

JUECES Y OFICIALES DE REGATAS A VELA; MOTIVACIONES, PERCEPCIONES Y FORMACIÓN

Jordi Renom Pinsach y Andy Halcón Palencia*

SAILING RACE JUDGES AND OFFICIALS: PERCEPTIONS, MOTIVATIONS AND TRAINING

KEYWORDS: Sport officiating, Sailboat racing, Psychological skills, Questionnaire.

ABSTRACT: This is a preliminary exploratory study of the perceptions and beliefs of Spanish sailing race judges and officials. All modalities of sailboat races are complex activities that require members of race and protest committees to be highly organised and prepared. With this goal in mind, most current training programmes for judges, officials, referees and measurers mainly focus on technical knowledge and the correct application of yacht racing rules. However, sport officiating also requires other personal skills to manage and solve, usually under pressure, situations produced on board and on land.

This paper's main aim was to compile information on the motivations, feelings and beliefs of 170 Spanish sailing judges and officials recognised by Spanish Sailing National Authority (RFEV) through a brief qualitative questionnaire. This information allows the needs and new content for future training programmes that include psychological skills to be identified.

Correspondencia: Jordi Renom Pinsach. Departamento de Metodología de las CC. del Comportamiento. Universitat de Barcelona. Facultat de Psicologia. Psicólogo colaborador de la Real Federación Española de Vela.

* Pedagogo, Medidor Internacional de 470 y Responsable de la Formación de Medidores Nacionales de Vela Ligera de la Real Federación Española de Vela.

— *Fecha de recepción: 1 de Junio de 2006. Fecha de aceptación: 8 de Mayo de 2007.*

Introducción

Tradicionalmente la psicología del deporte se ha orientado hacia el deportista y el entrenador dejando en un segundo plano al resto de agentes como los árbitros, jueces, jurados, oficiales y medidores. (en adelante “jueces”) (Cruz, 1997; Cuadras 1988; Guillén y Jiménez, 2001; Guillén, 2003; Riera, 1985). Si esto ya sucede en deportes populares la situación se agrava en actividades de poca difusión como la Vela.

Pese a que existen algunos estudios psicológicos sobre los regatistas (Araujo y Serpa, 1999; Beggs, Derbyshire, y Whitmore, 1993; Renom y Renom, 1993 y 2005; Renom y Violan, 2003), los centrados en los jueces son casi inexistentes (FCV, 1999). Sin embargo, la actividad exige de este colectivo cualidades como capacidad de observación, atención-concentración, visualización espacial dinámica, evocación-interpretación rápida del Reglamento de Regatas a Vela (RRV) (RFEV, 2005), capacidad de abstracción, capacidad de análisis y atribución causal, autoestima, auto-confianza, tolerancia a la crítica y a la frustración, empatía, habilidades de comunicación, resistencia a la fatiga, percepción de profundidad, buena visión periférica y ausencia de problemas de lateralidad, entre otros (Renom, 2005ab).

La actividad de los jueces es diversa, oscila desde simples eventos locales a otros con una alta presión emocional (mundiales, JJOO, Copa América, regatas con apuestas, patrocinadores...). De por sí las regatas ya son complejas, exigen una buena organización dinámica con cambios meteorológicos que pueden aplazarlas durante horas. A esto se añade la complejidad del RRV, y su desconocimiento por parte de muchos regatistas. Si a todo esto añadimos la necesidad de mantener una imagen y saber

transmitir didácticamente las decisiones a los regatistas resulta una combinación de factores con elevada presión.

En este escenario, el presente trabajo aporta un primer estudio del colectivo de jueces como medida previa hacia futuras intervenciones que incluyen el diseño de un programa de formación que integre también aspectos de orden psicológico (Garcés y Vives, 2003). No obstante, para ello será conveniente describir someramente la forma en que se desarrolla la competición en vela.

Las regatas son carreras de embarcaciones similares en circuitos geométricos invisibles, señalizados mediante boyas, normalmente orientados a la dirección del viento. Están sujetas al RRV pero también a unas Reglas de Clase (RC) propias de cada tipo de embarcación (Clase). El RRV es un complejo entramado de reglas común a todos los eventos e implicados en su organización; jueces, árbitros, medidores y, por supuesto, los propios regatistas. En general varía poco entre clases, es percibido como duro, poco motivante y sancionador (FCV, 1999). En términos educativos esto se acentúa en las clases infantiles, ya que puede fomentar valores no deseables dado el sistema vigente de audiencia de protestas (FCV, 1999; Renom y Subirats, 2005). Actualmente, se aplica el mismo reglamento tanto para niños de 8 años (Clase *Optimist*) como para regatistas adultos profesionales o del equipo olímpico. Esta falta de concesiones unida a su complejidad hace que sea poco comprensible a los jóvenes incrementando la probabilidad de infracciones por desconocimiento y descargando en los jueces el consiguiente esfuerzo didáctico.

El RRV se renueva cada 4 años, pero varía poco, mantiene su redacción muy técnica y cuando se introduce un cambio es necesario ir dibujando dinámicamente la regla afectada

para comprenderla. Muchas tratan del derecho de paso entre embarcaciones y requieren de un ejercicio mental de estimación de movimientos relativos (cinemáticas) vistos en planta (2D) que luego han de aplicarse en la navegación real (3D) (Renom, 2003, 2006). En resumen, a efectos cognitivos el RRV exige un elevado nivel de comprensión lectora, razonamiento verbal, capacidad de evocación y memoria así como una elevada capacidad para la visualización dinámica.

Por último, para velar por el cumplimiento de esta normativa existe un Comité de Regatas, cuyo personal es responsable de la organización de la regata, y un Comité de Protestas, constituido por los Jueces responsables resolución de las protestas. En la mayoría de regatas también existe el Medidor y en las de juicio directo el Árbitro.

La formación de este colectivo, viene gestionada por las diferentes CCAA a través de cursos teóricos y unas prácticas, todo ello de tipo técnico (RRV) y evaluado mediante un test escrito. En los últimos años, para mantener en activo la condición de juez, oficial o medidor nacional también hay que asistir a un seminario de actualización.

Método

Este trabajo recoge los principales resultados y conclusiones obtenidos a partir del cuestionario *Juryquest* empleado por la RFEV para sondear las opiniones del colectivo de jueces respecto a su rol y actividad. Con *Juryquest* se abordan por primera vez algunos aspectos de orden personal y psicológico de los jueces, dado que hasta la fecha no se han tenido en consideración en su formación. La metodología empleada ha sido de tipo cualitativo (Culver, Gilbert, y Trudel, 2003) dado el carácter exploratorio e inicial de este trabajo.

Participantes

Juryquest fue administrado presencial y anónimamente a 170 oficiales, jueces y medidores en activo que asistieron a los dos seminarios de actualización organizados por la RFEV a finales de 2005 y comienzos de 2006. Estadísticamente este colectivo puede considerarse como la población acreditada de personal en activo habilitado por la RFEV para 2006. En cuanto al perfil, es mayoritariamente masculino con un amplio rango de edad, entre los 20 y 70 años, y un perfil de experiencia y dedicación muy diverso.

Material

El cuestionario constaba de 11 preguntas de respuesta abierta con un espacio delimitado para responder. *Juryquest* no planteaba aspectos concretos sobre habilidades psicológicas, su objetivo era simplemente captar las percepciones espontáneas personales de los jueces sobre su rol que pudieran ser abordadas con más detalle en un siguiente estudio. Las preguntas seleccionadas estaban agrupadas en bloques y procedían de la adaptación de cuestionarios similares (Renom y Renom, 1992; FCV, 1999) destinados al colectivo de instructores y entrenadores.

Bloque sobre motivaciones:

1. ¿Qué motivos te impulsaron a ser Juez de Regatas?
2. ¿Que motivos te mantienen en activo?
3. ¿Cómo juez qué es lo mejor y lo peor de una regata?

Bloque sobre cualidades

4. ¿En base a tu experiencia cuáles crees que son las principales cualidades que debe tener un buen juez?
5. ¿Actualmente cuáles son los “puntos débiles” del colectivo de jueces?
6. ¿Sueles proceder por igual en las regatas con adultos que con las clases infantiles/juveniles?

Bloque Perfil

7. ¿Qué imagen crees que tienen los regatistas y entrenadores del colectivo de jueces?

8. ¿Qué sientes hacia los regatistas?

Bloque Formación

9. ¿Qué cambios efectuarías en la formación de los jueces?

10. ¿Qué iniciativas fomentarían la incorporación de nuevo personal a este colectivo?

11. ¿Alguna observación personal más?

Procedimiento

Tras una breve presentación el cuestionario se administró sin incidencias durante 20 minutos de forma colectiva y simultánea al inicio de ambos seminarios.

Análisis de datos

Al tratarse de un cuestionario abierto se han debido analizar cada una de las respuestas con el fin de extraer categorías con mensajes similares. Inicialmente se identificaron más de 2000 mensajes distribuidos heterogéneamente entre las 11 preguntas. Tras una revisión inicial, se establecieron categorías para cada pregunta. Posteriormente, tres colaboradores previamente entrenados efectuaron por separado la asignación de respuestas a categorías. En la gran mayoría de casos hubo coincidencia y solo en un 10% de respuestas hubo desacuerdo en la asignación prevaleciendo o bien el criterio mayoritario (2-1) o bien la eliminación de categorías que resultaban sistemáticamente de difícil encaje. Como resultado de este proceso se obtuvo diferente variedad de categorías para cada pregunta, en ocasiones con algún solapamiento, pero que se respetaron dado el interés por diferenciar las ideas similares aunque expresadas literalmente con distintas palabras.

Una vez extraídas las categorías principales de cada pregunta se calcularon los

correspondientes porcentajes de mensajes que contenían referidos al total de recogidos en cada pregunta y no al total de los 170 encuestados. Por tanto, la cantidad total de mensajes variaba en cada pregunta, y también en cada encuestado, puesto que algunos aportaban más ideas que otros. Así pues, la unidad de análisis fue el mensaje o aportación de cada idea nuclear y no la respuesta global escrita por el encuestado.

En cuanto a los porcentajes asociados a las categorías en cada pregunta son valores relativos y aproximados que sólo apuntan tendencias y que no deben entenderse como estimaciones precisas de las opiniones del colectivo. En este sentido es importante considerar el objetivo exploratorio de *Juryquest* y recordar también que se trata de impresiones personales, es decir, percepciones subjetivas que no tienen por qué responder a una situación real objetiva o de referencia. El cuestionario trata de captar la forma en cómo los jueces sienten y/o perciben su rol y actividad, no la realidad de los mismos ni la medida de sus impresiones. Cualquier interpretación al respecto debe efectuarse bajo esta consideración.

Otro punto a destacar es la dispersión de perfiles. Entre los 170 encuestados existían distintos roles (jueces, oficiales, medidores,...) cruzados con diferentes niveles de experiencia. Algunos eran también entrenadores y/o regatistas, otros manifestaban claramente su vinculación como padres de regatistas y algunos se identifican como profesionales del Derecho o empleados de Clubes Náuticos dedicados a organizar regatas. A todo esto hay que añadir el hecho de que actúan con distintas Clases y diferente cobertura geográfica. Esta dispersión aconseja de nuevo considerar los resultados como tendencias de base para posteriores estudios.

Resultados

Como paso previo a los resultados parciales, cabe destacar la cantidad de mensajes (370) recogidos en la pregunta 3 (*En base a tu experiencia cuáles crees que son las principales cualidades que debe tener un buen juez*) frente a la media de 180 obtenidos en el resto de preguntas.

Bloque Motivación: ser juez parece ser un proceso natural tras una etapa como regatista que han dejado principalmente o bien por edad o bien por motivos económicos (presión). Por lo general manifiestan una gran afición a la mar, la navegación y la vela y un deseo de seguir vinculados con ese mundo y ambiente. Convertirse en juez es una

“salida”, una forma reconocida y organizativamente encuadrada para mantener esta conexión. Al margen de esta tendencia general también aparecen pequeños colectivos que se involucraron por casualidad o bien por ser padres de regatistas. Otros manifiestan una clara vinculación profesional con el mundo de las regatas.

En cuanto a la motivación por seguir, aumentan las referencias al ambiente, la pasión por el mar y el hecho de formar parte de un equipo, de una organización, que les permite seguir en contacto con las regatas. En diversos casos hablan de abandonar pero siguen en activo por el ambiente y el contacto con el resto de participantes y de regatistas jóvenes. (Ver Figura 1)

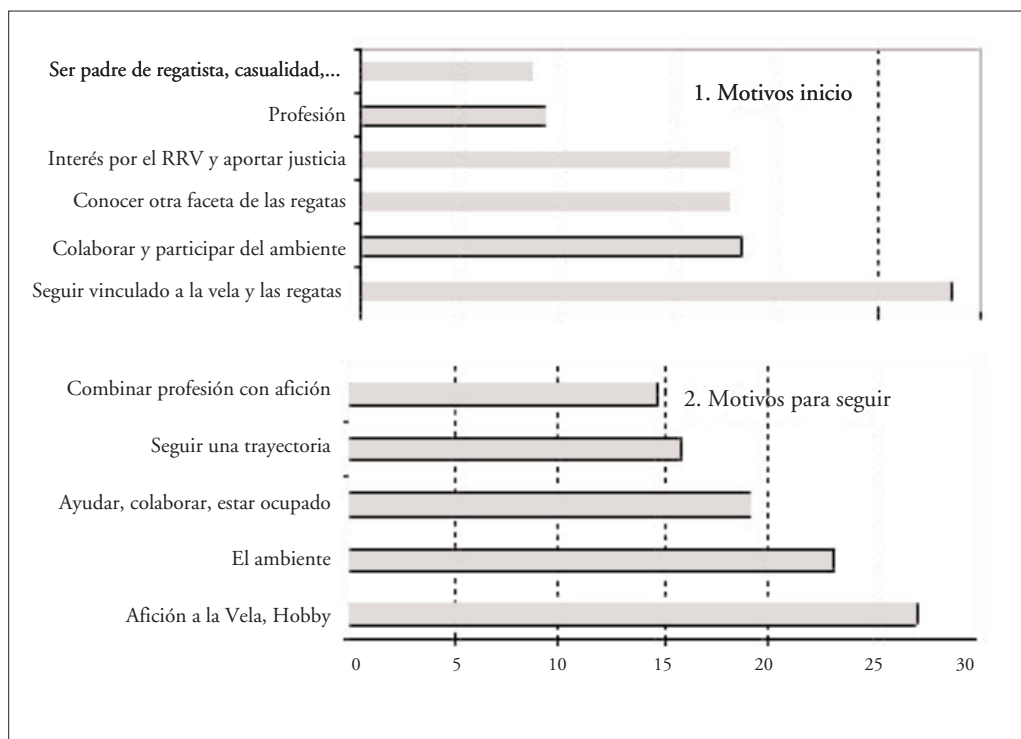


Figura 1. Bloque Motivaciones.

Respecto a la pregunta 5, en lo positivo se cita de nuevo el ambiente de compañerismo, la satisfacción de la propia labor, seguidos también por el hecho de viajar, conocer gente... etc. En general, también son sensibles al reconocimiento y a la crítica y en cuanto a los momentos clave de las regatas destacan las salidas y las llegadas siempre bajo el principio de que cuantas menos incidencias mejor (pasar desapercibido).

En lo negativo destaca la actividad en tierra, la vista de las protestas y las decisiones

conflictivas que pueden acabar en descalificación. Otros factores son la presión experimentada y el temor a fallar, todo ello combinado con la ingerencia de terceros (padres, entrenadores, directivos...). (Ver Figura 2)

Bloque sobre cualidades: El objetivo es conocer las características deseables que este colectivo valora de si mismo así como sus "puntos débiles". También incluye una pregunta especial sobre un tema que preocupa organizativamente (RFEV); la forma de proceder en competiciones infantiles/juveniles.

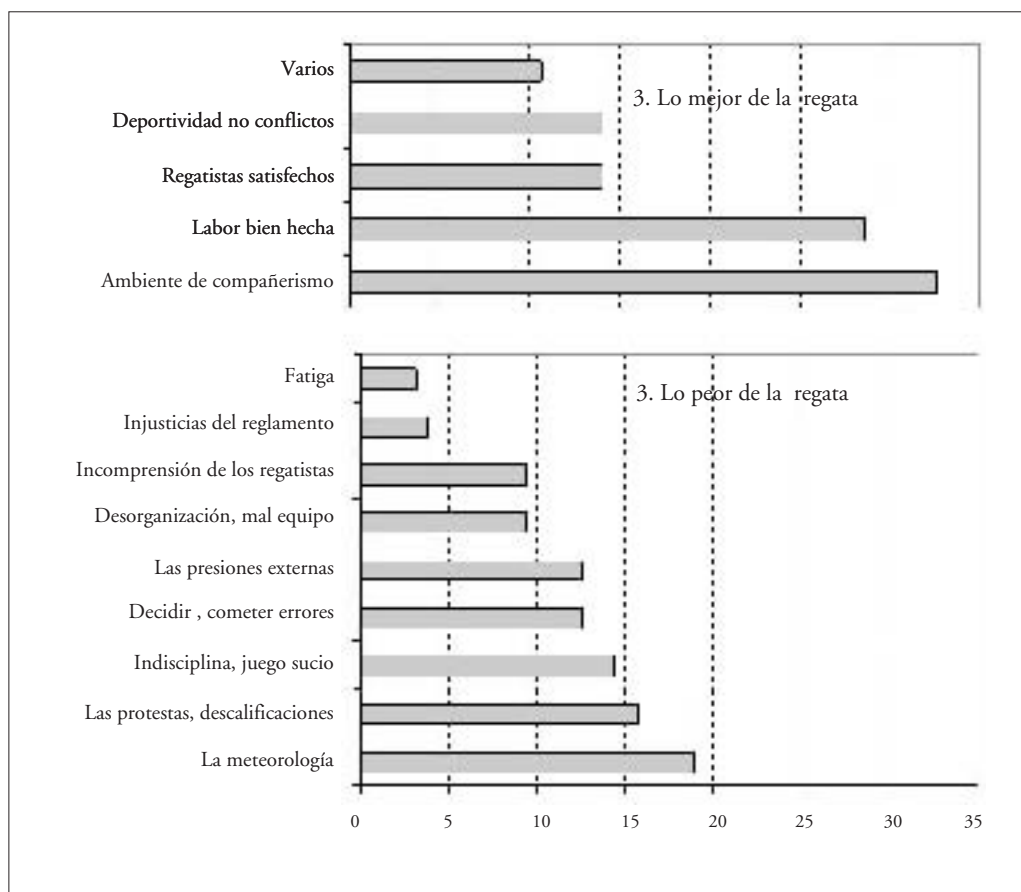


Figura 2. Bloque Motivaciones (valoración de la regata).

Respecto a las cualidades predomina la faceta más humana de la actividad frente a la estrictamente técnica. La magnitud de la producción de mensajes es un hecho muy positivo ya que informa de la claridad sobre su propio rol. Muchas ideas aluden a la asertividad, la visión global de la actividad, la humildad en reconocer los errores. La preparación técnica (RRV, navegación...) se da por asumida, sólo destaca cierta sensibilidad hacia el conocimiento especializado de cada Clase, temas de seguridad y meteorología.

Frente a estas cualidades los principales deficiencias asumidas giran alrededor de la falta de preparación y de comunicación-organización dentro del colectivo. Las críticas apuntan a la falta de experiencia de muchos jueces como navegantes y también al sistema de formación para el que se reclama una

mayor exigencia de acceso, reciclajes y promoción de prácticas tutorizadas.

Un apartado especial afecta a la intervención en regatas infantiles/juveniles. Los jueces tienen muy claro su funcionamiento diferencial, su rol docente con niños, especialmente en tierra, en las protestas y en la importancia de explicar sus decisiones y el RRV. Las diferencias de funcionamiento se manifiestan especialmente en la forma de trato dispensado a los regatistas más que en el contenido de las actuaciones y decisiones como juez. Es importante matizar que, aunque predominan las respuestas negativas, algunas de las positivas lo son por el hecho que el juez manifiesta una disposición didáctica constante, sea cuál sea la edad de los regatistas con quienes actúa. (Ver Figuras 3 y 4)

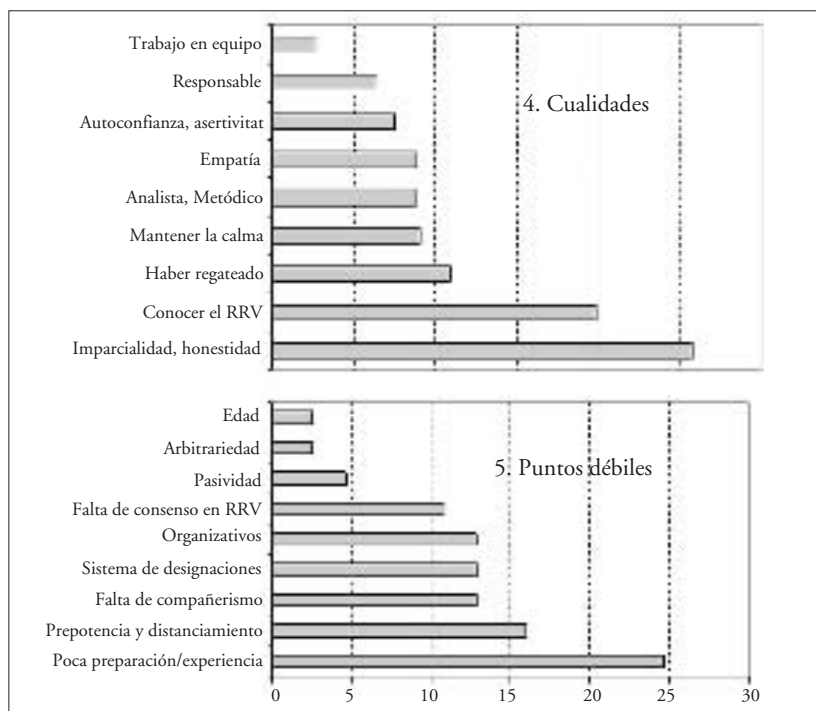


Figura 3. Bloque cualidades.

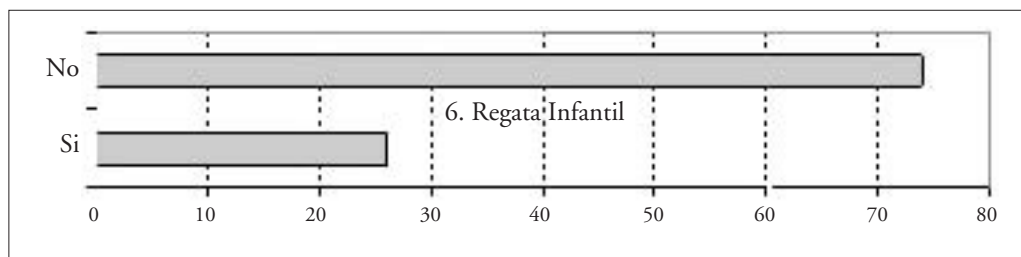


Figura 4. Bloque Cualidades (regatas infantiles).

Curiosamente bastantes de estos resultados coinciden con los obtenidos en el trabajo publicado en esta misma revista por Guillén y Jiménez (2001). Estos autores identificaron como principales cualidades de los jueces la (1) imparcialidad, (2) dominio del reglamento, (3) aplicación del reglamento, (4) igualdad de trato de los deportistas y (5) honradez, mientras que en presente estudio el orden hallado es (1) imparcialidad, (2) dominio del reglamento, (3) haber regateado, (4 y 5) mantener la calma, ser metódico y (6) empatizar, saber escuchar.

Podemos matizar que la cualidad "haber regateado" informa de que el juez tiene experiencia para saber cuando y cómo aplicar el RRV. En este sentido, las tres primeras cualidades de ambos estudios coinciden.

Bloque Imagen: los jueces manifiestan una visión muy negativa de su colectivo aunque con algunas matizaciones positivas cuando (1) el juez ha sido regatista, (2) el nivel de los regatistas es mayor y (3) regatas de cruceros. La regla consensuada por los jueces sería "a peor nivel de los regatistas peor imagen tienen de los jueces" aunque también se dan mensajes que apuntan hacia la lenta mejora de esta imagen. Paradójicamente, la mayoría expresa sentimientos muy positivos hacia los regatistas que aumentan

con el nivel técnico y de experiencia que se les atribuye. (Ver Figura 5)

Bloque Formación: frente a los mensajes críticos aportados en el resto de preguntas, a la hora de proponer cambios (pregunta 9) aquí predomina el intensificar la formación, especialmente la práctica, a la vez que se garantice la posibilidad de actuación en regatas una vez ya obtenida la titulación correspondiente. Una parte de los encuestados condicionarían la titulación al hecho de tener experiencia propia como regatista. En general muchas de estas propuestas se combinan con la de estandarizar los sistemas de formación y nombramiento a nivel territorial que constituyen la principal causa de abandono o desmotivación. Sobre este último punto, el abandono, se han constatado muy pocas alusiones. La tendencia general parece ser mas bien una crítica hacia diferentes facetas de la actividad pero sólo en contadas ocasiones se menciona el abandono o desvinculación.

En segundo lugar, al plantear la incorporación de nuevo personal, el principal mensaje apunta a la divulgación de la figura del juez entre los regatistas. Se proponen medidas basadas en la comunicación que se concretan en un incremento de la publicidad junto a la aproximación entre colectivos a través de reuniones y encuentros durante los eventos. (Ver Figura 6)

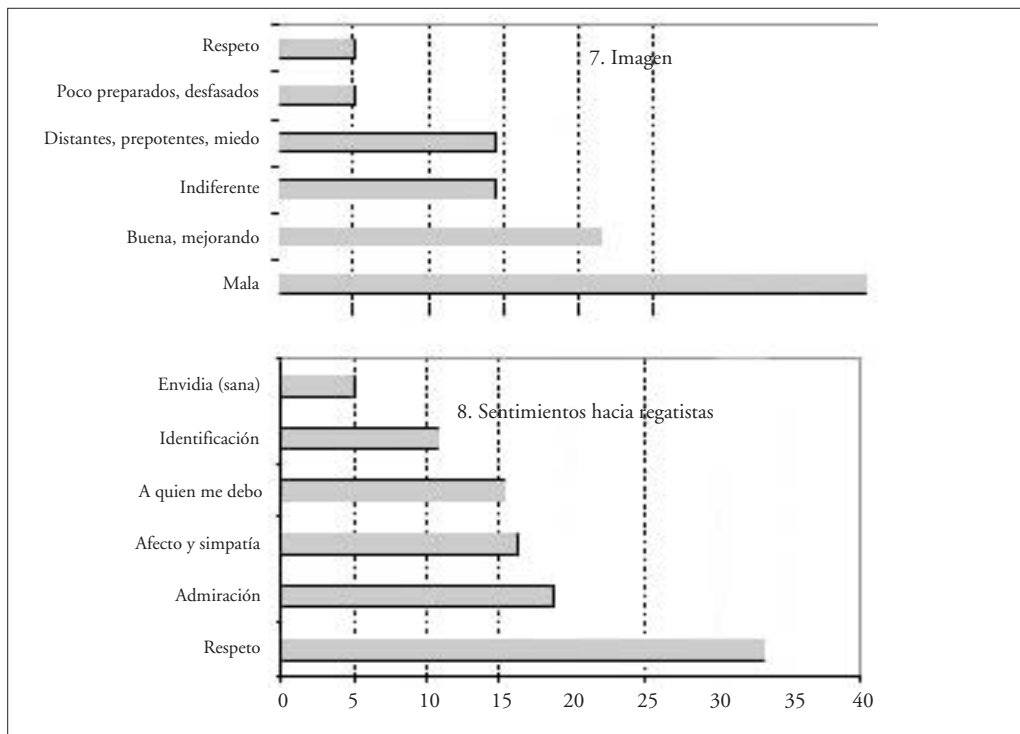


Figura 5. Bloque Imagen.

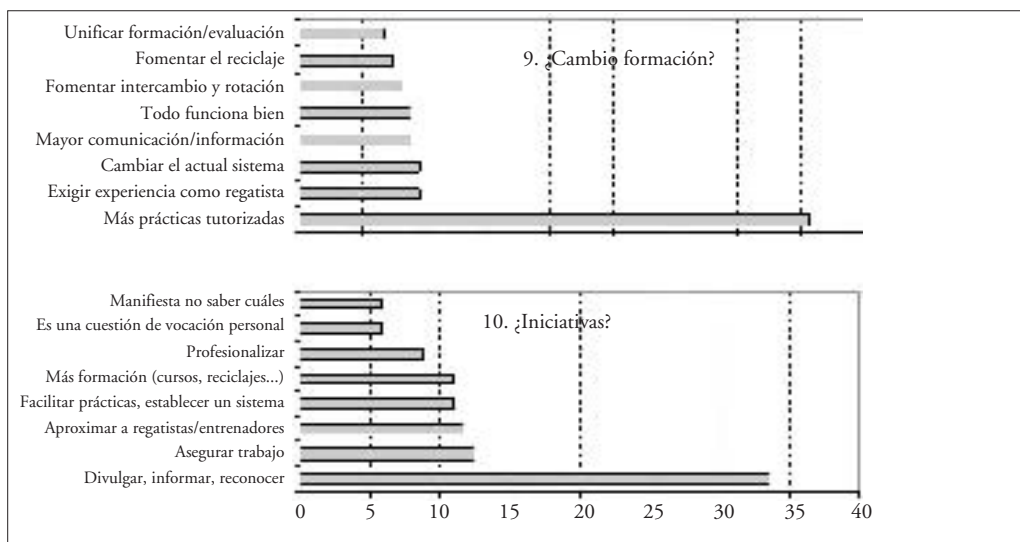


Figura 6. Bloque Formación.

En cuanto a la última pregunta referida a aportaciones libres no se aprecian tendencias ni líneas de opinión consistentes. En la mayoría de casos se trata de aclaraciones de respuestas anteriores o de aportaciones puntuales en distintas direcciones.

Discusión

Los mensajes aportados por *Juryquest* han servido para constatar un colectivo muy motivado e implicado en su labor pero también crítico y con una auto-imagen muy negativa de su rol. De las respuestas se desprende la necesidad de una formación que complemente la de tipo técnico y que aporte recursos personales que permitan afrontar las situaciones habituales en el marco de las regatas. El propio Reglamento de Formación de Árbitros y Jueces especifica una serie de condiciones de orden personal de los jueces como en el apartado 9.2.b (*“Los jueces en activo están obligados a...Prestar los servicios para los que sean designados mostrando el temperamento y conducta que se espera de un juez de regata”*) o en el apartado 6.1 referido a los instructores que preparan a los jueces (*“los instructores deberán poseer excelentes conocimientos y acreditada experiencia y cualidades docentes ...”*)

Otro ejemplo se encuentra en el apartado 14.1.3 (p. 8) referido a la evaluación de la competencia de los candidatos mediante una prueba *“...el test estará enfocado a demostrar*

que los candidatos poseen un conocimiento en profundidad del RRV adecuado a su especialidad, así como capacidad para adoptar en situaciones de presión”

Es evidente que el reglamento considera necesarias una serie de cualidades personales pero existe un vacío en cuanto a la descripción objetiva de cuáles se trata. Tampoco son contempladas en la etapa de formación donde se prioriza el conocimiento e interpretación del RRV.

Vista la situación se han abierto dos líneas de intervención orientadas (1) a la formación sobre el propio rol, especialmente el educativo, estableciendo códigos de conducta desde la etapa de formación y prácticas (tema muy extendido en el ámbito anglosajón) y (2) la preparación en habilidades psicológicas como la mejora de la atención, concentración, auto-confianza y auto-control emocional, trabajo en equipo y unas bases tanto en comunicación verbal como no verbal (lenguaje gestual) con vista a las audiencias de protestas. De la lectura en detalle de las respuestas también se concluye la necesidad de una preparación en técnicas organizativas de orden general como el establecimiento de objetivos (*Goal Setting*).

Con este propósito las primeras acciones emprendidas durante 2007 desde la RFEV han sido una campaña de sensibilización hacia el propio rol educativo y la identificación de las principales fuentes de alteración emocional durante la regata.

JUECES Y OFICIALES DE REGATAS A VELA; MOTIVACIONES, PERCEPCIONES Y FORMACION

PALABRAS CLAVE: Arbitraje deportivo, Regatas a vela, Habilidades psicológicas, Cuestionario.

RESUMEN: Este es un primer estudio exploratorio sobre las percepciones y creencias de los Jueces y Oficiales de regatas españoles. Todas las modalidades de regatas a vela son actividades complejas que requieren un elevado nivel de organización y preparación por parte de quienes integran los Comités de Regata y de Protestas. Con este fin la mayoría de programas de formación para jueces y oficiales están enfocados al conocimiento técnico, y correcta aplicación, del Reglamento de Regatas a Vela. No obstante, la organización de una regata también requiere de otras habilidades personales necesarias para gestionar y solucionar, normalmente bajo presión, situaciones producidas tanto a bordo como en tierra.

Mediante un cuestionario cualitativo el objetivo de este trabajo consiste en extraer información a cerca de las motivaciones, sentimientos y creencias de 170 jueces y oficiales acreditados por la Real Federación Española de Vela. Esto permite identificar necesidades y nuevos contenidos para un futuro programa de preparación que implique también habilidades psicológicas.

ÁRBITROS E OFICIAIS DE REGATA NA VELA: PERCEPÇÕES, MOTIVAÇÕES E FORMAÇÃO

PALAVRAS-CHAVE: Arbitragem desportiva, Regatas à vela, Competências psicológicas, Questionário.

RESUMO: Este é um primeiro estudo exploratório sobre percepções e crenças dos juízes e oficiais de regata espanhóis. Todas as modalidades das regatas à vela são actividades complexas que requerem um elevado nível de organização e preparação por parte de quem integra os Comités de Regata e de Arbitragem. Com este fim, a maioria dos programas de formação para árbitros e oficiais são focalizados no conhecimento técnico e sobre a correcta aplicação dos regulamentos em vigor. Contudo, a organização de uma regata também requer outras competências pessoais necessárias para gerir e solucionar, normalmente sob pressão, situações ocorridas tanto a bordo quanto em terra.

O objectivo deste trabalho consiste em recolher informação, através de um questionário qualitativo, acerca das motivações, sentimentos e crenças de 170 juízes e oficiais reconhecidos pela Real Federação Espanhola de Vela. A informação recolhida permitirá identificar necessidades e novos conteúdos para um programa de formação que implique também competências psicológicas.

Referencias

- Araujo, D. y Serpa, S.(1999). Toma de decisión dinámica en diferentes niveles de “expertise” en el deporte de la vela. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, (1), 103-116.
- Beggs, A., Derbyshire, J. y Whitmore, J. (1993): *Fitness for sailing*. Brighton: Fernhurst.
- Cuadras, A. (1988). *Evaluación de los componentes cognitivos de la ansiedad en árbitros de baloncesto*. Trabajo de investigación de Doctorado, Univ. Autónoma de Barcelona, Barcelona.
- Cruz, J. (1997). Asesoramiento psicológico en el arbitraje y juicio deportivos. En J. Cruz (Ed). *Psicología del Deporte* (pp.245-269). Madrid: Síntesis.
- Culver, M., Gilbert, W. y Trudel, P.(2003). A decade of qualitative research in Sport Psychology Journals: 1990-2000. *The Sport Psychologist*, 17,1-15.
- Dosil, J. (2003). La función educativa del arbitro y juez deportivo. en F. Guillén (Dir.). *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo* (pp. 133-160). Barcelona: INDE.
- Federació Catalana de Vela. (1999): *Apuntes para una vela infantil de futuro*. Barcelona: Fira de Barcelona.
- Garcés, E. y Vives, L. (2003). Formación en árbitros y jueces deportivos: mejora de las competencias y habilidades psicológicas del árbitro. en F. Guillén (Dir.). *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo* (pp.161-186). Barcelona: INDE.

- Guillén, F. y Jiménez, H. (2001). Características deseables del arbitraje y el juicio deportivo. *Revista de psicología del Deporte*, 10, 23-34.
- Guillén, F. (Dir.) (2003). *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo*. Barcelona: INDE.
- RFEV (2005). *Reglamento de competiciones 2005*. Madrid: RFEV.
- Renom, J. (2004). *Metodología de la enseñanza de la Vela*. Barcelona: Paidotribo.
- Renom, J. (2005a). *Psicología deportiva: jueces y jurados*. Seminario Jueces de Regata. RFEV, Sanxenxo.
- Renom, J. (2005b). 1985-2005: *Formación y asesoramiento psicológico de los técnicos de la Federación Catalana de Vela*, Comunicación X Congreso Nacional y Andaluz de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Málaga.
- Renom, J. (2006). Simuladores para el aprendizaje y entrenamiento en Vela. *Apuntes de Educación Física y Deportes*, 85, 56-67.
- Renom, J. y Renom, M. (1992). *La enseñanza y práctica de la Vela: un estudio piloto sobre las opiniones de sus técnicos*. En Actes VII Jornades ACPE. (pp. 203-210). Barcelona: ACPE.
- Renom, J. y Renom, M. (2005). *Aspectos psicológicos en Vela Adaptada*. Comunicación X Congreso Nacional y Andaluz de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Málaga.
- Renom, J. y Subirats, J. (2005). Factores psicológicos implicados en el paso del Optimist a las clases juveniles. *Revista de Medicina del Deporte*, 145, 23-34.
- Renom, J. y Violan, J.A. (2002). *Entrenamiento psicológico en Vela*. Barcelona: Paidotribo
- Riera, J. (1985). *Introducción a la psicología del deporte*. Barcelona: Martínez Roca