado con 26 nuevos ítems que cubrían cuestiones que no se habían contemplado en la versión original. El cuestionario definitivo consta de 5 escalas con un total de 55 ítems: control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo (ver Anexo) (Gimeno, Buceta y Pérez Llantada, 2001).

Este cuestionario representa un instrumento de interés en el ámbito del entrenamiento y la competición, ya que resulta fácil de aplicar y corregir, ofrece garantías psicométricas y sus escalas permiten una evaluación psicológica amplia del deportista (Pérez-Llantada, Buceta, López, Gimeno y Ezquerro 1997), habiendo sido utilizado por diversos autores para el estudio de variables relacionadas con el rendimiento (Ezquerro y Buceta, 2001; Gimeno y Guedea, 2001; Hernández, Pérez y Peñalver, 2003).

La escala de control del estrés incluye cuestiones relacionadas con la autoconfianza, la ansiedad y la competición deportiva. La escala influencia de la evaluación del rendimiento incluye dos categorías de ítems: las

características de la respuesta del deportista ante situaciones en las que éste evalúa su propio rendimiento o se plantea que lo están evaluando personas significativas para él y los antecedentes que pueden originar o llevar implícita una valoración del rendimiento del deportista, tanto en lo que se refiere a personas como a situaciones. La escala de motivación aporta información referida a la motivación por la actividad deportiva y al lugar que ésta ocupa en la escala de valores del deportista. La escala de habilidad mental explora el uso de una serie de habilidades mentales que pueden repercutir sobre el funcionamiento del deportista en beneficio de su rendimiento, tales como establecimiento de objetivos, funcionamiento y autorregulación cognitivos, ensayo conductual en imaginación o análisis objetivo del rendimiento. Por último, la escala de cohesión de equipo se refiere al grado en que el deportista se siente atraído e identificado con el grupo deportivo, tanto en lo que se refiere a relaciones informales, como a las estrictamente deportivas (Gimeno et al., 2001).

Procedimiento

Todos los deportistas y sus entrenadores cumplieron el cuestionario CPRD. A los deportistas se les reunió en pequeños grupos organizados por especialidad y categoría deportiva. Tras explicarles el modo de proceder para responder a los distintos ítems se les intentó motivar para que fuesen totalmente sinceros y se les dio la opción de preguntar cualquier duda que se les plantease acerca de los ítems.

Una diferencia fundamental entre entrenadores y deportistas fue que mientras a los segundos se les pidió que cumplieran el cuestionario reflexionando sobre su propia experiencia deportiva, a los entrenadores se les indicó que lo hicieran tal cual les gustaría

que lo respondiese su deportista ideal. En piragüismo los entrenadores cumplieron 4 cuestionarios y en natación 2 cuestionarios (uno por cada categoría). En el caso de los piragüistas, las puntuaciones asignadas por los entrenadores a las categorías cadete, junior y senior, el denominado primer equipo, fueron idénticas, al considerar aquellos que la situación psicológica deseada para sus deportistas era la misma en todos los casos.

Análisis estadísticos

Se obtuvieron estadísticos de tendencia central (medias) y de dispersión (desviación típica, DT), para cada una de las escalas del cuestionario. Dado que la muestra, aún siendo relativamente grande, se encontraba muy estratificada, los análisis se realizaron mediante pruebas no paramétricas. La concordancia entre las respuestas de los deportistas y la valoración ideal de los entrenadores se midió mediante el coeficiente de correlación tau de Kendall. Las diferencias entre las puntuaciones de los atletas y de sus entrenadores en las distintas escalas del cuestionario se analizaron mediante el test de la U de Mann-Whitney.

Resultados

La Tabla 1 resume las correlaciones entre las puntuaciones de los deportistas y de sus entrenadores en las diferentes escalas del CPRD. En las dos categorías de nadadores y en las categorías infantil y cadete de piragüistas, dichas correlaciones resultaron significativas.

Las Tablas 2 a 5 muestran las diferencias entre las puntuaciones obtenidas en las distintas escalas del CPRD por los piragüistas correspondientes a cada una de las cuatro categorías: infantil, junior, cadete y senior. En la categoría infantil se detectaron diferencias significativas para las escalas de control

del estrés, evaluación del rendimiento y motivación, con puntuaciones siempre más altas en la valoración de los entrenadores que en los autoinformes de los deportistas (Tabla 2). En la categoría cadete se mantenían las diferencias para las escalas de control del estrés y de motivación, pero ya no existían en la esca-

la de evaluación del rendimiento (Tabla 3). Esta misma situación se repetía para las categorías junior y senior (Tablas 4 y 5). En la Figura 1 se representa la comparación entre las puntuaciones centiles obtenidas por los piragüistas y las deseadas por sus entrenadores en las distintas categorías.

Deporte	Categoría	t	P
Piragüismo	Infantil	0,800	0,042
	Cadete	0,800	0,042
	Junior	0,600	0,117
	Senior	0,600	0,117
Natación	Alevín	0,889	0,042
	Infantil	1,000	0,014

Tabla 1. Correlaciones entre las puntuaciones en las escalas del CPRD de los deportistas y de sus entrenadores. *t*: tau de Kendall

Escalas	Deportistas (media±DT)	Entrenadores (media±DT)	Z	P
Control del estrés	46,6±10,5	68,2±2,9	2,713	0,007
Evaluación del rendimiento	22,5±7,3	30,2±0,9	2,311	0,020
Motivación	20,1±3,7	23,4±4,2	2,713	0,007
Habilidad mental	21,2±3,4	25,2±2,8	1,658	0,097
Cohesión del equipo	17,6±3,8	21,3±1,4	0,402	0,688

Tabla 2. Puntuaciones en las distintas escalas del CPRD para la categoría infantil en piragüismo.

Escalas	Deportistas (media±DT)	Entrenadores (media±DT)	Z	P
Control del estrés	45,8±10,4	70,6±5,5	2,535	0,011
Evaluación del rendimiento	26,5±7,4	32,6±1,5	1,099	0,270
Motivación	21,4±3,7	28,0±1,0	2,535	0,011
Habilidad mental	21,8±3,8	27,7±6,5	1,437	0,149
Cohesión del equipo	18,1±3,2	19,0±4,0	0,169	0,864

Tabla 3. Puntuaciones en las distintas escalas del CPRD para la categoría cadete en piragüismo.

Escalas	Deportistas (media±DT)	Entrenadores (media±DT)	Z	P
Control del estrés	49,0±9,9	70,6±5,5	2,403	0,009
Evaluación del rendimiento	26,9±6,3	32,6±1,5	1,294	0,209
Motivación	18,1±4,9	28,0±1,0	2,496	0,009
Habilidad mental	20,9±5,2	27,7±6,5	1,479	0,145
Cohesión del equipo	18,2±3,5	19,0±4,0	0,277	0,863

Tabla 4. Puntuaciones en las distintas escalas del CPRD para la categoría junior en piragüismo.

Escalas	Deportistas (media±DT)	Entrenadores (media±DT)	Z	P
Control del estrés	45,0±18,4	70,6±5,5	2,413	0,016
Evaluación del rendimiento	27,0±20,2	32,6±1,5	1,401	0,160
Motivación	16,3±3,8	28,0±1,0	2,569	0,010
Habilidad mental	24,1±4,2	27,7±6,5	1,401	0,158
Cohesión del equipo	19,3±4,0	19,0±4,0	0,389	0,693

Tabla 5. Puntuaciones en las distintas escalas del CPRD para la categoría senior en piragüismo.

Las Tablas 6 y 7 recogen los resultados correspondientes a las dos categorías de nadadores. En ambas categorías solo se observaron diferencias significativas para la escala de

cohesión de equipo, no existiendo diferencias en las otras cuatro escalas. La comparación entre las puntuaciones centiles de nadadores y entrenadores se muestra en la Figura 2.

Escalas	Deportistas (media±DT)	Entrenadores (media±DT)	Z	P
Control del estrés	39,2±11,2	42,0±0,0	0,177	0,858
Evaluación del rendimiento	23,9±7,1	23,0±1,0	0,059	0,952
Motivación	20,0±4,9	18,0±2,0	1,066	0,284
Habilidad mental	19,7±3,5	18,0±3,6	0,651	0,511
Cohesión del equipo	20,0±1,3	22,0±1,0	2,014	0,031

Tabla 6. Puntuaciones en las distintas escalas del CPRD para la categoría alevín en natación.

Escalas	Deportistas (media±DT)	Entrenadores (media±DT)	Z	P
Control del estrés	37,7±14,9	56,8±5,0	2,805	0,056
Evaluación del rendimiento	24,1±6,8	30,5±5,5	1,345	0,178
Motivación	18,8±5,0	21,0±3,0	0,605	0,544
Habilidad mental	21,4±3,8	22,6±1,5	0,740	0,459
Cohesión del equipo	19,5±1,5	22,0±1,0	2,287	0,020

Tabla 7. Puntuaciones en las distintas escalas del CPRD para la categoría infantil en natación.

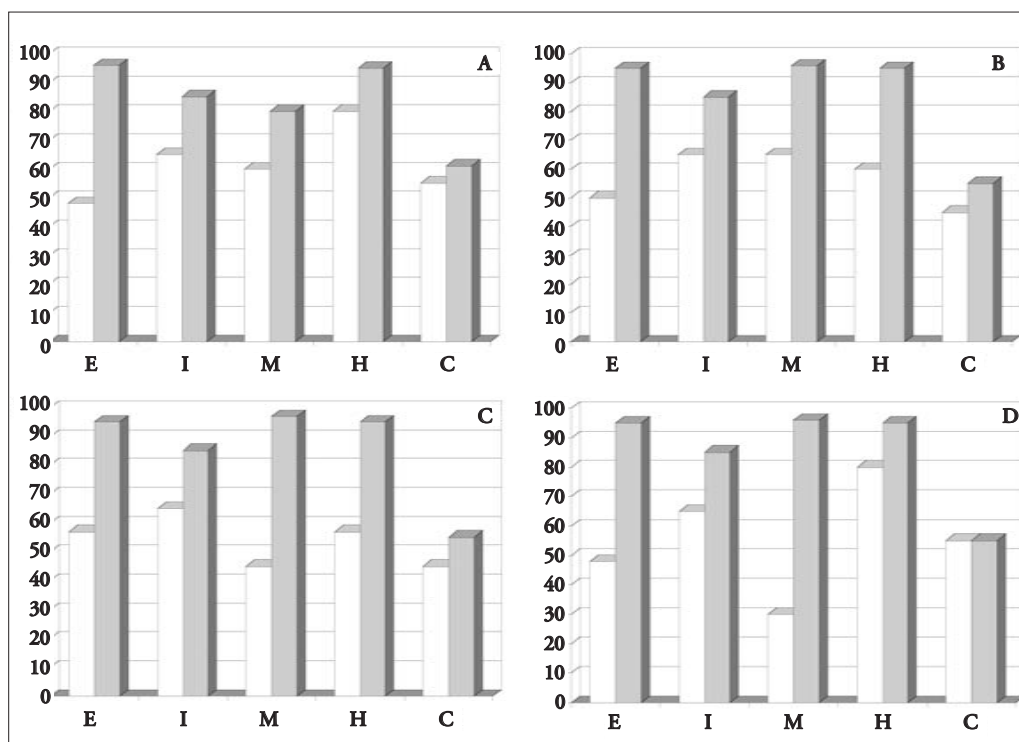


Figura 1. Comparación entre las puntuaciones centiles obtenidas por los piragüistas y las deseadas por sus entrenadores. E: control de estrés; I: evaluación del rendimiento; M: Motivación; H: Habilidades mentales; C: cohesión.

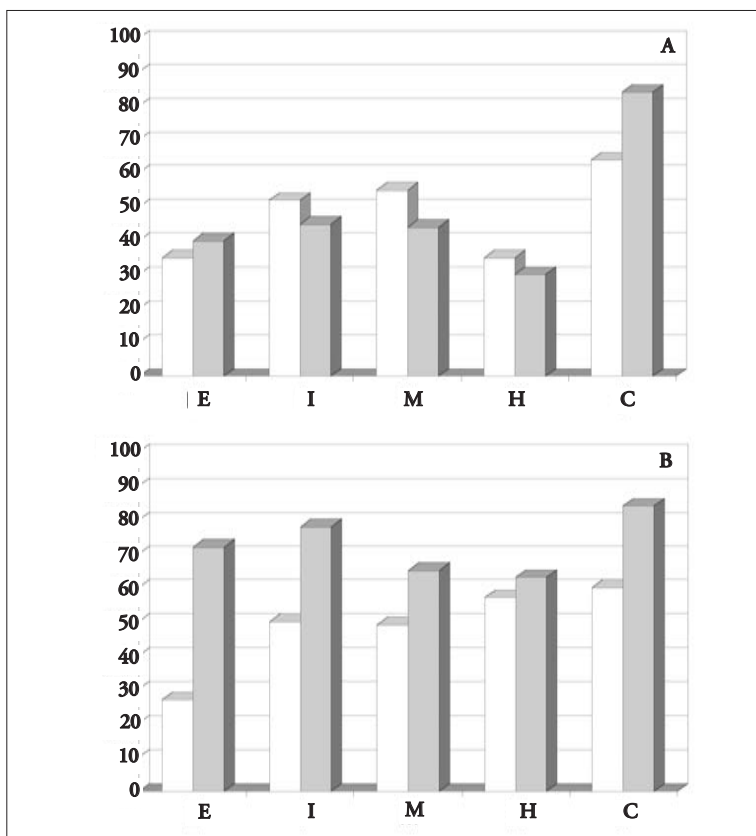


Figura 2. Comparación entre las puntuaciones centiles obtenidas por los pnadadores y las deseadas por sus entrenadores. E: control de estrés; I: evaluación del rendimiento; M: Motivación; H: Habilidades mentales; C: cohesión.

Discusión

Aunque el entrenamiento ha emergido como una disciplina científica (Woodman, 1993), no existe un marco conceptual que represente la compleja realidad con la que trabajan los entrenadores. Diversos autores han descrito el entrenamiento como un proceso que implica varias fases, tales como observación, evaluación, desarrollo de un plan de acción, implementación y reevalua-

ción (Lyle, 1993). Sin embargo, este proceso no aporta información acerca de las variables que deben observarse y evaluarse para el desarrollo de un plan adecuado. En consecuencia, se han desarrollado modelos conceptuales que, por ejemplo, racionalizan el dominio de la enseñanza (Tinning, 1982) o aportan un marco para el estudio del impacto de las condiciones de liderazgo sobre la satisfacción y el rendimiento de los atletas (Smith y Smoll, 1990). No obstante, dichos

modelos no representan toda la complejidad del proceso de entrenamiento, por lo que, con un enfoque más general, Cote et al. (1995) han identificado mediante entrevistas no estructuradas, el conocimiento de los entrenadores de gimnasia, agrupando los resultados en propiedades, categorías y componentes. Esta aproximación ha permitido articular un modelo de entrenamiento de ámbito general que incluye componentes de competición, entrenamiento y organización. En dicho modelo se describen los componentes y relaciones que permiten explicar como los entrenadores trabajan hacia su objetivo de ayudar a los atletas mediante la elaboración de modelos mentales de las necesidades a cubrir para un adecuado rendimiento y para el manejo de las dificultades que puedan surgir en el curso del entrenamiento. El modelo hace explícito qué variables deben ser observadas para desarrollar e implementar planes de acción adecuados.

La literatura en psicología del deporte enfatiza la importancia de los entrenadores en términos de su influencia sobre las respuestas psicológicas de los deportistas a la experiencia deportiva (Barnet, Smith y Smoll, 1992; Bredemeier y Shields, 1993). Esta influencia puede ser positiva o negativa, dependiendo del énfasis de los entrenadores en los objetivos a cubrir por los deportistas y en el tipo de interacción establecido con éstos (Balaguer, Duda, Atienza y Mayo, 2002). Gould et al. (1999) han argumentado que se conoce poco sobre la mejor manera de ayudar a los entrenadores a desarrollar las capacidades mentales de sus atletas y los resultados de distintos investigadores apuntan a que se requiere una mayor información sobre la necesidad de programas de entrenamiento psicológico para los entrenadores y un mejor conocimiento acerca de cómo los entrenadores pueden valorar las capacidades de sus atletas.

Diversos autores han realizado investigaciones en que se ha utilizado al entrenador como fuente para obtener información acerca de las variables psicológicas de los deportistas (Bloom, Crumpton y Anderson, 1999; Bloom et al., 2003; Cote et al., 1995; Cote y Sedwick, 2003; Gould et al., 2002). En España, Escudero, Balagué y García Mas (2002) llevaron a cabo un estudio del conocimiento de variables psicológicas en entrenadores de baloncesto mediante una aproximación metodológica cualitativa basada en entrevistas abiertas. Este trabajo estaba encaminado fundamentalmente al desarrollo de una metodología que permitiese un mejor conocimiento de las variables psicológicas del deportista mediante los datos obtenidos de sus entrenadores.

Son diversas las investigaciones en las que los entrenadores han tenido que evaluar el nivel que presentan sus atletas en distintas capacidades psicológicas. Así, Hanson y Gould (1988) llegan a la conclusión de que los entrenadores no eran capaces de realizar estimaciones adecuadas de la ansiedad-rasgo o de la ansiedad-estado de sus deportistas. Grove y Hanrahan (1988) tampoco encontraron una gran consistencia entre las habilidades mentales autoinformadas por jugadores de jockey de élite y sus entrenadores. En otro estudio, Huddleston et al. (1995) analizaron las diferencias entre la orientación competitiva de atletas y jugadores de voleibol y la percepción que tenían los entrenadores de dicha orientación competitiva, observando que las puntuaciones asignadas por los entrenadores en competitividad eran significativamente menores que las indicadas por los propios atletas, aunque no existían diferencias en lo que se refería a las orientaciones de meta y a las orientaciones de logro. Más recientemente, Leslie-Toogood y Martin (2003) han puesto de manifiesto que, a pesar de existir

un escaso parecido en las puntuaciones asignadas por los entrenadores a las fortalezas y debilidades en las capacidades mentales de sus jugadores y las propias percepciones de éstos, los entrenadores afirmaban estar perfectamente capacitados para valorar dichas capacidades.

En nuestro caso el objetivo era tratar de ofrecer a los entrenadores una herramienta para que conociesen la diferencia entre la situación real de los deportistas y los requerimientos del propio entrenador. Evidentemente no es lo mismo solicitar a un entrenador que estime como es su deportista a que valore como quiere que sea, ya que en el primer caso se trata de una estimación y en el segundo de una concreción, que permitiría acercarse de una forma lo más objetiva posible a la realidad y disponer de datos utilizables para una modificación de aquellos aspectos que requiriesen una mejora, ayudando a los deportistas a la mejora de su rendimiento.

Como afirma Buceta (1999) trabajar en este contexto no es sencillo, pero es más fácil hacerlo si se investigan cuestiones que importan a los deportistas y los entrenadores y estos reciben una información valiosa que les ayude a mejorar su método de trabajo. Gracias a su amplia construcción teórica, el CPRD permite evaluar las variables relacionadas con el rendimiento y la interacción de las mismas, lo que puede hacer factible el diagnóstico diferencial y el establecimiento de prioridades en los objetivos de la intervención (Pérez-Llantada et al., 1997). Al comprender no sólo la realidad en la que se mueven los deportistas sino también la realidad en la que a los entrenadores les gustaría que se moviesen sus deportistas, es factible la identificación de una distancia sociológica, no de sentido común, sino objetiva, que muy probablemente de otro modo hubiese

sido obviada o dejada al azar. Por otra parte, el comparar con los requerimientos de los entrenadores y no directamente con las puntuaciones máximas marcadas por el cuestionario, se evita un más probable rechazo por parte de los deportistas y nos acercamos a la realidad que desea el entrenador, que al igual que requiere de sus jugadores una determinada forma física y un buen nivel técnico y táctico, también busca en sus atletas un estado psicológico que les permita afrontar la competición con las mayores garantías posibles.

Los datos del presente estudio ponen de manifiesto que, para los practicantes de las dos disciplinas deportivas analizadas, existe una correlación entre las puntuaciones obtenidas en las distintas escalas del cuestionario y aquellas que desearían los entrenadores para sus atletas. Sin embargo y, como cabría esperar, las puntuaciones propuestas por los entrenadores, eran, en general, más altas que las resultantes de las auto-evaluaciones de los deportistas. En el caso de los piragüistas esas diferencias afectaban en la categoría infantil a las escalas de control del estrés, evaluación del rendimiento y motivación, manteniéndose diferencias marcadas en lo que se refería tanto al control del estrés como a la motivación en las categorías superiores. Curiosamente, los aspectos relacionados con el espíritu de equipo y el buen ambiente grupal –los que mostraban mayor coincidencia cuando se comparaban las respuestas de los piragüistas con los requerimientos de sus entrenadores– eran aquellos en los que se detectaban mayores diferencias entre los nadadores y sus preparadores. Se trata de un aspecto importante y un estudio llevado a cabo con entrenadores universitarios canadienses ha demostrado que estos entendían, comprendían e implementaban actividades de cohesión a lo largo de la temporada, planeando actividades destinadas a incrementar

la misma (Bloom et al., 2003), llegando a plantearse si la capacidad de los entrenadores para construir una cohesión de equipo a través de diferentes actividades puede llegar a marcar una diferencia entre entrenadores con éxito y aquellos que no lo tienen. En cualquier caso, nuestro análisis pone de manifiesto aspectos medidos objetivamente que demuestran como en ambas disciplinas la realidad psicológica de los deportistas difiere de la deseada por sus entrenadores y cómo en ambos casos existen aspectos a trabajar para lograr alcanzar el estado psicológico ideal marcado por los entrenadores.

Una limitación del presente estudio es que el perfil psicológico ideal para los entrenadores puede no ser considerado el adecuado para otros profesionales del entorno de los deportistas, tales como psicólogos, médicos, preparadores físicos, etc. Por otra parte, una cuestión por resolver es que, como se ha indicado anteriormente, los entrenadores no parecen ser capaces de evaluar adecuadamente las fortalezas y debilidades mentales de sus atletas (Leslie-Toogood y Martin, 2003), de tal modo que si un entrenador sugiere al depor-

tista que es necesaria la mejora de determinadas habilidades autoevaluadas mas favorablemente de lo que lo hace el entrenador, muy posiblemente el atleta sea poco receptivo a dicha sugerencia. Por el contrario, si el deportista percibe que no necesita mejorar determinadas capacidades porque el entrenador las ha valorado en exceso, es posible que no quiera ir contra las percepciones de éste, lo que también puede traducirse en problemas de rendimiento. Las deficiencias en la capacidad que tienen los entrenadores para estimar el estado de determinadas variables psicológicas en sus deportistas podría influirles también cuando se plantea cuales serían las realidades psicológicas ideales para aquellos. ¿es posible que la situación ideal que buscan los entrenadores en sus deportistas no sea la mejor situación psicológica de cara a optimizar el rendimiento?. Aunque no podemos responder a dicha pregunta con los datos del presente estudio, si nos gustaría resaltar que queda abierta la puerta para una futura línea de investigación que puede tener importantes repercusiones sobre el entrenamiento psicológico de los deportistas y el trabajo directo con los entrenadores.

Referencias

- Balaguer, I., Duda, J. L., Atienza, F. L., y Mayo, C. (2002). Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport and Exercise*, *3*, 293-308.
- Barnett, N., Smith, R. L. y Smoll, F. (1992). Effects of enhancing coach-athlete relationships on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, *6*, 111-127.
- Bloom, G. A., Crumpton, R. y Anderson, J. E. (1999). Systematic observation study of the teaching behaviours of an expert basketball coach. *The Sport Psychologist*, *13*, 157-170.
- Bloom, G. A. (2003). Expert coaches perceptions of team building. *Journal of Applied Sport Psychology*, *15*, 129-143.
- Boixados, M., Valiente, L., Mimbbrero, J., Torregorsa, M. y Cruz, J. (1998). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de Psicología del Deporte*, *7*, 295-310.

- Bredemeier, B. J. L. y Shileds, D. L. L. (1993). Moral psychology in the context of sport En R. Singer, M. Murphey y L. K. Tennant (eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp 587-599). Nueva York: Mcmillan.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Buceta, J. M. (1999). Intervención psicológica en el entrenamiento deportivo: estrategias para optimizar el funcionamiento de jugadores de baloncesto en sesiones de ensayo repetitivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 39-52.
- Cote, J., Salmela, J., Trudel, P., Baria, A. y Russel, S. (1995). The coaching model: a grounded assessment of expert gymnastic coaches' knowledge. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 1-17.
- Cote, J. y Sedgwick, W. A. (2003). Effective behaviors of expert rowing coaches: a qualitative investigation of Canadian athletes and coaches. *International Sports Journal*, 7, 62-77.
- Chorkawy, A. L. y Rushall, B. S. (1981). Coaching language – constructs or specifics?. *Sport Coach*, 5, 8-9.
- Escudero, J. T., Balagué, G. y García-Mas, A. (2002). Estudio del conocimiento de variables psicológicas en entrenadores de baloncesto mediante una aproximación metodológica cuantitativa. *Revista de Psicología del Deporte*, 11, 111-122.
- Ezquerro, M. y Buceta, J. M. (2001). Estilo de procesamiento de la información y toma de decisiones en competiciones deportivas: las dimensiones rapidez y exactitud cognitivas. *Análise Psicológica*, 1, 37-50.
- Gimeno, F., Buceta, J. M. y Pérez-Llantada, M. C. (2001). El cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD): características psicométricas. *Análise Psicológica*, 1, 93-113.
- 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, 103-126.
- Gould, D., Damarjian, N. y Medbery R. (1999). An examination of mental skill training in junior tennis coaches. *The Sport Psychologist*, 13, 127-143.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C. y Chung, Y. (2002). A survey of U.S. Olympic coaches: variables perceived to have influenced athlete performances and coach effectiveness. *The Sport Psychologist*, 16, 229-250.
- Grove, J. R. y Narran, S. J. (1988). Perceptions of mental training needs by elite field hockey players and their coaches. *The Sport Psychologist*, 2, 222-230.
- Hanson, T. W. y Gould, D. (1988). Factors affecting the ability of coaches to estimate their athletes trait and state anxiety levels. *The Sport Psychologist*, 2, 298-313.
- Hernández Mendo, A. Pérez Mazuecos, G. y Peñalver Ruiz, I. (2003). Intervención psicológica en deportistas con deficiencias visuales. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 8, marzo. <http://www.efdeportes.com/efd58/visual.htm> [Consulta:10/10/2004]
- Huddleston, S., Ahrabi-Fard, I. y Garvin, G. W. (1995). Self-evaluation compared to coaches' evaluation of athletes' competitive orientation. *Journal of Sport Behavior*, 18, 209-214.
- Ibáñez, S. J. (1996). *Análisis del proceso de formación del entrenador de baloncesto*. Tesis doctoral no publicada. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada.
- Leslie-Toogood, A. y Martin, G. L. (2003). Do coaches know the mental skills of their athletes?. Assessment from volleyball and track. *Journal of Sport Behavior*, 26, 56-68.

- Lyle, J. W. B. (1993). Towards a comparative study of the coaching process. *Journal of Comparative Physical Education and Sport*, 15, 14-23.
- Mahoney, M. J. (1989). Psychological predictors of elite and non elite performance in Olympic weightlifting. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 1-12.
- Mahoney, M. J., Gabriel, T. J. y Perkins, T. S. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist*, 1, 181-199.
- Pérez-Llantada, M. C., Buceta, J. M., López de la Llave, A., Gimeno, F. y Ezquerro, M. (1997). El cuestionario "Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD): un estudio con la escala de control del estrés. *R.E.M.E. (revista Electrónica de Motivación y Emoción)*, 5. <http://reme.uji.es/articulos/apxrem3930912102/texto.html> [Consulta:10/11/2004].
- Smith, R. E. y Smoll F. L. (1990). Self-esteem and children's reactions to youth sport coaching behaviours: a field study of self-enhancement processes. *Developmental Psychology*, 26, 987-993.
- Tinning, R. (1982). Improving coaches' instructional effectiveness. *Sport Coach*, 4, 37-41.
- Woodman, L. (1993). Coaching: a science, an art, an emerging profession. *Sport Science Review*, 2, 1-13.

Anexo

Ítems del Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)
(Gimeno, Buceta y Pérez Llantada, 2001)

1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito
2. Mientras duermo suelo darle muchas vueltas” a la competición en que voy a participar
3. Tengo una gran confianza en mi técnica
4. Algunas veces no me encuentro motivado(a) para entrenar
5. Me llevo muy bien con otros miembros del equipo
6. Rara vez me encuentro tan tenso(a) como para que mi tensión interfiera negativamente con mi rendimiento
7. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición
8. En la mayoría de las competiciones confío en que lo haré bien
9. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración
10. No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mi mismo(a)
11. Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo)
12. A menudo estoy “muerto(a) de miedo” en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición
13. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer
14. Cualquier pequeña lesión o un mal entrenamiento puede debilitar mi confianza en mi mismo(a)
15. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo
16. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba
17. Durante mi actuación en una competición mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas
18. Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo
19. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición
20. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo(a) antes de que comience una competición
21. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente
22. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante
23. Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer, me “veo” haciéndolo como si estuviera viéndome desde mi persona en un monitor de televisión
24. Generalmente, puedo seguir participando (jugando) con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones
25. Cuando me preparo para participar en una prueba, intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real
26. Mi confianza en mi mismo(a) es muy inestable
27. Cuando mi equipo pierde me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual
28. Cuando cometo un error en una competición me pongo muy ansioso
29. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte

30. Soy eficaz controlando mi tensión
31. Mi deporte es toda mi vida
32. Tengo fe en mi mismo(a)
33. Suelo encontrarme motivado(a) por superarme día a día
34. A menudo pierdo la concentración durante la competición como consecuencia de las decisiones de los árbitro o jueces que considero desacertadas y van en contra mía o de mi equipo
35. Cuando cometo un error durante una competición suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo, o alguien que esté entre los espectadores
36. El día anterior de una competición me encuentro habitualmente demasiado nervioso(a) o preocupado(a)
37. Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mi al 1000% en lugar de objetivos que no dependen sólo de mí
38. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo
39. No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte
40. En las competiciones suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes
41. A menudo pierdo la concentración durante una competición por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final
42. Suelo aceptar bien las críticas o intento aprender de ellas
43. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una competición
44. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía
45. Cuando finalizo una competición analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o el partido por separado)
46. A menudo pierdo la concentración en la competición a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios
47. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí puedan tomar el entrenador durante una competición
48. No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situaciones que deba corregir o mejorar
49. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer
50. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada competición
51. Mi confianza en la competición depende en gran medida de los éxitos o fracasos en las competiciones anteriores
52. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás
53. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante la competición
54. Suelo confiar en mí mismo(a) aun en los momentos más difíciles de una competición
55. Estoy dispuesto(a) a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor