

psicodeportes

LA REVISTA DE LA ASOCIACIÓN DE PSICÓLOGOS DEL DEPORTE



REVISTA ANUAL
Número 24
Año 25

ISSN. 1851 - 8656

Octubre 2017 | Valor \$ 180

ACOMPAÑANDO EL CRECIMIENTO DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE



MODELO COMUNICACIONAL DE D'APRIX - HACIENDO CAMINO... - PSICÓLOGO DEPORTIVO Y PRENSA -
COMPARTIENDO EXPERIENCIAS - EL VENENO DEL ÉXITO - PERFIL PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO DEPORTIVO
EN REMEROS DEL SELECCIONADO ARGENTINO - EL ENCUADRE DE TRABAJO DE UN PSICÓLOGO DEPORTIVO -
TRES MOMENTOS: UNA PASIÓN - RECUPERACIÓN DE LESIONES: UN CASO PRÁCTICO - ENTRENAMIENTO
MENTAL CON EVALUACIÓN DE LOS FACTORES... - LAS NEUROCIENCIAS EN EL CENARD - ESCUELA PARA PADRES -
EL ROL DEL PSICÓLOGO DEPORTIVO EN EL CUERPO TÉCNICO - ENTRENAMIENTO MENTAL CON LA SELECCIÓN
ALEMANA - EXPERIENCIAS COMPARTIDAS: APDA EN CONGRESOS INTERNACIONALES

 **APDA**
Asociación de Psicología
del Deporte Argentina

ÍNDICE

- 04** **MODELO COMUNICACIONAL DE D'APRIX A LA ACTIVIDAD DEL ENTRENADOR DE EQUIPOS DEPORTIVOS**
Lic. Alfredo Fenili
- 06** **HACIENDO CAMINO...**
Mg. Alejandra Florean
- 08** **JUICIO POR CALUMNIAS E INJURIAS EL PSICÓLOGO DEPORTIVO Y "LA PRENSA MALDITA"**
Mg. Marcelo Roffé
- 11** **COMPARTIENDO EXPERIENCIAS**
Lic. Sandra Ferro
- 14** **EL VENENO DEL ÉXITO**
Lic. Nelly Giscafne
- 16** **PERFIL PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN REMEROS DEL SELECCIONADO ARGENTINO.**
Lic. Raúl Barrios - Lic. Damián Ursino
- 18** **EL ENCUADRE DE TRABAJO DE UN PSICÓLOGO DEPORTIVO**
Lic. Patricia Fuentes
- 20** **TRES MOMENTOS: UNA PASIÓN**
Lic. Nelly Giscafne - Mg. Marcelo Roffé - Mg. Alejandra Florean
- 24** **RECUPERACIÓN DE LESIONES: UN CASO PRÁCTICO**
Lic. María Belén Pineda
- 26** **ENTRENAMIENTO MENTAL CON EVALUACIÓN DE LOS FACTORES QUE AFECTAN EL RENDIMIENTO EN LA PRÁCTICA DEL RUGBY EN JUGADORES JUVENILES DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES**
Lic. Javier Ignacio Villa
- 28** **PROCESO DE TRANSFORMACIÓN PARA TRASCENDER EN EL DEPORTE JUVENIL ARGENTINO. LAS NEUROCIENCIAS EN EL CENARD**
Dra. Patricia Wightman de Wortelboer
- 30** **PROYECTO: ESCUELA PARA PADRES**
Lic. Hugo Daniel Ajzenberg
- 32** **EL ROL DEL PSICOLOGO DEPORTIVO CON EL CUERPO TECNICO**
Lic. Adriel Levy
- 34** **ENTRENAMIENTO MENTAL CON LA SELECCIÓN ALEMANA**
Lic. Adriana Inés Mirella - Lic. Carlos Mazzone
- 36** **EXPERIENCIAS COMPARTIDAS: APDA EN CONGRESOS INTERNACIONALES**
Lic. Nelly Giscafne - Lic. María Belén Pineda
Lic. Sandra Ferro - Mg. Alejandra Florean

psicodeportes

psicodeportes
Personería Jurídica I.G.J n° 1.565.606
Organismo Oficial A.P.D.A
Asociación sin fines de lucro



DISEÑO EDITORIAL Y PORTADA:
AGE, Estudio de Diseño.
www.somosage.com.ar
hola@somosage.com.ar

Se prohíbe la reproducción total y/o parcial de todos los artículos sin previa autorización de la Asociación de Psicólogos del Deporte Argentina. Las opiniones expresadas en los artículos firmados son responsabilidad de sus autores y no necesariamente coincide con la de los editores.

 **APDA**
Asociación de Psicología del Deporte Argentina



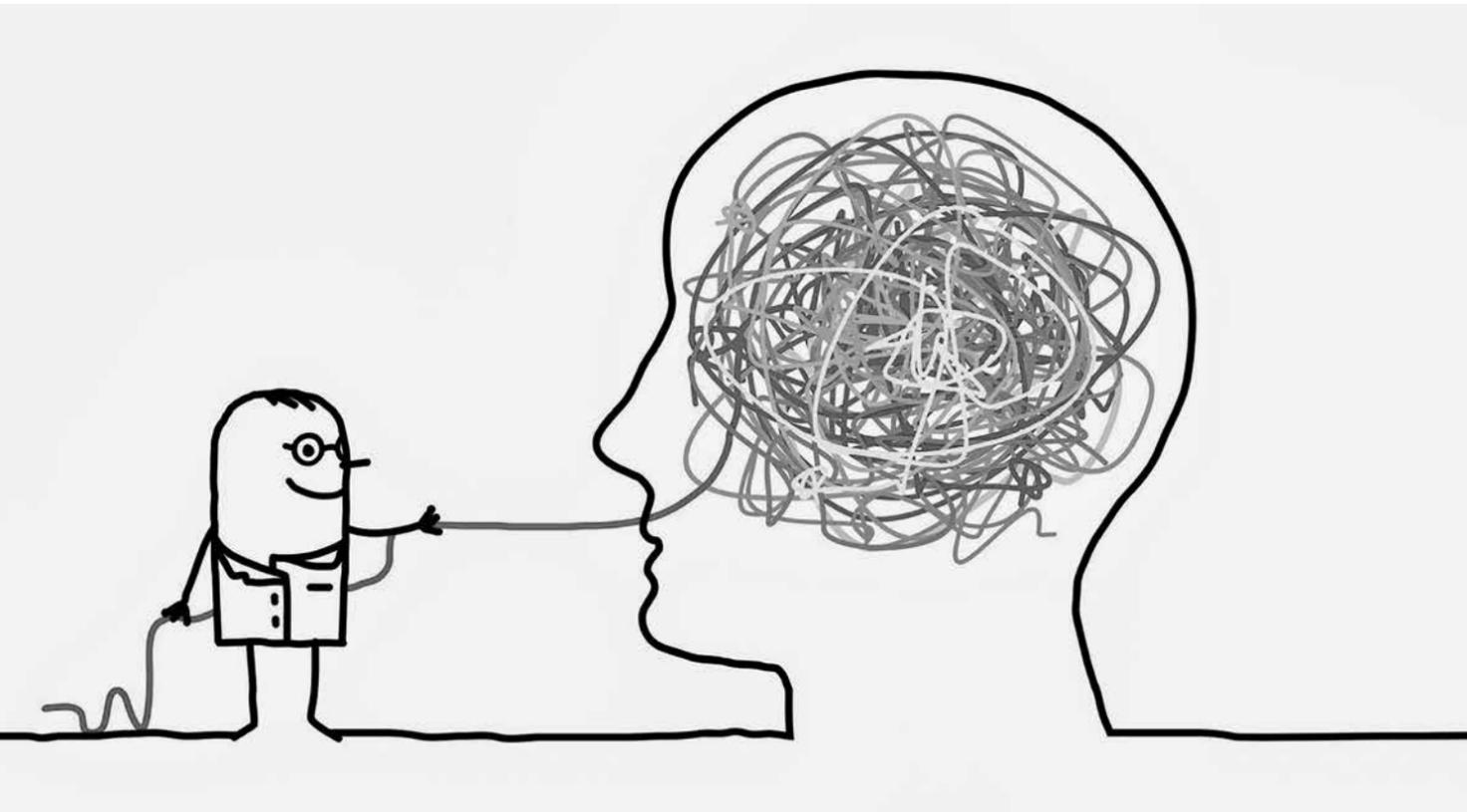
EDITORIAL

MG. ALEJANDRA FOREAN
Presidente de APDA



Hacer la editorial de esta nueva edición de la Revista Psicodeportes que ya nos acompaña hace 25 años es realmente difícil, ya que siempre es una ocasión especial pero este año realmente es una ocasión súper especial. En esta edición APDA está cumpliendo 25 años de vida, de historia, de experiencias compartidas, no sólo desde la psicología del deporte, como congresos, jornadas, viajes a congresos, cursos de formación, etc. sino de momentos de vida que nos marcan. Durante estos años, ha habido casamientos, nacimientos, cumpleaños, separaciones, cambios de trabajo, pérdidas, logros, etc. Hemos crecido y los chicos que nacieron han crecido, y están presentes en cada evento que hacemos acompañando a los padres, están los pequeños aun también presentes, los vimos y los vemos crecer y nos ven crecer... Ver a los chicos grandes nos hace dar cuenta de todo lo recorrido, es un balde de realidad. Seguramente podría escribir mil anécdotas vividas, contarles mil situaciones divertidas que pasamos en todo este tiempo, pero no sería tan especial como lo es para mí, haberlas vivido. En esta edición, intentaremos compartir con Uds. artículos de colegas que comparten parte de su experiencia y su recorrido, también como fue nuestra experiencia en Sevilla 2017, como también un poco de historia escrita y también algunas imágenes. El objetivo es que en ésta ocasión nos quede una revista no sólo de artículos sino también de recuerdos de estos años recorridos juntos.

QUERIDOS APDIANOS: GRACIAS POR TODOS ESTOS AÑOS RECORRIDOS JUNTOS Y POR MUCHOS AÑOS MÁS DE APDA!! MUY FELIZ CUMPLEAÑOS!



Adaptación del **MODELO COMUNICACIONAL DE D'APRIX** a la actividad del entrenador de equipos deportivos.

“LA MÁS BÁSICA DE LAS NECESIDADES DE LA COMUNICACIÓN EN EL TRABAJO ES DAR ORIENTACIÓN AL TRABAJADOR...

LA GENTE NECESITA SABER CLARAMENTE QUÉ SE ESPERA DE ELLA”. ROGER DÁPRIX.



LIC. ALFREDO FENILI
Especializado en Psicología del Deporte
Coordinador de Capacitación de la
Secretaría de Deporte de la Nación.
Socio fundador de APDA.
alfredofenili@yahoo.com.ar

El modelo comunicacional de Roger D'aprix está muy difundido en las organizaciones; en su libro “La comunicación para el cambio” pone de manifiesto las necesidades básicas de comunicación y el vínculo que a partir de ellas se genera: el vínculo como causa y consecuencia de patrones comunicacionales activos. El modelo es bastante claro y sencillo en su enunciado, pero bastante difícil de aplicar, no por contradicciones o complejidades del mismo sino más bien por las actitudes comunicacionales de las personas. La base son 6 preguntas que cualquier persona dentro de una organización debería poder contestar, si eso ocurre es

un signo claro de una comunicación vital, activa y con orientación al logro: 1) ¿Cuál es mi tarea?, 2) ¿Qué tal lo estoy haciendo?, 3) ¿Le importa a alguien lo que hago?, 4) ¿Cómo le va a mi unidad?, 5) ¿Cuál es la visión y cuáles los valores?, 6) ¿En qué puedo ayudar? Estas preguntas son pertinentes no sólo en el mundo de las corporaciones, sino que perfectamente pueden adaptarse a los equipos deportivos: la relación establecida entre los entrenadores y sus jugadores debería permitir la posibilidad que estos últimos puedan contestarse las preguntas. Va aquí una propuesta de adaptación, también en un modelo de 6 preguntas: 1) ¿Cuál es

nuestra estrategia? (orientación a los objetivos), 2) ¿Cuál es mi función y mi rol? (la responsabilidad de cada jugador), 3) ¿Qué tal lo estoy haciendo? (retroalimentación de desempeño), 4) ¿Cómo nos está yendo? (orientación al grupo), 5) ¿Cuáles son nuestros valores? (la forma de competir, la forma de comportarse, las elecciones de conducta), 6) ¿Cómo puedo ayudar? (solidaridad y cohesión de

¿Están los entrenadores preparados para dar respuestas a estos requerimientos? Tal vez las nuevas competencias críticas se orienten más en ese sentido que en de la capacidad técnica y táctica; cada vez alcanza menos con “saber mucho” de su deporte. No es que las habilidades y capacidades tradicionales deban ser abandonadas, es que las nuevas deben sumarse efectivamente. Hoy con el know how no alcanza, el “saber



equipo). Si un jugador pueda responder a estas preguntas quiere decir que se ha establecido un puente comunicacional fluido con el entrenador; por otro lado, el entrenador a podido y decidido dar la información pertinente al respecto. El/los canales comunicacionales (directos como el “cara a cara” o medios electrónicos, por ejemplo) quedan validados por el contenido, vale decir, en este caso, el canal utilizado es válido en el sentido que lo sustantivo está en lo que se comunica.

cómo” debe transformarse en capacidad adaptativa y flexibilidad conductual, se trata de, como dicen algunas líneas dentro de la docencia, desaprender y aprender nuevas formas para desarrollar la profesión. Entrenadores nuevos para el deporte que se transforma y refunda permanentemente. La comunicación adquiere cada vez más valor en la consolidación de las individualidades y los equipos: más que conocimiento teórico, es una habilidad cada vez más necesaria de aprender, consolidar y desarrollar.

HACIENDO CAMINO...



MG. ALEJANDRA FLOREAN
Lic. en Psicología - Presidente APDA
Master en Psicología del deporte y la Actividad Física
Psicóloga de Fútbol Juvenil CASLA
aleflorean@yahoo.com.ar

Compartir experiencias muchas veces puede ser más que contar lo que cada uno de los que trabajamos en Psicología del deporte hace, o por lo menos intenta hacer.

Quienes nos precedieron, marcaron o abrieron un camino para que hoy podamos ejercer el rol, con limitaciones, deficiencias aún, pero para que en la actualidad contemos con mayor participación en el ámbito deportivo, año a año, día a día. Y ellos lo hicieron a partir no sólo de mostrarnos el camino de la teoría sino a partir de la transmisión de sus experiencias, de sus errores y aciertos.

¿Qué es o que significa compartir experiencias?

Experiencia es conocimiento, es haber realizado, vivido o sentido en primera persona. Este conocimiento que se vive en primera persona, es individual, personal es muy difícil transferir o enseñar. Intentamos explicar las situaciones, transmitir las emociones, que se fueron presentando en el camino del ejercicio del rol, no obstante, sabemos que el mismo tiene que ser vivido y experimentado por cada uno de los colegas que intente comenzar este camino. La experiencia se obtiene a partir de la interacción con la cotidianeidad, con la realidad de cada deporte, de cada institución, de cada deportista.

Se obtiene siendo parte de un equipo, de un cuerpo técnico, de una institución o bien acompañando

individualmente a un deportista, por tanto este conocimiento, esta experiencia no tiene que ver solamente con los años de ejercicio profesional que tengamos sino con la participación misma en el entorno deportivo, viviendo las situaciones que van surgiendo en el día a día.

Estas son únicas, intransferibles. No podemos definir las experiencias como buenas o malas, son simplemente experiencias que nos enseñan o mejor dicho que nos permiten aprender diariamente sobre nuestras intervenciones y participaciones en los diferentes entornos deportivos.

Lo que vivimos en primera persona, es vivencia, es algo subjetivo. No necesariamente tiene que pasarle o vivirlo otra persona de la misma manera.

Si aprendo, siento o experimento seguramente el otro o la otra situación también experimenta, aprende, siente y/o se modifica.

**“SI ME CAÍ, ES PORQUE ESTABA CAMINANDO
Y CAMINAR VALE LA PENA AUNQUE TE
CAIGAS YO SOY CAMINANTE”**

EDUARDO GALEANO

La experiencia forma y transforma, luego de diferentes intervenciones, vivencias, podemos decir que vamos adquiriendo experiencia.

Con lo dicho podemos pensar entonces que la experiencia es lo que más nos enseña, lo que más nos fortalece en nuestra formación, en nuestro crecimiento profesional. No obstante, lanzarnos a experimentar sin formación previa, nos puede colocar en una situación de poca confianza al momento



de intervenir o de dar respuestas a situaciones que el deporte o los momentos deportivos nos ponen como desafíos constantes.

Entonces, los psicólogos del deporte, partiendo de la definición de nuestra especialidad, nos proponemos enseñar, capacitar, a deportistas, entrenadores, padres, y demás actores sobre habilidades psicológicas necesarias para optimizar el rendimiento, a enseñar a trabajar con metas, a mejorar la confianza, a mejorar el liderazgo, la comunicación, etc. etc. Pero pocas veces trabajamos sobre nuestras propias habilidades a mejorar. ¿Cómo mejorar mi confianza como psicólogo del deporte? Como mejorar mi estilo de comunicación? ¿Cómo adaptarlo correctamente a un nuevo deporte? ¿Establecemos nuestras propias metas? ¿Revisamos las competencias necesarias que tiene que tener un psicólogo del deporte, y nos auto evaluamos?

Son muchas preguntas más que se me vienen a la cabeza, y no hace falta que me las contesten, sino que Uds. mismos se pregunten en primera persona, si están haciendo algo de todo eso para seguir mejorando.

Colaborar con un equipo que obtiene un título, con un deportista que gana una medalla, es una algo espectacular, pero no habla de ninguna manera de la competencia del psicólogo, no hará que valoren el rol dentro de una institución. Ya que la mayoría de las situaciones que podemos experimentar en el deporte seguramente no van a estar asociadas a los éxitos de los equipos o deportistas, y en estas ocasiones también hablará de la competencia del psicólogo o del valor del rol, o su maestría como psicólogo?

Claro que no, la consistencia entre lo que enseñamos y lo que ponemos en práctica es lo que nos ayudará a definirnos como psicólogos del deporte competentes, lo que nos ayudará a sentirnos más seguros a la hora de intervenir, y al igual que los deportistas con los cuales trabajamos, iremos mejorando entre-

nando nuestras habilidades necesarias para lograr los objetivos establecidos.

“...a menudo se pasa por alto es el desarrollo de las habilidades personales, es decir, de todas aquellas capacidades que, no formando parte del currículo de ninguna enseñanza superior, tienen una gran importancia e impacto en el desempeño profesional. Nos referimos a aspectos tales como el desarrollo y la mejora de nuestras habilidades sociales y de comunicación, nuestra capacidad de empatía, nuestra habilidad para concentrarnos, o para aplicar adecuadamente el autocontrol emocional, así como otras facetas personales formales, como la capacidad para organizar bien los tiempos, la seriedad en el ajuste a citas y horarios, la puntualidad, la limpieza y corrección en la presentación de los informes, y un largo etcétera”.¹

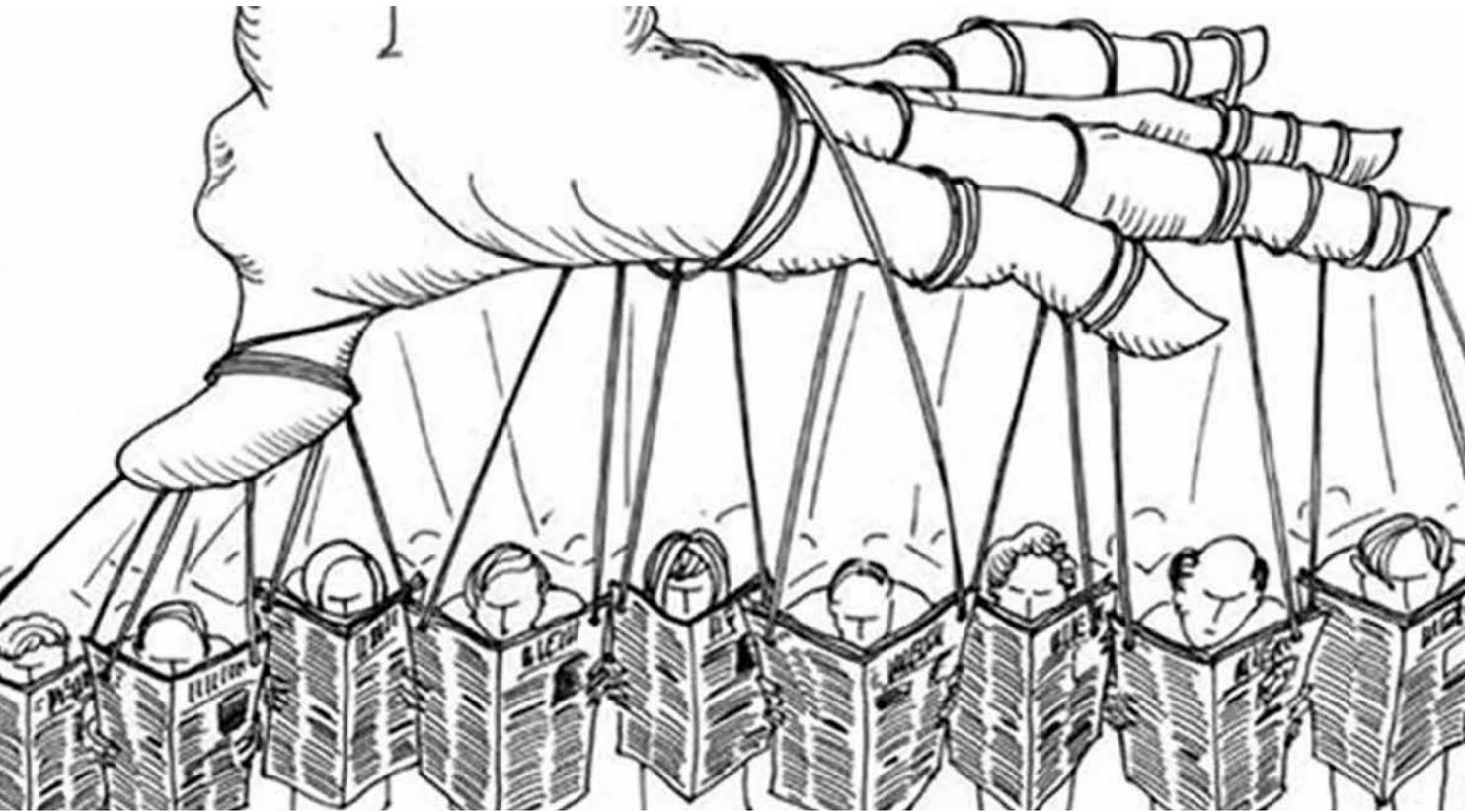
**“EL PROPÓSITO DE LA VIDA ES VIVIRLA,
SABOREAR LAS EXPERIENCIAS AL MÁXIMO
Y BUSCAR CON ENTUSIASMO Y SIN TEMOR
NUEVAS EXPERIENCIAS QUE NOS ENRIQUEZCAN”**

ELEANOR ROOSEVELT

Cita de Cantón Chirivella que transcribo para poder unir lo que venimos desarrollando, la experiencia es importante, pero como ya sabemos, no hay mejor práctica que una buena teoría, así que el camino de la teoría, de la formación continua, el trabajo sobre las habilidades personales deberían ser el pilar para poder mejorar nuestro rendimiento. No sólo para cada uno de nosotros sino también, como aquellos que nos precedieron, marcar el camino para aquellos psicólogos del deporte que comienzan ya que serán los responsables de seguir haciendo camino.

¹ Enrique Cantón Chirivella, LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE COMO PROFESIÓN ESPECIALIZADA, Papeles del Psicólogo, 2010. Vol. 31(3), pp. 237-245





JUICIO POR CALUMNIAS E INJURIAS.

EL PSICÓLOGO DEPORTIVO Y “LA PRENSA MALDITA”



MG. MARCELO ROFFE
Vicepresidente de APDA
Presidente de Solcpad
Trabajó en Selecciones Nacionales de Fútbol De Argentina y Colombia
psicologia@marceloroffe.com

TODOS SABEMOS QUE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN ES EL CUARTO PODER EN LA POLÍTICA, LOS POLICIALES, LA SOCIEDAD, LAS ARTES, ETC. PERO TAMBIÉN EN EL ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO. EL SIGUIENTE HECHO REAL QUE COMPARTIRÉ, NO TIENE DESPERDICIO PARA AYUDARNOS A FORMULAR PREGUNTAS RESPECTO DEL SECRETO PROFESIONAL, NUESTRA ÉTICA, EL PORQUÉ EN LA FORMACIÓN HACEMOS TANTO HINCAPIÉ EN “SOPORTAR “LAS TENTACIONES Y COMO NADIE ESTÁ EXENTO DE QUE LE PUEDA SUCEDER ALGO COMO ESTO, JUICIOS INCLUIDOS.

LOS HECHOS

En el año 2007 tuve la distinción curricular de ser invitado por la “Maestría de Psicología de la Actividad Física y del Deporte” de la Universidad Autónoma de Madrid, a través de mi colega y amigo, el Dr. Ricardo De la Vega Marcos, para exponer mi experiencia de más de 6 años con la Selección Argentina de Fútbol tanto en juveniles como a nivel Mayor. La solicitud era compartir un enfoque teórico-práctico con los alumnos del Master.

Había dejado de ser integrante del cuerpo técnico de AFA el año anterior cuando Jose Néstor Pekerman se fue, luego del Mundial de Alemania 2006. Sin embargo el primer error de la Universidad fue promocionar la disertación extramuros del ambiente científico y además referenciando que aun me encontraba en funciones.

El segundo error de parte de los responsables del Master, fue no habilitar mi solicitud “in situ” de

que no admitieran al periodista de la agencia EFE presente en la sala (agencia que vende noticias a medios). De hecho es coherente con el primer error, buscaron promocionar el Máster con mi persona a cualquier costo y sin medir las consecuencias. Mi error fue haber brindado la conferencia igual. Tratando de adelantarme a la jugada solicité que el cable/noticia que elaboraran me lo mostraran antes, cosa que no hizo.

Este periodista aguardo estoicamente las dos horas largas de disertación y luego en las preguntas finales, preguntó por Gago, Higuaín y Agüero, los primeros en el Real Madrid y el Kun recién arribado al Atletico. Mis respuestas fueron vagas y ambiguas, buscando prevenir algo que ya a esa altura parecía “inexorable”. La conferencia se desarrolló perfectamente, pero por este hecho me quedó una fea sensación de incertidumbre y falta de control.

Apenas llegado a Argentina, una amiga me dice: ¿viste lo que salió en INFOBAE? .La verdad es que no estaba enterado. Este diario digital acostumbrado a títulos polémicos desde hace años, publicó y tituló el 31 de mayo del 2007 en internet: “PSICÓLOGO DE LA SELECCIÓN DEJO DE LADO EL SECRETO PROFESIONAL”. Y el subtítulo fue: Marcelo Roffé, habló de Agüero, Higuaín y Gago y opinó que la mejora en el rendimiento del jugador del Atlético de Madrid “es una cuestión de tiempo”. Asimismo, repasó los seis años que le tocó vivir en el conjunto nacional.

Demás está decirles mi indignación. Aunque ganamos la pulseada judicial 4 años y medio después (así son los tiempos de la justicia en este país) y con ese dinero realizamos en familia un hermoso viaje a Cuba, el sufrimiento, la bronca, la frustración, la impotencia y la sensación de injusticia, no te los quita nadie.

LA INDIGNACIÓN

Poner como título algo así habla de varias cosas:

- Falta de profesionalismo
- Faltar a la verdad deformando la noticia original de la agencia EFE
- Buscar llamar la atención con un título polémico propio de este medio
- Hacerlo sin dar la cara, estrategia de cobardía (fue anónimo)
- Buscar el “supuesto hilo mas delgado” del psicólogo.

Hasta ese momento yo llevaba escrito sólo 2 libros y con otros colegas otros 2 libros, el primero en 1999. Y está escrito y el que me conoce lo sabe, tanto en los ámbitos profesionales de práctica como en la docencia, fui, soy y seré muy cuidadoso con lo que se puede decir y con lo que no. Inclusive en mis libros siempre hice mucho hincapié en la importancia de la ética y el secreto profesional, valores insustituibles con los que formamos a nuestros colegas en la especialidad de APDA-UBA, y que promovemos también desde SOLCPAD.

LA FALTA DE RESPONSABILIDAD

La verdad tarde o temprano sale a la luz. No hace muchos meses descubro en Twitter que un muchacho que dice ser periodista deportivo y ahora combina humor y fútbol (desconociendo de que vive en realidad) y que tiene más de 200.000 seguidores y a quien podría nombrar pero prefiero no darle publicidad (quizás es un error mío) tuitea el hecho y que cuando le llegó el cable (que otros medios de prestigio internacional como Yahoo reprodujeron bien) DIJO: “ES UNA NOTA VACÍA, VAMOS A PONERLE PICANTE” y que después cuando vino el proceso judicial se asustó bastante. Increíble pero real. A confesión de partes, relevo de pruebas.

**SI APRENDO, SIENTO O EXPERIMENTO
SEGURAMENTE EL OTRO O LA OTRA
SITUACIÓN TAMBIÉN EXPERIMENTA,
FRFRGRGRBGRBGRGNHNGN**

ACCIONES LEGALES

Nunca dudé en ir a la justicia y la justicia no me defraudó. Si bien no fue fácil inculparlos ya que nadie daba la cara e Infobae es un medio fuerte (de donde me siguieron llamando en alguna otra oportunidad para aportar algún testimonio a una nota, desconociendo este hecho) se trataba de dos cosas:

- Que pagaran por el grave error cometido y por eso me busqué los mejores abogados especializados en el tema como son los doctores Lucas Cinto Courtaux y Alfredo Huber y se les inició un juicio CIVIL por calumnias e injurias y otro PENAL (como habrá sido que al principio ofrecieron hacerme una entrevista y una aclaración del error para reparar el daño y obviamente lo rechazamos y fuimos por

todo). El que se equivoca en esta vida, paga.

- Que quedara como antecedente en la historia de la Psicología del deporte argentina y ese es el fin de esta publicación unos años después, para que a nadie le vuelva a pasar algo similar.
- Acá reproduzco mail de los abogados el 1 de septiembre del 2011.

Asunto:

AUDIENCIA RECLAMO CIVIL INFOBAE

MARCELO:

A la audiencia vamos juntos. Básicamente, el juez intenta acercar las posiciones de las partes para intentar arribar a un acuerdo (o sea, "convencer" a Infobae que ofrezca algún tipo de reparación, y a vos que "acceptes" eventualmente un monto menor al reclamado en la demanda). Obviamente el juez trabaja sobre esta posibilidad de acuerdo valorando los antecedentes que tiene hasta el momento agregados al expediente, pero sin que se haya hecho todavía ninguna de las pruebas que nosotros ofrecimos (por ejemplo, los pedidos de informes o declaraciones de nuestros testigos). Si no es posible un acuerdo, se analiza la prueba ofrecida y se ordena su producción (se fijan las fechas de audiencia, se ordenan los informes, etc.). En cuanto al estado del juicio, podemos decir que tenemos hoy el mejor escenario posible (vamos ganando), desde este punto de vista: como Infobae no contestó la demanda, ello implica para nuestra ley procesal el reconocimiento tácito de todos los hechos lícitos que nosotros invocamos en la demanda. Pero, como te decía en mi correo anterior, esto no quita que tengamos que probar los daños, que es lo principal en juicio de este tipo y como están las cosas hoy. De todas formas, como te decía, hablamos más cerca de la fecha de audiencia y coordinamos reunión previa. Lo importante ahora es que ya tengas agendada la fecha.

VALORES

El psicólogo esté en el área que esté debe cuidar su exposición mediática. Mas aun si trabaja en el

alto rendimiento deportivo o en el fútbol. No somos como los coach que "venden espejitos de colores" porque no son una profesión. Las tentaciones existen. Por eso a los futuros psicólogos deportivos les hacemos mucho hincapié en estos valores para ser eficaces. Algunos los toman y otros (los menos) lamentablemente no. Pero es nuestra obligación decirles por donde conviene ir.

PREGUNTAS

- ¿Era evitable?
- ¿Cómo se controla a los inescrupulosos o los que se creen impunes?
- ¿Qué sucede hoy en día con la gran proliferación de medios de comunicación y noticias permanentes que se inventan a diario?
- ¿Era aconsejable iniciarles acciones legales?
- ¿La prensa es mejor controlarla o que te controle?

CONCLUSIONES

Creemos que tal vez se podría haber evitado no dictando la conferencia, pero era una situación conflictiva y difícil. La dirección del Master no me cuidó, buscó su beneficio, y ese fue el origen. Si bien luego colaboró y mucho con el aporte de audios y pruebas durante el proceso judicial. Estas cosas lamentablemente pueden seguir sucediendo, por eso hay que cuidarse y prevenir. Por lo menos los 3 responsables, hasta que fueron sobreseídos, estuvieron 4 años como imputados con la preocupación del juicio penal. Si les cambió su forma de actuar o no, solo ellos lo saben.

Creemos que es un buen momento, de pleno auge de la Psicología deportiva, en crecimiento permanente para difundir este caso a través de la revista de la Asociación referente en el país y en la región. Esto me sucedió durante mi presidencia de la Asociación. Y fue un daño grave que sufrí que no se vio de manera evidente y tangible en relación a mis trabajos, pero si de manera silenciosa y tácita.

Queda como reflexión final que si así nos podemos sentir nosotros, que somos algo muy pequeño en el cosmos del alto rendimiento deportivo, imaginémosnos un instante como puede sentirse un entrenador o un deportista cuando les inventan cosas. En un minuto pueden perder una carrera de años, por un mal título o una frase sacada de contexto. Y luego de eso, es muy difícil volver.



COMPARTIENDO EXPERIENCIAS



LIC. SANDRA FERRO
Psicóloga Deportiva.
Miembro adherente de APDA.
sfpsicodeportes@gmail.com

Hay mucho escrito sobre Psicología del Deporte. Afortunadamente quienes elegimos esta hermosa especialidad hoy tenemos la dicha de encontrar el camino bien trazado. Y esto es gracias al trabajo incansable de quienes idearon, gestaron, soñaron y concretaron la creación de la Asociación de Psicología del Deporte en nuestro país, hace 25 años. A todos ellos, y en especial a sus presidentes, Nelly Giscafré, Marcelo Roffé y Alejandra Florean, ¡eternas gracias!

Decía. Hay mucho escrito sobre las funciones del Psicólogo del Deporte, el ejercicio del rol, la importancia de su formación, de estudiar y supervisar, de trabajar siempre al amparo de la ética como valor supremo. La asistencia al 14th Congreso de la ISSP, el pasado mes de julio en Sevilla, también me dio prueba de ello. Muchas de las disertaciones que tuve la posibilidad de presenciar, referenciaban los trabajos realizados, las investigaciones y los avances en la regulación del rol del Psicólogo del Deporte en el ámbito del deporte y la actividad física. Países de América Latina

y el Caribe, España y el nuestro, entre otros, se mostraron ocupados y preocupados en consolidar este, nuestro Rol, ante el intrusismo de otras profesiones y/o acreditaciones académicas que avanzan en un terreno que no les es ajeno, pero tampoco propio. Eventos científicos como estos se constituyen en espacios de conocimiento, intercambio y encuentro de vocaciones y voluntades. Sirven como parámetro del camino recorrido y de lo que aún queda por recorrer. En este sentido, alentamos por las investi

"ALENTAMOS POR LAS INVESTIGACIONES Y PUBLICACIONES, PERO TAMBIÉN POR LA POSIBILIDAD DE COMPARTIR EL TRABAJO DE CAMPO"

gaciones y publicaciones, pero también por la posibilidad de compartir el trabajo de campo, el saber adquirido entre el empirismo y la teoría, no pocas veces interpelada.

Repito. Escrito hay mucho. Modelos teóricos también. Sin embargo a la hora de intervenir, actuar, ejercer el rol, en ocasiones dichos supuestos parecen abandonarnos, quedando atrapados en una encrucijada, entre saber y verdad -al decir de Foucault- que también nos inquieta y preocupa.

A mediados del año 2013, como trabajo del 2° año de la Especialidad, tuve la posibilidad de realizar mi práctica con el equipo de División de Honor de Vóley Femenino en uno de los clubes porteños históricamente más importantes en este deporte. En ese momento, lo circunscripto del rol no ofreció oposición alguna a la entrenadora quien aceptó de buena gana lo solicitado por la Subcomisión a quien yo había pedido autorización para realizar dicha actividad.

Terminado el trabajo requerido por la Asociación se hizo una devolución de lo trabajado, tal cual lo había considerado en mi espacio de supervisión, de manera de dar un cierre formal a una función que, muy favorablemente, había interesado no solo a la entrenadora sino principalmente a las jugadoras. Al año siguiente, fueron los padres de las jugadoras de la División de Honor y de las Divisiones Inferiores, que solicitaron a la Subcomisión de



Durante seis meses fui “incorporada” al plantel que en ese entonces contaba con 18 jugadoras federadas, que entrenaban a razón de tres veces por semana un mínimo de 3 horas cada sesión de entrenamiento y jugaban uno (o dos partidos excepcionalmente) cada siete días. En ese lapso de tiempo mi tarea consistió en evaluar psicodeportológicamente a las deportistas, previamente haber entrevistado a la entrenadora, quien parecía desconocer los alcances de nuestra disciplina. No obstante ello, mostró por aquel entonces una actitud de amabilidad y cooperación en relación a las actividades propuestas, haciéndome sentir parte, generando espacios y aceptando el rol.

Vóley Femenino, que mi trabajo continuara. Previo acuerdo con las entrenadoras de las tres divisiones (mayores, inferiores, escuela) se reguló mi participación de manera formal y sistemática. Se realizaron las evaluaciones a las más de 50 jugadoras pertenecientes a dicha disciplina. Se propusieron actividades de integración y cohesión con la llegada de jugadoras nuevas, se llevaron a cabo reuniones convocando a los padres de las jugadoras más pequeñas para interiorizarlos acerca del trabajo en equipo que desde ese momento se había propuesto con todo el cuerpo técnico; se compartieron encuentros de capacitación con la participación de jugadoras y entre-

nadoras, se observaron numerosas sesiones de entrenamiento y competencias. Se informaba a las entrenadoras acerca de los resultados obtenidos en las diferentes etapas del proceso. De a poco se generó un clima de confianza y confidencialidad con diferentes jugadoras, que además de participar de las tareas grupales propuestas, solicitaban mi asistencia de manera individual. Conforme iba transcurriendo el campeonato y en la medida que los resultados cobraban significativa importancia, los entrenamientos se volvían más intensos y exigentes.

La entrenadora de las mayores (División de Honor y Sub-21) expresaba un estilo de liderazgo predominantemente autoritario; se manifestaba inflexible e intransigente con las directivas que impartía y hablaba de manera poco amigable, pronunciando algún que otro insulto (aun frente a las jugadoras más chicas) ante situaciones adversas. Las jugadoras se sentían afectadas por este comportamiento, pero no se animaban a ponerlo en palabras, porque la represalia era “dejarlas sin jugar”.

Como parte de mi rol, propuse oportunamente a la entrenadora trabajar estos aspectos en relación a su liderazgo y estilo comunicacional a lo cual se negó rotundamente, aduciendo que mi tarea era exclusivamente con las jugadoras. A partir de ese momento mi presencia y mi trabajo comenzaron a incomodarla. Faltaban 6 fechas para terminar el torneo y (supervisión mediante) había tomado la decisión de no seguir trabajando con el equipo cuando aquél terminara.

Una tarde, una de las jugadoras mayores olvidó sus rodilleras. Era regla entrenar con las medidas de prevención adecuadas, y en el vóley las rodilleras lo son. Podría haber aplicado alguna sanción restándole minutos de entrenamiento o de puntos en la próxima competencia, o sencillamente no dejarla entrenar hasta tanto consiguiera proveerse de algunas. Nada de eso. La entrenadora llenó dos carros (de esos de supermercado) con pelotas, puso a la jugadora frente a ella y comenzó a efectuarle remates uno tras otro obligando a la misma a recepcionarlos, arrojándose a nivel del piso de rodillas o haciendo secantes, aun sin contar con la debida protección. El “tortuoso” ejercicio duró algunos minutos mientras fueron lanzadas

alrededor de 45 pelotas de manera ininterrumpida. La jugadora terminó con las rodillas lastimadas, llorando de impotencia y de dolor.

Mientras esto sucedía, el resto de las jugadoras y yo, contemplábamos la escena con perplejidad. En mi pensamiento las voces de mi conciencia me decían “parala, lo que está haciendo está mal”; “andate, no podes ser cómplice de esto”, “llamale la atención”, “pedile al resto de las jugadoras que reaccionen”. Nada de esto sucedió. Quedé atrapada en esa encrucijada que mencionaba párrafos más arriba. La alternativa se dirimía entre irme y abandonar mi tarea, dejando a las jugadoras a merced de esa situación, o quedarme, sosteniendo mi rol a pesar del desacuerdo con sus formas, ya que después de todo estaba allí a pedido de los padres para trabajar con las jugadoras.

Si hoy volviera a vivenciar una situación similar, tampoco me resultaría fácil resolverla. No obstante, creo que esa experiencia me sirvió para

“EL TRABAJO DEL PSICÓLOGO DEPORTIVO TIENE QUE ESTAR ALINEADO CON EL DEL ENTRENADOR, AÚN CUANDO SEA NECESARIO GENERAR CAMBIOS EN ‘SU’ CONDUCTA.”

entender que, el trabajo del psicólogo deportivo tiene que estar alineado con el del entrenador, aun cuando sea necesario generar cambios en “su” conducta.

Esa experiencia también me sirvió para autoevaluar mis acciones. El espacio de supervisión hizo posible que erradicara la idea de “auto culparme” por omnipotencia o impotencia. Del sentir que el cambio era posible al comprobar que no siempre se puede limitó de una manera categórica mis expectativas; de hecho aprendí a regularlas con mayor determinación.

Ni la entrenadora ni yo continuamos trabajando en el club, cada una por motivos diferentes. Sin embargo, todavía hoy, después de casi cuatro años, mantengo un vínculo cordial y amigable con todas las jugadoras, algunas de las cuales continúan su trabajo conmigo de manera particular. Escrito hay mucho. La teoría traza el camino de lo ideal. La experiencia te enseña lo posible y esta me pareció una buena oportunidad de compartirlo.



EL VENENO DEL ÉXITO



LIC. NELLY GISCAFRE
Psicóloga del CeNARD
nellygiscafne@hotmail.com

Cuando el éxito se vuelve una costumbre, deja de sorprendernos, es algo esperado, lo normal, la gente que nos rodea, los medios, hasta nosotros mismos, dejamos de concebir lo fáctico como posibilidad, la opción es ganar, contra viento y marea, los resultados tienen que ser lo que nos proponemos, no hay otra alternativa. Ganar deja de ser lo que era, una linda sorpresa, se transforma en una necesidad imperiosa, algo mental ya no visceral, comienza a gestarse una necesidad de perpetuar los logros. La necesidad de certezas. Lo que si o si tiene que ser como yo quiero. Empiezan los DEBO.

Pasó a paso y casi sin que nos demos cuenta, se gesta la contracara del éxito que no necesariamente es el fracaso pero se parece bastante, sobre todo porque dejamos de disfrutar, empieza a recorrernos el veneno del éxito. Somos víctimas de la presión. Nadie puede asegurar que va a pasar en un partido o en un negocio. Adictos a las certezas, negamos la realidad de lo incierto que es vivir. La presión de los resultados es la necesidad de tener la certeza de ganar. Es una anticipación del futuro. La negación de lo fáctico, como si perder o ganar dependieran solo de la decisión que tomemos, de la mente. Ahí nos pedimos lo que no podemos dar, la seguridad de que los resultados van a ser lo que queremos, en el fondo sabemos la VERDAD, lo incierto de los resultados.

El veneno del éxito, es la creencia de que logramos finalmente controlar los resultados y que ganar es la única alternativa, perder no está dentro de las posibilidades. Hace ya unos cuantos años, me convocaron para formar parte del entonces equipo nacional de hockey femenino. Era un momento de cambios y eligieron a un nuevo equipo técnico. Cachito Vigil era el técnico, Luis Barrionuevo el preparador físico yo era la encargada de la parte mental, todos teníamos algo en común, el entusiasmo, además cada uno tenía experiencia en su área, gran compromiso con la tarea y con el equipo. En una alquimia de pasiones y valores, tanto las jugadoras como el equipo técnico lo dieron todo, cada uno aportando lo suyo, sumando horas, creatividad, fundamentalmente ganas apareció la magia, y junto con ella el éxito fue la consecuencia.

Los juegos olímpicos de Sydney vieron nacer a las leonas, un nombre que ilustraba lo que cada jugadora era para su equipo. Y así fue torneo a torneo cada vez más unidos llegamos a ser el mejor equipo del mundo.

"EL VENENO DEL ÉXITO, ES LA CREENCIA DE QUE LOGRAMOS CONTROLAR LOS RESULTADOS Y QUE GANAR ES LA ÚNICA ALTERNATIVA, PERDER NO ESTÁ DENTRO DE LAS POSIBILIDADES."

Les preguntaba: ¿Quién es el mejor equipo del mundo? Todas las chicas respondían, "Las leonas". Mucho más que cada uno de nosotros el equipo significaba una red invisible que nos sostenía pero que al mismo tiempo nos regalaba alas, nos estimulaba a cada uno a dar lo mejor y sentir además que cada uno en lo suyo era importante y necesario. En un momento dado, el éxito fue algo tan usual, el equipo lograba todo lo que quería, se volvió un equipo muy popular, a partir de que las leonas fueron campeonas mundiales, la gente empezó a esperar que el equipo gane. Los medios, las familias, incluso cada uno de nosotros empezó a sentir la necesidad de resultados y la consecuencia fue el veneno del éxito, el equipo va cediendo su lugar a el individualismo compartido, la pasión, las ganas van cediendo el lugar a la presión, del disfrute de la acción en si misma a el sufrimiento por la incerti-



dumbre. La euforia de estar juntos y unidos, cede el lugar a las tensiones interpersonales y los conflictos, los más débiles y sensibles pagan el pato.

Así como en la vida, existen etapas buenas y malas, lo mismo sucede en todos los equipos, deportivos, empresariales, el cambio es la constante y en las etapas de baja, el psicólogo también tiene la tarea más difícil, contiene presiones, está más sujeto a rechazos y tiene que ser más cuidadoso que nunca, ya que muchas veces es el depositario de las frustraciones y de las culpas.

Es una etapa en el trabajo con los equipos en la cual hay que tener mucho cuidado con la diada compromiso total e involucración.

Estar muy comprometido no significa estar involucrado, que es cuando el psicólogo se contamina de las presiones y de las exigencias y le resulta muy difícil ayudar.

En este punto las supervisiones que realice son fundamentales como alejarse temporariamente si fuera necesario.

Trabajar en equipo y la red que lo forma, tiene que empezar por esta aceptación, de estar unidos en las buenas y en las malas.

El trabajo psicológico en la integración del equipo en todas las situaciones por las que atraviese es el gran desafío de los que creemos que un buen equipo es la mejor opción para vivir.



PERFIL PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

en remeros del Seleccionado Argentino.



LIC. RAÚL BARRIOS
Lic. en Psicología. Prof. de Educación Física
Titular de la Cátedra de Psicología del
Deporte - UBA
misiobarrios@yahoo.com.ar



LIC. DAMIÁN URSINO
Lic. en Psicología
damian.ursino@gmail.com

INTRODUCCIÓN

El remo es un deporte que reúne esfuerzos y características únicas. En su concepción es un deporte individual pero de actuación colectiva caratulándolo así como un deporte de equipo. Serán determinantes los rendimientos individuales, tanto en el plano de sus capacidades técnicas, físicas, tácticas, estratégicas y psicológicas, como de biotipo para conformar una tripulación. Es decir, que a pesar de que cada remero desempeña función, la existencia de una regata implica trabajar en equipo. En este sentido la calidad del rendimiento de la tripulación, en relación con su potencial, puede ser evaluada en términos de su compromiso psicológico con la regata y su capacidad de concentrarse en producir su mayor esfuerzo. Debido a la exigencia de altos índices de potencia y velocidad, el entrenamiento de remo es tan agotador que requiere la continua dedicación y concentración del atleta a pesar del dolor permanente que lo acompaña durante el entrenamiento y la competencia. Por tal motivo, el remo es un deporte que implica exigencias psicológicas complejas, tales como la resistencia al control del dolor con una alta

tolerancia al mismo, buen manejo atencional, adecuados niveles de motivación y óptima activación, así como de habilidades que favorezcan la cohesión del grupo (empatía, comunicación, liderazgo, etc.) Los objetivos del presente trabajo son: 1) Describir las características psicológicas en los remeros pertenecientes al seleccionado argentino, y 2) Explorar las diferencias entre su perfil psicológico en función de las valoraciones de las competencias, categoría perteneciente y sexo, como también las asociaciones entre las puntuaciones de los factores del CPRD.

METODOLOGÍA

El estudio es de alcance descriptivo, correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 44 remeros del seleccionado argentino con una edad media de 21 años pertenecientes a las categorías Junior (52%) y Senior (48%) donde el 70% corresponden al sexo masculino. Se ha utilizado el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) de Gimeno, Buceta y Péres-Llantada (2001). El mismo está conformado por 55 ítems con el formato de respuesta tipo Likert

de 5 puntos evaluando cinco factores psicológicos. Además, se administró un cuestionario demográfico ad hoc en el cual se evaluó: categoría (Junior o Senior), sexo, años de práctica continuada, cantidad de horas y días de entrenamiento semanales, y valoración de la competencia. Este último se evaluó a través de una pregunta cerrada: "Cuando competís, ¿te importa más tu rendimiento individual o el resultado obtenido?".

RESULTADOS

Los datos recolectados (N=44) indican que los remeros del seleccionado argentino entrenan un promedio de 4 horas por día y entre 6 y 7 días a la semana. El 57% de los deportistas estudiados le importa más su rendimiento deportivo que el resultado obtenido. No obstante, ¿Existen diferencias en las valoraciones de las competencias en términos de resultados o en rendimiento deportivo según categoría y sexo?. En función de su categoría, el rendimiento deportivo prevalece en los Junior (65%) en comparación con los Senior quienes priorizan el resultado (52%). Además, las diferencias se manifiestan en función del sexo. Mientras que las mujeres priorizan el rendimiento deportivo (77%), los hombres se encuentran orientados al resultado (55%).

Siguiendo el perfil psicológico estudiado es de interés comprender si existen asociaciones entre las puntuaciones obtenidas en los factores del CPRD. Tan solo el factor control del estrés mostró una correlación positiva y significativa con el factor influencia de la evaluación del rendimiento, $r_s = .48$, $p < .01$. Además, las puntuaciones medias del factor Influencia de la evaluación del rendimiento de los

deportistas pertenecientes a la categoría Senior ($M = 32.05$) fue significativamente mayor que al grupo Junior ($M = 27.00$), $T(42) = -2.36$, $p < .02$. Por último, existe asociación entre los años de práctica continuada respecto al factor control del estrés e influencia de la evaluación del rendimiento mostrando una correlación positiva y significativa, $r_s = .60$, $p < .01$; $r_s = .55$, $p < .01$ respectivamente.

CONCLUSIONES

Es esperable que los remeros Junior otorguen mayor importancia al rendimiento dado que, si bien están en competencia de alto rendimiento, aún se ubica énfasis en su continuo proceso de formación y desarrollo deportivo. Sin embargo, a pesar de que también el entrenamiento de los Senior está enfocado en la mejora del rendimiento, en competición importa más el resultado. Siguiendo esta línea, las remeras mujeres le otorgan mayor importancia al rendimiento teniendo así que trabajar para elevar su competitividad (orientación al resultado) de cara a las próximas competencias internacionales. Los remeros con más años de práctica continuada, y por ende mayor experiencia competitiva disponen de los recursos psicológicos para controlar el estrés ya que han desarrollado mejores y más adecuadas estrategias de afrontamiento a las demandas del entrenamiento y la competición. En relación con el factor influencia de la evaluación del rendimiento los remeros Senior obtuvieron mejores puntuaciones indicando poseer una alta percepción de control del impacto de las evaluaciones negativas sobre su rendimiento por parte de los entrenadores como de la propia evaluación.



EL ENCUADRE DE TRABAJO DE UN PSICÓLOGO DEPORTIVO



LIC. PATRICIA FUENTES
Directora de GOLF DE MENTE
golfdemente@gmail.com@gmail.com
twitter: @golfdemente

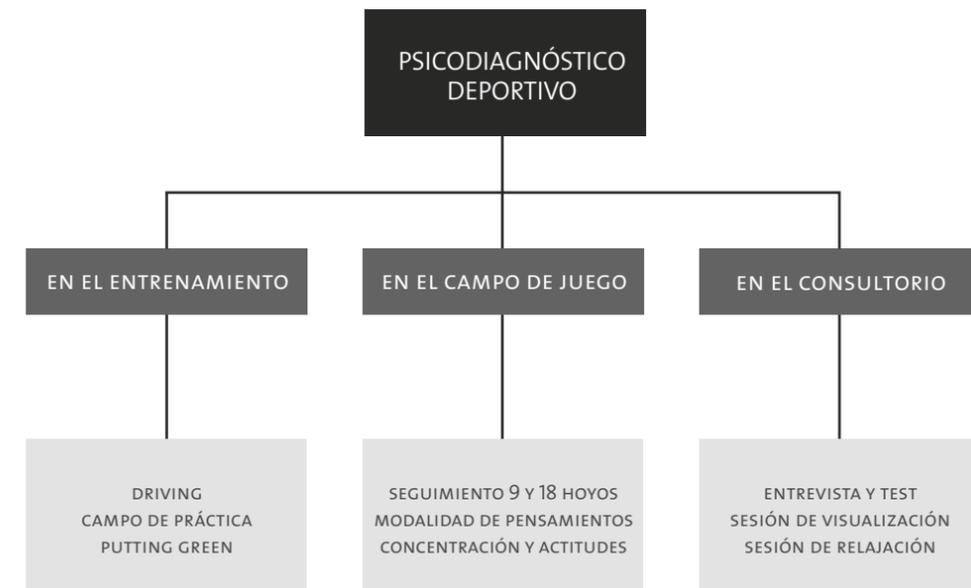
TODOS LOS QUE ESTAMOS EN LA ACTIVIDAD DE LA PSICOLOGÍA DEPORTIVA, REPETIMOS Y LO HAREMOS SIEMPRE, QUE SER PSICÓLOGO DEPORTIVO ES OTRA COSA QUE SER PSICÓLOGO CLÍNICO. ES MUY IMPORTANTE QUE EL DEPORTISTA SEPA TAMBIÉN DE ESTA DIFERENCIA, PORQUE LE DARÁ LA CONFIANZA DE QUE ESTAMOS ESCUCHANDO SU DEMANDA DE DEPORTISTA. UNA DE LAS MARCADAS DIFERENCIAS ES LA QUE NOS DA EL ENCUADRE DE TRABAJO.

El consultorio típico que en general todo psicólogo tiene a mano, se va dejando de lado, usándolo sólo para enseñar a relajarse o para primeras entrevistas psicodeportológicas, pero la verdad es que todo se desplaza al lugar de entrenamiento, clubes, academias, o un driving range, etc.

El deportista en general entrena mucho y no quiere desplazarse, quiere que uno lo vea en su entorno.

En el cuadro que mostro se pueden apreciar las diferentes áreas de trabajo:

- **Psicodiagnóstico deportivo:** llamo así a las primeras 3 entrevistas donde vemos si el trabajo es posible entre ambas partes y si lo que demanda es algo que yo pueda ayudar a mejorar, sino se deriva a quien corresponda.
- **Entrenamiento:** es acompañar al jugador cuando entrena en su club o driving range o putting green,



mejorar su práctica hacerla más eficaz, más precisa, orientando en su foco, su control de ansiedad o simplemente dándole ejercicios de calidad, con objetivos a cumplir, mejorando así su motivación.

- **En el campo de juego:** (ya sea entrenando o en competencia) Al acompañar al jugador 9 o 18 hoyos, (lo recomendable es 18 pero a veces no se tiene el tiempo necesario) poniendo un objetivo de resultado, uno puede identificar su autodiálogo, su concentración, su lucha frente a la frustración y demás variables que trabaja el psicólogo deportivo.
- **En el consultorio o club house del club:** Se realizan sesiones de relajación y visualización enfocadas a la competencia, se realizan las entrevistas preliminares, o se toman batería de test.

Pero hay además, otro encuadre más importante aún, que no debemos olvidar.

El que tiene suma importancia es el encuadre donde se respetan los roles psicólogo/deportista, donde es uno, el que demanda, y el otro escucha esa demanda para hacer un plan y comenzar a dar herramientas que la satisfagan.

Estos roles en psicología deportiva se verán saboteados cientos de veces por lo flexible del otro encuadre que hablamos. Viajar, cenar, hospedarse junto al

jugador (yo nunca lo hice), salidas en equipo, y demás informalidades que nada se asemejan a las cuatro paredes de un consultorio, el diván o el escritorio fijo. En este andar tan fluctuante es necesario armar igual un encuadre que respete los lugares y mantenga distancias (que el jugador intenta siempre romper), eso hace que el entrenamiento y a veces tratamiento, sea eficaz.

La creatividad es fundamental pero hay que usarla sin olvidar los fundamentos psicológicos para realizar una tarea como se debe hacer.

“Que los errores que cometan, no sean tan graves como para dañar al otro o su performance. Ser siempre el psicólogo deportivo, no tentarse con amistades o complicidades es el punto de partida.”





1

LIC. NELLY GISCAFRE
1992 - 2003

**ESTÁBAMOS ÁVIDOS POR APRENDER,
POR MEJORAR, POR COMPARTIR IDEAS,
CONOCIMIENTOS, EXPERIENCIAS...**

La asociación metropolitana de psicología del deporte, así fue como se llamó cuando nació, fue ni más ni menos que la concreción de un sueño, que básicamente consistía en sumar apasionados por la psicología orientada al deporte. Tuvo los comienzos difíciles de todo proyecto nuevo, pero paso a paso, se fue convirtiendo en una realidad. Fue así, que comenzamos en un departamento muy chiquito en la calle Ciudad de la Paz. En los comienzos nuestro interés era investigar los lazos de cada uno de los deportes con la psicología del deportista, entonces citábamos deportistas de distintos deportes y los entrevistábamos.

Estábamos ávidos por aprender, por mejorar, por compartir ideas, conocimientos, experiencias... Fuimos creciendo, más personas, más experiencias, más conocimientos. Nos apoyábamos entre nosotros y dábamos charlas de distintos temas. La mayoría de los que nos reuníamos en aquel entonces, seguimos perteneciendo.

Al tiempo nos mudamos a Palermo, donde seguimos funcionando hoy. En todos estos años el cre-

cimiento nunca paró, pero la base, siempre fueron los valores, transparencia, honestidad, trabajo en equipo, pasión, compromiso.

En el camino se sucedieron, muchas transformaciones, cambio su nombre de Metropolitana paso a Argentina, Apda, y se volvió una asociación federal, representa a psicólogos deportivos de todo el país.

Yo fui su primera presidenta y me sucedió, Marcelo Roffé. Así como mi función fue abrir caminos Marcelo le dio a la asociación un impulso creador tanto en el área de formación donde los cursos se perfeccionaron y ampliaron, como en su roce internacional, trayendo profesionales de otros países a los congresos anuales que desde ese entonces realiza la asociación.

El espíritu constante de esfuerzo, compromiso, trabajo fecundo, espíritu de equipo, valores, hizo que la asociación se transforme en una institución, sumamente respetada a nivel profesional y académico.

Nuestra actual presidenta Alejandra Florean es un ejemplo de amor y compromiso con la institución. Desde sus comienzos siempre tuvo una entrega incondicional con la institución que la formó.

Hemos recorrido un largo camino. Podemos estar muy orgullosos del mismo

3 PRESIDENTES

TRES MOMENTOS: UNA PASIÓN

Nelly Giscafren, Marcelo Roffé, Alejandra Florean.



2

MG. MARCELO ROFFÉ
2003-2014

Ingresé a la AMPD en octubre de 1997 (la misma se creó en 1992). Había dictado el primer seminario "Altibajos en el rendimiento y el papel de la mente" en el club Ferro Carril Oeste donde trabajaba (auspiciado por la Secretaria de extensión de la UBA-Psicología que tutelaba el Lic. Raúl Barrios, actual miembro de la comisión directiva) y entre los alumnos estaba Darío Mendelsohn, colega y ya miembro de la Asociación quien me acercó a participar. Recuerdo que me recibieron muy bien. La primera reunión fue en la calle Ciudad de la Paz. Me encontré con un ambiente proactivo y con buena gente. Al poco tiempo me nombraron vocal suplente y era una responsabilidad muy grande para mí, por mi nivel de responsabilidad, y traté de cumplir de la mejor forma. Nelly Giscafne era la presidenta y sus valores de pasión, coraje, solidaridad, trabajo en equipo, amor por la profesión y por la asociación, crecimiento académico, ética, generosidad para formar colegas y no verlos como futuros competidores, sino como un espacio en el que hay lugar para todos, me marcaron para siempre. También estaban Patricia Wightman, que era vicepresidente y fundadora del gabinete de Psicología del deporte en el CeNARD un año antes de la creación de la AMPD. Y allí estaba y está Alfredo Fenili y Sebastián Innocetta, un bastión. En mi caso me encargué de la revista, tratando de colaborar en eso, en mejorarla, dábamos cursos de Psicología y Fútbol en otra sede cita en la calle México, etc. Llegó el año 2003 y tuve el enorme honor y orgullo de ser elegido el segundo presidente por consenso. Es verdad, trabajábamos duro y podíamos seguir creciendo y algo vieron en mí para liderar esos segundos 11 años. Lo primero que pensamos fue en cambiar el nombre para que nos representara fuera del país. Y LO LOGRAMOS. Y empezamos a asociarnos con otras sociedades internacionales de Psicología del Deporte y bus-

cando optimizar el nivel académico en los cursos de formación, que en 2005 pasaron de un año de formación a dos años...

Y así seguimos creciendo y creciendo, trabajando en equipo, conduciendo y guiando un equipo de trabajo que no sigue a la organización por el dinero (siempre seremos sin fines de lucro) sino por el espíritu amateur, la vocación, la pasión por la Psicología y por el deporte, buscando dignificar la especialidad, lo que denominé "una militancia política desplazada hacia la profesión". AMPD y APDA TRAJERON EN ESTOS 25 AÑOS MAS DE 60 COLEGAS EXTRANJEROS a los Congresos, simposios y seminarios para aprender, intercambiar y crecer desde una generosidad que con el tiempo será valorada, posicionándonos entre las organizaciones de la especialidad más importantes del continente. Por ejemplo, hoy si alguien quiere especializarse en Psicología del deporte en Argentina es APDA-UBA, por este motivo hoy cursan 52 alumnos reales nuestro segundo año de la especialidad.

Uno puso mucho tiempo en esta amada Asociación (20 años) y a veces dinero y hasta aplazó cuestiones personales en la búsqueda de un fin común que nos hermane. No todos lo ven ni lo valoran, pero sabemos que las personas pasan y las instituciones continúan. Así sentimos los tres esta camiseta. Y llegamos a la Nueva Presidenta, a quien dos años antes vi como mi sucesora y se lo comuniqué. Se la fue preparando para este nuevo rol en lo mucho o poco que sabíamos. Ser presidente es mucha responsabilidad y no es para cualquiera. Y si bien uno continúa en APDA, nació SOLCPAD y me toca jugar el partido allí en este momento, presidiendo allí. Y aunque en 2016 realizamos un hermoso Congreso Internacional juntos para 350 personas, quiero decir con orgullo que Alejandra no solo está a la altura por calidad profesional, humana y valores sino que siempre está pensando lo que se puede mejorar de la asociación que heredó...es una trabajadora incansable, la asociación está en buenas manos. Y estas dos fotos de los 3 presis en 25 años se resumen el amor por la institución a la que mucho le dimos y le damos pero que nos ayudó a crecer y a prestigiarnos. No es altruismo, siempre que uno da, vuelve. Es un ida y vuelta. Como la gran corriente afectiva y amistad que existe entre los tres que siempre nos consultamos todo.



3

MG. ALEJANDRA
FLOREAN
2014 - act.

Allá por el año 1999, comenzó a surgir la inquietud por algunos temas sobre el deporte, pero no podría decir que era específicamente por la psicología del deporte. Hasta ese momento, no sabía nada de ella. Un día desayunando tranquila, encuentro en el diario del domingo un aviso del lanzamiento de un libro "Con la Cabeza hecha pelota". Lo leí, me súper interesó el tema y me contacté con el autor, que era ni más ni menos que el Lic. Marcelo Roffé, escribiéndole un mail, que luego de unos días, me respondió, diciéndome que si me interesaba, podía contactarme con Nelly Giscafne. Y así lo hice. Luego de realizar el curso, quien era coordinador en ese momento, Lic. Sosa Alejandro, me invito a participar de la Asociación Ingrese a la Asociación en el año 2001, en ese momento era AMPD (Asociación Metropolitana de Psicología del Deporte), en ese entonces, el hecho de reunirnos cada 15 días y trabajar en organizarnos, organizar eventos, coordinar el curso (que en ese entonces era de un año) era todo un desafío para mí. Ante la invitación de participar, recuerdo, haberles dicho: "no tengo experiencia, no tengo mucho para ofrecerles". Al comenzar a andar el camino, me hicieron sentir que podía dar un montón. La pasión de Nelly Giscafne que era la presidente en ese momento fue y sigue siendo un gran motor para mí. Luego de Nelly, asumió la presidencia Marcelo Roffé, si si... el autor de aquel libro que me había acercado a la Psicología del deporte. Así arranco mi historia en la APDA actual. Inicialmente colaborando, luego fui vocal suplente, luego pase a ser tesorera. Sin darme cuenta, fuimos mejorando, organizándonos, planteando desafíos de eventos, y cre-

ciendo poco a poco. Con Marcelo Roffé a la cabeza, avanzamos mucho a nivel Nacional e Internacional, realizamos un Congreso que para mí fue un antes y después, en el 2004, con mucha presencia de colegas Internacionales.

El tiempo paso, también casi sin darme cuenta, y no solo creció APDA, sino yo junto a ella, y todos los que la conformamos. Comenzando a aceptar más responsabilidades, aceptar desafíos para los que a veces aún no me sentía preparada, quizás con muchas dudas, pero siempre con mucha Pasión, Convicción, y Entrega.

Con el paso del tiempo, me encontré un día conversando con Nelly Giscafne y Marcelo Roffé, quienes me decían que debía prepararme para asumir la presidencia de APDA. Y así fue, con el apoyo de todos fue que asumí la Presidencia de APDA, una APDA, con empuje, con fuerza, con mejoras en calidad, en organización, no obstante con muchísimos desafíos por delante. Inicialmente (como cuando ingresé) tuve miedo, no sabía si podía estar a la altura de las circunstancias, el primer año fue muy duro, intenso y exigente para mí.

Pero... Como este camino no se hace sólo o sola, los colegas que forman parte de APDA, que además de colegas, son excelentes profesionales, amigos, familia, supieron y saben, alentarme, acompañarme, y a veces hacerme las cosas más simples y fáciles.

Hoy, les digo, es un orgullo para mí ocupar este cargo, pero aún sigue siendo una gran responsabilidad y un gran desafío, seguir haciendo crecer APDA. Hay muchísimas cosas por delante para alcanzar y por ellas vamos, Juntos, siempre Juntos.



Recuperación de lesiones:

UN CASO PRÁCTICO



LIC. MARÍA BELÉN PINEDA
Lic. en Psicología
Especializada en Psicología del Deporte - APDA
pinedabelen@gmail.com

**“VAMOS CHE, POR QUÉ DEJAR,
QUE TUS SUEÑOS SE DESPERDIEN...
CUMPLE SUS SUEÑOS QUIEN RESISTE!**

**YO SÉ, DIRÁS, MUY DURO ES AGUANTAR.
MÁS QUIEN AGUANTA, ES EL QUE EXISTE.**

**SI AQUEL SE VA...
NO LLORES, NI MIRES ATRÁS.
AUNQUE MUCHOS TE LO HAGAN TRISTE CHE.
SÉ VOS, NO MÁS!**

**AUNQUE MUCHOS LO HAGAN DIFÍCIL...
SI AQUEL SE VA, NO LLORES, NI MIRES ATRÁS.
LA VIDA BUSCA INSTRUIRTE...” ALMAFUERTE.**

En las siguientes líneas compartiré algunos aspectos generales del trabajo realizado con un joven futbolista durante el proceso de recuperación de su lesión. Hasta el momento de la lesión, Manu jugaba como delantero en la 4ta división de un club del ascenso. Líder nato, jugador muy querido por sus compañeros y cuerpo técnico. También entrenaba categorías infantiles de su mismo club, por lo cual era un referente para el semillero de la institución. Disciplinado, hábil técnicamente, con algunas propuestas para jugar en el exterior y un apasionado por el fútbol, todo parecía fluir en el mundo de sus pasiones. De manera inesperada, sin avisos ni antecedentes, en medio de un entrenamiento siente un fuerte dolor en la zona torácica y una inminente falta de aire. El diagnóstico confirmaría “neumotórax”, una afección espontánea en el pulmón. Lo que siguió después fue el alejamiento de entrenamientos, internación seguida de cirugía pulmonar y un jugador enojado y abatido que refería “no creer” en la psicología. Pese a esto, su padre, que había sido mi alumno en

el curso de técnicos de fútbol de la ATFA, decide llamarme y consultarme por esta situación.

El primer contacto con el jugador fue telefónico en el cual a modo de psico-educación le comenté de qué se trataba la psicología del deporte y cuáles eran los aportes y herramientas que podría sumarle en la recuperación de su lesión. Finalmente acordamos un horario y allí comenzó nuestro trabajo.

DESCRIPCION DE LA LESION NEUMOTORAX

El colapso pulmonar ocurre cuando el aire escapa del pulmón. El aire luego llena el espacio por fuera del pulmón, entre este y la pared torácica. Esta acumulación de aire ejerce presión sobre el pulmón, así que este no se puede expandir tanto como lo hace normalmente.

CAUSAS

El colapso pulmonar puede ser causado por una lesión al pulmón. Esto puede resultar de los cambios de presión del aire como sucede al bucear o viajar a grandes alturas. Las personas altas y delgadas como Manu tienen mayor probabilidad de sufrir un colapso pulmonar. En algunos casos, ocurre sin ninguna causa. Esto se denomina colapso pulmonar espontáneo.

TRATAMIENTO

Se realizó una intervención quirúrgica donde se le colocó una sonda pleural entre las costillas dentro del espacio que rodea los pulmones para ayudar a drenar el aire y permitir que el pulmón se vuelva a expandir.

CARACTERISTICAS PREVIAS DEL JUGADOR

- Negación al trabajo de psicología del deporte
- Líder nato
- Familia de apoyo
- Total apoyo del club: cuerpo técnico, empleados, compañeros, deportistas, padres.
- Fortaleza mental
- Motivación
- Actitud de superación ante la adversidad

PROCESO DE TRABAJO

Se trabajó en pos del retorno al entrenamiento y partidos con objetivos semanales alineados a las indicaciones médicas y trabajo de preparación física. Se realizó un proceso de psicoeducación

sobre la interrelación de las conductas, pensamientos y emociones, para que el jugador comenzara a tener un registro de las mismas. Este aspecto se articuló con la implementación de técnicas de reducción de la ansiedad. Trabajamos los principales miedos y temores a través de la visualización de situaciones temidas y autodiálogos.

En cuanto al aspecto motivacional, además de intervenir sobre objetivos a corto plazo, se utilizó la técnica de modelado, investigando sobre testimonios de jugadores referentes para él, en relación al proceso de recuperación de lesiones.

PRINCIPALES MIEDOS Y TEMORES

- “Recibir un pelotazo en la zona torácica”
- -“Que me den un codazo en el pecho”
- “Agitarme rápidamente por nervios”
- “No poder terminar un partido debido al cansancio”
- “Sentir la misma sensación y dolor que cuando tuve el neumotórax”.

RECURSOS

- Psicoeducación
- Video de testimonio de lesión de deportistas referentes
- Registro de pensamientos, emociones, sensaciones corporales, actitudes y acciones.
- Regulación de la ansiedad somática



PUEDA LEER EL ARTÍCULO COMPLETO EN
WWW.PSICODEPORTES.COM

REFERENCIAS

- Byyny RL, Shockey LW. Scuba diving and dysbarism. In: Marx JA, Hockberger RS, Walls RM, et al, eds. Rosen's Emergency Medicine: Concepts and Clinical Practice. 8th ed. Philadelphia, PA: Elsevier Saunders; 2014:chap 143.
- Eckstein M, Henderson SO. Thoracic trauma. In: Marx JA, Hockberger RS, Walls RM, eds. Rosen's Emergency Medicine: Concepts and Clinical Practice. 8th ed. Philadelphia, PA: Elsevier Saunders; 2014:chap 45.
- Light RW, Lee YCG. Pneumothorax, chylothorax, hemothorax, and fibrothorax. In: Broadus VC, Mason RJ, Ernst JD, et al, eds. Murray and Nadel's Textbook of Respiratory Medicine. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier Saunders; 2016:chap 81.



ENTRENAMIENTO MENTAL

con evaluación de los factores que afectan el rendimiento en la práctica del rugby en jugadores juveniles de la provincia de Buenos Aires¹.



LIC. JAVIER IGNACIO VILLA
Especialista en psicología del deporte,
ATP 1° de la Cátedra de Psicología del Deporte
en la Facultad de Psicología de la UBA,
Miembro de APDA, colabora en los Centros
de Formación de la Unión de Rugby de Bs. As.
jiv783@gmail.com

PALABRAS CLAVE:

Síntoma de Carga
Rugby
Rendimiento

RESUMEN

En este trabajo se presentan los resultados de una evaluación realizada sobre un grupo de jugadores juveniles de rugby que participan de un programa de entrenamiento organizado por la Unión de Rugby de Buenos Aires. El objetivo es describir aquellos factores y condiciones que los deportistas consideran que influyen negativamente sobre su rendimiento en competencia. Se trata de un estudio de tipo descriptivo exploratorio de corte transversal realizado sobre una muestra compuesta por 106 jugadores con una edad promedio de 16 años y una experiencia deportiva de 7 años. Como instrumento de evaluación se utilizó el Test de Síntoma de Carga de Frester en su versión modificada. Los resultados muestran que la mayoría de los deportistas consideran que los factores que influyen negativamente en su rendimiento son: la sensación de debilidad física; el excesivo nerviosismo; las discordancias con el entrenador, compañeros y la familia; y la dificultad para conciliar y mantener el sueño. Este estudio contribuye al conocimiento de los factores y con-

diciones que pueden afectar el rendimiento de los jugadores de rugby en divisiones juveniles, lo que es esencial para desarrollar intervenciones psicológicas eficaces con esta población de deportistas.

INTRODUCCIÓN

En ocasiones, una serie de factores y condiciones presentes en la competencia, pueden afectar el rendimiento de los deportistas. Motivado por la necesidad de contar con datos específicos que permitan desarrollar intervenciones eficaces en poblaciones deportivas concretas, así como también brindar información relevante para entrenadores, se ha llevado a cabo una evaluación sobre un grupo de jugadores de rugby juvenil. El interés ha estado puesto en describir aquellos factores y condiciones que los jóvenes deportistas perciben como inhibidores de su rendimiento en competencia.

¹ - Trabajo presentado en el VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, año 2016.

METODOLOGÍA

Se trata de un estudio descriptivo exploratorio de corte transversal, realizado sobre una muestra de 106 jugadores de rugby, de sexo masculino, con una edad promedio de 16 años, y una experiencia deportiva de 7 años. Todos los deportistas se encuentran desarrollando sus actividades en clubes afiliados a la Unión de Rugby de Buenos Aires.

Para el estudio se utilizó el Test de Síntoma de Carga de Frester, en su versión modificada. Dicho test parte de considerar que existen una serie de condicionamientos tanto en competencias como en entrenamientos, que el deportista puede evaluar en su diversidad e intensidad, y que puede vivir a modo de impulso o carga psíquicas. Los resultados de este test informan sobre los factores y condiciones pre competitivos y competitivos que pueden influir positiva o negativamente en el control de los estados de tensión y, por ende, en el rendimiento del deportista en competición.

El test se administró de manera grupal, en el contexto de un taller sobre manejo del estrés competitivo, realizado en cada uno de los Centros de Formación de la URBA, entre los meses de mayo y noviembre de 2015. Los resultados que se exponen en este trabajo se obtuvieron a partir del cálculo del promedio para cada una de las 21 condiciones de las que consta el test, sobre un total de 106 cuestionarios.

RESULTADOS

A continuación se presentan los datos obtenidos a partir de la evaluación realizada. A los fines de este estudio, interesa considerar aquellas condiciones que los deportistas evalúan como “Casi siempre que esto sucede empeora mi rendimiento” y “Siempre que esto sucede empeora mi rendimiento”.

Como puede observarse en la tabla N°2, las 4 condiciones que más afectan a este grupo de deportistas son la sensación de debilidad física, el excesivo nerviosismo, las discordancias con el entrenador, compañeros de equipo o con la familia, y las dificultades para conciliar y mantener el sueño.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Como puede observarse, existen ciertas condiciones que con mayor frecuencia, de estar presentes, podrían producir una perturbación en el rendi-

FACTORES Y CONDICIONES QUE INFLUYEN NEGATIVAMENTE EN EL RENDIMIENTO

FACTORES Y CONDICIONES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO	N=106
8- Sensación de debilidad física.	80
3 - Excesivo nerviosismo.	62
9 - Discordancias con el entrenador, compañeros de equipo o con la familia.	60
4 - Dificultades para conciliar y mantener el sueño.	54
11 - Flojos rendimientos en los entrenamientos y competiciones previas.	51
15 - Ser perjudicado por los jueces.	50

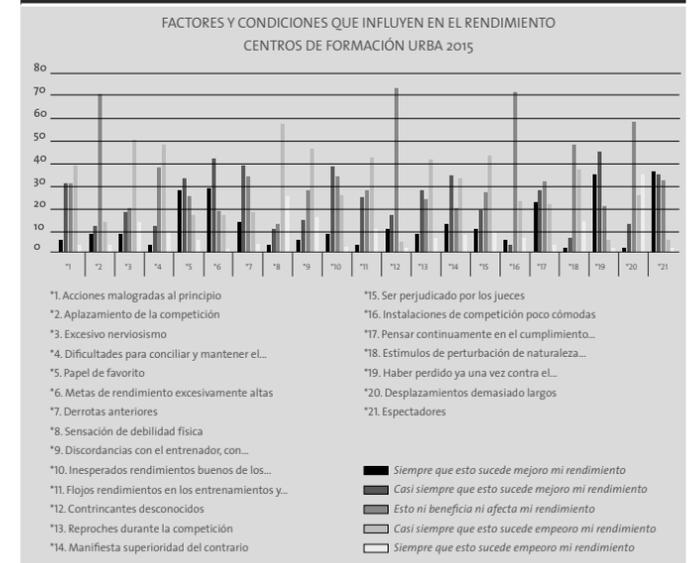
miento de los deportistas. Al respecto, especial interés cobran los ítems referidos a la sensación de debilidad física y el excesivo nerviosismo.

Las condiciones que en este estudio aparecen como posibles inhibidoras del rendimiento, coinciden con los resultados hallados por Kunath y colaboradores (1976). Aunque también aparecen con cierta frecuencia las condiciones N°4 y N°11.

Puesto que iguales condiciones pueden ser vividas y psíquicamente elaboradas de manera distinta (Kunath y Cols., 1976), resulta importante tener en cuenta el análisis de cada caso de manera individual a la hora de planificar las intervenciones.

Los datos aportados en este estudio, contribuyen al conocimiento de los factores y condiciones que pueden afectar el rendimiento de los jugadores de rugby en divisiones juveniles, aportando información útil para entrenadores y demás educadores de rugby.

VALORACIÓN GRUPAL DEL MAAS



JUEGOS OLIMPICOS DE LA JUVENTUD; YOG 2018.

Proceso de Transformación para Trascender en el **DEPORTE JUVENIL ARGENTINO** Las Neurociencias en el CENARD.



DRA. PATRICIA WIGHTMAN DE WORTELBOER
Médica. Lic. Psicología.
Miembro de APDA
Encargada Servicio Psicología Del Deporte
(CENARD)
www.lavidaesdeporte.com.ar

El ambiente que rodea y que se vive en el CENARD es de compromiso: De la Secretaria de deportes, del ENARD, del COA, de todos los trabajadores, profesionales y no-profesionales del Servicio Médico y de los Atletas mayores y juveniles. En este momento

el acento puesto en los YOG repercute en todas las aéreas. Comparando algunos datos del Olympic Training Center, Colorado Springs (CSOTC) USA, sobre el atleta, el entorno de este centro y dos más de Alto rendimiento, los programas, planificaciones, repercusiones y adaptaciones necesarias, (Poczwadowski et al, 2014) afirmamos que Argentina está al día! Desde las ciencias del deporte en el CENARD se registran continuamente los cambios morfológicos, fisiológicos, técnico/tácticos, fuerza/potencia/velocidad, recuperación/regeneración, salud física



y mental y el crecimiento y empoderamiento en el rendimiento diario y competitivo.

En los Campus del 2016 y del 2017 se evaluaron 530 atletas juveniles en 29 deportes de 24 provincias. En el Departamento de Psicología del deporte, a raíz de los resultados de estas evaluaciones, se están enfatizando importantes aspectos:

- La importancia de dormir desde las 11:00 PM hasta las 7:00 AM por que estos son los horarios de segregación de Melatonina.
- Trabajar con los entrenadores y preparadores físicos, apoyando en el aprendizaje, siguiendo y registrando los avances y estancamientos, (investigación interdisciplinaria está en proceso)
- Ayudar a concientizar a los entrenadores, padres, atletas sobre el estrés, sobre entrenamiento y niveles de activación. Ejemplo; la regulación de la activación se está trabajando con el polar y el Biofeedback. En Esgrima se usa el polar para subir y bajar las pulsaciones ya que con registros altos en momentos de mayor combate se puede perder la lucidez.
- Los beneficios de la meditación, del Mindfulness, del auto hablarse (trabajo de investigación en proceso) y del auto monitoreo.
- Importancia de la motivación en el aprendizaje. "Hay que generar las condiciones necesarias para desarrollar la situación de aprendizaje", dice el médico y psicólogo español Tomás Ortiz Alonso, al disertar en "Cómo llevar las neurociencias al aula". Viviendo y trabajando a diario en el CENARD se puede observar cómo se está llevando la neurociencia a la cancha o al gimnasio. O sea, hay un doble aprendizaje.

1) Entrenamientos físicos, técnicos y tácticos.

2) Los jóvenes YOG interactúan y entrenan con atletas olímpicos donde el fenómeno de " las neuronas espejo" tiene lugar. Éstas se activan cuando realizamos una acción concreta, o cuando vemos a otra persona realizar esa misma acción. Nos permiten detectar movimientos e intenciones de las personas con las que estamos interactuando u observando, activando o produciendo una reedición en el propio cerebro de los estados observados. De esta manera se encienden en nuestro cerebro las mismas áreas que las personas que estamos viendo actuar. Este fenómeno genera un efecto de con-



tagio que es la base del instinto de imitación. Es de gran utilidad puntualizar que pueden tener un mayor o menor impacto según la significación que la persona observada tenga para el sujeto observante. (Wortelboer, 2017).

- Apoyo para y de la familia. Inclusión de los padres por medio del feedback, (www.lavidaesdeporte.com.ar (facebook), Twitter @GwPwT, whatsapp, entrevistas en Psicología del deporte.
- Trabajo interdisciplinario con nutrición y suplementación con el control del peso y los manejos de óptimo energía.
- Entrenamiento mental personalizado, controlando; fijación de metas y los ciclos, la visualización, niveles de autoconfianza, capacidad de concentración, autocontrol, placer en el proceso. Sintiendo contención y su lugar de catarsis para trabajar los miedos de lesiones, de ganar ,de perder, y de competir,. "Para llegar al éxito primero hay que ser" (Roffé et al, 2003).

La neuroplasticidad es la actividad del cerebro y promueve la reorganización del mismo. Los ejercicios cerebrales ayudan a la reorganización de conexiones neuronales o la formación de nuevas conexiones neurales y la neurogénesis durante toda la vida. Yo soy los que pienso. Lo que pienso me cambia. (Wightman 2017)



Proyecto:

ESCUELA PARA PADRES



LIC. HUGO DANIEL AJZENBERG
Lic. en Psicología U.B.A.
Especializado en Psicología del deporte.
Docente en diversas cátedras (ISPED y EAPT)
Psicólogo deportivo en las divisiones juveniles.
hdajzen@hotmail.com

En estos últimos tiempos hemos dejado de sorprendernos de las “anécdotas” por las actitudes de violencia de los padres cuyos hijos practican deporte. Fuimos desde casos aislados que llamaban la atención, en forma de comentarios boca a boca a pequeñas reseñas periodísticas; y de ahí a visualizaciones televisivas para luego a viralizarse en las redes sociales. Dentro de este panorama se encuentra el fútbol infantil y la práctica deportiva en general. Al deporte debemos cuidarlo no solo como actividad física promotora de salud y buenos hábitos de vida, sino también con una gran implicancia sociocultural.

La postura cómoda de, violencia hay en todos lados, no puede seguir desarrollándose como consecuencia de posturas antagónicas. Una pasiva “esto está instalado no hay nada que hacer”, que implica y explicita un no actuar. A la segunda la que espero compartir con los lectores que es pro-activa que se corresponde haciendo y no solo lamentando, implicarse y no solo juzgando y como adultos que somos tomar partido en lo que refiere a la vida de nuestros chicos dentro del campo de la práctica deportiva. No nos engañemos este monstruo de enorme tamaño que hemos ayudado a crear o por lo menos contribuido a su crecimiento ya sea por acción o por omisión, tiene muchas aristas de análisis que nos dan también la oportunidad y el deber de intervenir para lograr cambios efectivos y duraderos; a diferencia de prácticas cortoplacistas y difusas en el tiempo.

No debemos quedarnos en frases o slogan marketing vestidos para la ocasión sino pergeñar acciones continuas en pos de objetivos ciertos a corto, mediano y largo plazo.

Dada la práctica de la psicología del deporte y acostumbrados a trabajar con los actores principales (deportistas, entrenadores, cuerpo médico y dirigentes), nos vemos involucrados no en la alternativa sino en la obligación de ampliar nuestra intervención de manera consistente en el trabajo con los padres de los jóvenes deportistas.

Desde la Asociación Gustavo Rivero hemos creado un programa de intervención denominado “Escuela para padres”; este plan consiste en un equipo multidisciplinario conformado por un coordinador Licenciado en educación y un cuerpo docente integrado por un psicólogo especializado en deporte, un kinesiólogo un, abogado y un director técnico de fútbol, el plan desarrolla encuentros para formalizar objetivos tendientes a la prevención de la violencia en este caso dentro del fútbol infantil. Como primer paso orientado a visibilizar la problemática del accionar violento de los padres en las competencias deportivas que se manifiestan ya sea de modo verbal o física y las consecuencias emocionales para sus hijos.

“EL PLAN DESARROLLA ENCUENTROS PARA FORMALIZAR OBJETIVOS TENDIENTES A LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN ESTE CASO DENTRO DEL FÚTBOL INFANTIL”.

Destaco el porqué de la pluralidad para padres, en el contexto social de hoy, por más que en sus entrañas perdure rígidamente concepciones machistas, tanto el hombre como la mujer ejercen estas formas de violencia y para colmo de males para estos pequeños deportistas no solo se trata ya de su grupo familiar nuclear sino que también estas actitudes son ejercidas por tías/tíos abuelas/abuelos y otros cercanos en su geografía familiar. Somos conscientes de que la realidad socioeconómica que vivimos urge nuestra intervención y por eso en los encuentros con padres en clubes de barrio se distribuye gratuitamente material bibliográfico así como en cada encuentro se desarrolla a cargo de un profesional de área una temática específica. Cada encuentro está a cargo de un profesional de

área y se trata en cada reunión una problemática específica, en estas intervenciones con los padres, en los clubes de barrio se distribuye gratuitamente material bibliográfico específico. No nos limitamos a una bajada de línea sino apuntamos a un espacio de reflexión e intercambio de ideas donde los padres concurrentes aportan sus vivencias, sus preguntas, sus preocupaciones y en ese marco donde la producción está orientada a que sean los propios padres los que contribuyan por medio de acciones preventivas y educativas tendientes a bajar, sería pretencioso decir erradicar, la violencia dentro de la práctica del deporte infantil.



En mi rol de psicólogo centro mi tarea principalmente en la legitimación de nuestro rol en lugares donde en general no llega nuestra práctica, por lo que se trata de colaborar desde nuestro lugar que nunca debemos olvidar que somos agentes de promoción de la salud. Es en el transcurso de la charla y puesto de manifiesto que los psicólogos no solo trabajan con “locos” y especificar cual es nuestro rol como psicólogos del deporte, es en esta la tarea que realizamos con padres y chicos que se logra una empatía mutua, con gran aporte de los participantes, quienes denotan una gran necesidad de ser escuchados (alguna vez escuche que un psicólogo era ante todo una gran oreja); y es en esta escucha donde quedan plasmadas necesidades que se traslucen y que contradicen algunas frases hechas como “ el mejor partido sería jugarlo con chicos huérfanos así los padres no joden “ a el mejor partido “ es con chicos con sus familias donde los alientan y comparten juntos algo de tanto valor como la práctica deportiva”.

EL ROL DEL PSICÓLOGO DEPORTIVO CON EL CUERPO TÉCNICO



LIC. ADRIEL LEVY
Licenciado en Psicología (UCA)
Especialista en Psicología del Deporte (APDA)
Experto en Coaching Deportivo (AEPCCODE)
Diplomado en Gestión del Factor Humano (UCSF)
levyadriel@hotmail.com.ar

Dentro de la flexibilidad que nos da el trabajo como Psicólogos del Deporte, en el presente artículo nos centraremos en el rol y las funciones que podemos llegar a ocupar y desarrollar como miembros de un cuerpo técnico, como así también aspectos claves de nuestro accionar.

Teniendo en cuenta todos los niveles de rendimiento, podemos ver diferentes staff técnicos dependiendo del deporte que se trate, del nivel de competición, del presupuesto de las instituciones y también de las características del líder (el entrenador) en cuanto a quien decide que trabaje dentro del mismo y de qué manera.

Si tomamos un Cuerpo Técnico "base" (o no tanto), podemos decir que cuenta con algunos niveles jerárquicos, encabezado por el entrenador jefe. Siguiendo hacia abajo podemos encontrar al menos un asistente, un tercer nivel donde podemos ver al área de Preparación Física, algún entrenador específico (dependiendo del deporte, como por ej. el entrenador de arqueros), los profesionales de distintas ciencias del deporte (medicina, kinesiología, nutrición, otros) y los auxiliares (utilería, edición de video, otros). Todo ese recurso humano para brindar lo que saben a los deportistas que son quienes ejecutan dentro del terreno de juego.

Dicho esto, nos podríamos preguntar o plantear cual es el lugar ocupa o debe ocupar el Psicólogo del Deporte dentro de esa estructura de trabajo. Todo lo que leen a continuación está basado en aprendizajes en la formación obtenida y fundamentalmente en experiencias prácticas trabajando en diferentes equipos.

Decimos en primer lugar que a nivel formal, entraríamos en el área de profesionales. Distinto es a nivel funcional, ya que todos los integrantes del equipo son sujeto de trabajo, como así también las interacciones entre los mismos.

TENEMOS QUE TENER UNA MIRADA "EXTERNA" Y CON LA MAYOR OBJETIVIDAD POSIBLE DE LAS MISMAS, POR MÁS INVOLUCRADOS QUE ESTEMOS

Lógicamente, no podemos ponernos fuera de esas interacciones, aunque si debemos dejar bien en claro que tenemos que tener una mirada "externa" y con la mayor objetividad posible de las mismas, por más involucrados que estemos, lo que complejiza muchas veces nuestra labor.

Sabido es también que podemos intervenir de manera directa e indirecta y eso aplica a todos los actores de la estructura. Por dar algún ejemplo, asesorando al entrenador en cómo mejorar la comunicación con los deportistas (indirecta) o trabajando las competencias mismas de ese entrenador (directa).



PRINCIPALES APORTES AL CUERPO TÉCNICO

Es muy rico y variado el aporte que podemos hacer desde nuestro rol. Pasaremos a mencionar y realizar una breve descripción de los que nos parecen más importantes:

- **Fomentar y facilitar el trabajo interdisciplinario:** bien sabido es que en la medida que podamos potenciar nuestro trabajo en combinación con otros el resultado será mejor. En ese sentido, debemos buscar la manera que cada compartimento de la estructura ejecute su trabajo involucrando o recibiendo aportes de los demás en la medida que las situaciones así lo requieran.
- **Colaborar con aspectos relacionados al liderazgo, la comunicación y el estilo de tomas de decisiones:** siempre y cuando nos sea permitido, es un área de asesoramiento y formación permanente a los demás integrantes, como así también de monitoreo sobre los impactos producidos en los deportistas.
- **Resolución de conflictos:** por lo general en los equipos de trabajo surgen conflictos o discusiones que pueden ser originados por diferentes motivos. En relación a esto, debemos ayudar a salvar cualquier diferencia que atente contra el bienestar del trabajo a realizar y los objetivos propuestos.
- **Establecimiento de metas, objetivos y planes de acción:** por lo general los equipos se plantean metas y objetivos, aunque muchas veces se lleva a cabo de manera incorrecta, incompleta o solo es una manifestación de intenciones. En este caso debemos comandar el proceso en que esto se lleve a cabo de manera estructurada, conciente y consensuada. El plan de acción de cada uno y de todos juntos dependerá de esos acuerdos.

- **Construcción de la identidad del equipo y favorecimiento de la cohesión:** estas cuestiones son fundamentales para un buen funcionamiento general y también para el rendimiento, tanto individual como colectivo. Normas, valores, formas de proceder (entre otras cosas más) son claves para llevar adelante un buen proceso de equipo.

COMPETENCIAS Y CONDUCTAS RECOMENDABLES

Así como los aportes desde la acción, es muy importante que desarrollemos o pongamos en acto ciertas competencias y/o conductas para llevar adelante nuestra tarea, de las cuales debemos ser modelo, a saber:

- **Autocrítica y apertura al dialogo:** estar abierto a recibir sugerencias y/o feedback sobre nuestro trabajo nos puede dar pie a una modificación o mejora.
- **Actitud positiva y proactiva:** vaya como vaya la marcha del equipo, debemos estar siempre bien dispuestos y con la intención de construir permanentemente.
- **Sinergia y trabajo en equipo:** si queremos que se trabaje en equipo, debemos ser los primeros en convocar y fomentar esta forma de hacer las cosas.
- **Profesionalismo:** nuestra labor debe ser impecable en cuanto a cumplimiento y servicio realizado.
- **Control emocional:** somos personas y como tales tenemos sentimientos y emociones que van aflorando en el transcurrir de nuestra tarea. No decimos que no debemos experimentarlas, sino que es importante manejarlas a favor de nuestro desempeño.
- **Búsqueda de la excelencia:** permanentemente tenemos que estar buscando las mejores estrategias para conseguir lo mejor de cada parte individualmente y del equipo en general.



MUNDIAL DE HOCKEY SOBRE PATINES FEMENINO, 2016.

Entrenamiento mental con LA SELECCIÓN ALEMANA



LIC. ADRIANA INÉS MIRELLA
Lic. en Psicología Especializada en Deportes (APDA) y Coaching Deportivo (AEP CODE).
Lic. en Alto Rendimiento Deportivo (U.A.I.).
Profesora Nacional de Educación Física.
adrianamirella@hotmail.com



LIC. CARLOS MAZZONE
Lic. en Alto Rendimiento Deportivo (UNLM)
Especialista en Preparación Física.
Director del CENARED.
(Centro Argentino de Excelencia Deportiva)

INTRODUCCIÓN

En este artículo desarrollaremos algunos conceptos referidos al entrenamiento mental realizado con la Selección Alemana en el último Mundial de Hockey Sobre Patines Femenino disputado en Iquique, Chile en 2016, debido que a partir de Septiembre de este año, en el Mundial China, se nuclearan todos los deportes sobre ruedas.

No es un deporte muy estudiado, tal vez por no ser disciplina olímpica, y es recién en 1992 durante los JJ.OO de Barcelona que se lo integró al programa como deporte de exhibición ganando la medalla de oro Argentina.

CARACTERÍSTICAS GENERALES

El Hockey sobre Patines es un deporte que se disputa entre dos equipos de cinco jugadores (cuatro de pista y un arquero), en una superficie cerrada por una valla con las esquinas redondeadas.

Los jugadores se desplazan en patines de cuatro ruedas y utilizan un stick de madera con forma curva y plana en su parte baja, para conducir la bola.

Las protecciones forman parte del equipamiento para tolerar el dolor físico, ya que hay frecuentes golpes, y pelotazos.

Dentro de las características motoras del jugador se destacan sus habilidades **coordinativas** dado que

en primer lugar debe ser un excelente patinador, ya que los gestos técnicos implican gran destreza motriz, involucran sincronía de grandes grupos musculares, desplazamientos a altísima velocidad, para frenar, cambiar de dirección, girar, precisión al asistir a un compañero, tirar al arco o cuidar la bola para que no sea tomada por el adversario.

Entre las **capacidades condicionales** se destacan la **fuerza máxima y explosiva**, que es determinante en varios gestos deportivos, como así también la **flexibilidad** por la amplitud de los mismos.

La **velocidad** es importante en el desplazamiento y la ejecución gestual ya que permite realizar traslados en busca de una posición estratégica o para recuperar la bola en un contraataque; además es la encargada de darle ritmo al juego.

La **resistencia específica**, es la **intermitente**, desde el punto de vista metabólico, técnico y neuromuscular, entendiéndola por ella como la capacidad de sostener un esfuerzo sub maximal con sumatorias de estímulos intensos y pequeñas pausas por un tiempo determinado.

En función de lo arriba expuesto, las capacidades cognitivas individuales y grupales (que aquí se exponen divididas solo a fines didácticos) fueron:

- **Manejo del estrés y emocional:** por tratarse de un Mundial el umbral de estrés previo y durante competencias es altísimo y para ello realizaron registros de Auto observación de estresores individuales y situacionales, reconocimiento de marcadores somáticos, del potencial particular que cada una daba al equipo, y en el otro, a fin de fortalecer la autoconfianza personal y estimular los circuitos de recompensa, que puedan estar disminuidos bajo situación de alta presión.
- **Memoria:** ya que en el análisis, y la visualización de una situación de juego permite anticipación, proyectar la jugada más adecuada en el menor tiempo posible dada la velocidad con que se juega este deporte, apelando a estimular las neuronas espejo y memoria de trabajo.
- **Funciones ejecutivas:** ya que como en todo deporte de situación, el análisis y la estrategia para la toma de decisión, es fundamental. Estas no debe estar condicionado por la carga emocional que nos puedan llevar a reaccionar por impulsos,

eligiendo el camino equivocado (vía corta, no consciente), sino poder tomar decisiones mucho más eficaces, y controlar cada situación de juego (Vía larga consciente).

- Estrategias de **coaching grupal e individual**, donde expresaron sus metas y compromisos, matriz FODA en donde se analizaron los aspectos técnicos, tácticos, capacidades condicionales, y los aspectos psicológicos, que junto con los técnicos y preparador físico que se fueron chequeando partido por partido.
- **Atención:** selectiva, dividida, de alternancia y focalizada a través de juegos, driles incluidos en los trabajos de entrenamiento y regenerativos entre partidos.
- Por último, ejercicios de atención plena (MBRS), que por definición les permitiera "enfocarse momento a momento y sin juzgar" partido por partido.

La misma se evaluó utilizando una adaptación, del test de M.A.A.S (Mindful Attention Awareness Scale) con 15 preguntas referidas a acciones, emociones o pensamientos en competencia, se tomó a las 10 jugadoras, días previos del inicio del mundial y al finalizar el mismo del cual se obtuvieron los siguientes datos grupales:

VALORACIÓN GRUPAL DEL MAAS	PREVIO AL DEL MUNDIAL	AL FINALIZAR EL MUNDIAL
EXCELENTE	0%	0%
MUY BUENO	30%	60%
BUENO	60%	40%
REGULAR	10%	0%
MALO	0%	0%

De la comparación de los datos se puede concluir que el equipo tuvo una evolución favorable, ya que en la 2da toma se duplicó la categoría de MB (60%) y el resto en B (40%).

Finalmente, agradecer a los integrantes del equipo completo con quienes fue un placer compartir el trabajo por su apertura y profesionalismo. Quiero mencionar a: Quin Puivert, Felipe Sturla, Stephan La Rocca, Claudia Reinert, Maren, Tina, Laura, Kathy, Franni, Kim, Simone, Annuki, Anna, Britt Stina, Caro, Francis y la **Deutscher Rollsport -und Inline- Verband.e.V.**



EXPERIENCIAS COMPARTIDAS: APDA EN CONGRESOS INTERNACIONALES

APDA MUNDIAL

LIC. NELLY GISCAFRE

LIC. MARÍA BELÉN PINEDA

LIC. SANDRA FERRO

MG. ALEJANDRA FLOREAN

COMIENZO DEL CAMINO...

Como paso previo al Congreso Mundial, APDA estuvo presente en el II Congreso Internacional sobre Fútbol y Psicología, que fue llevado a cabo del 23 al 30 de Junio, organizado por la Universidad de Santiago de Compostela y la Federación Gallega de Fútbol.

Santiago de Compostela es una ciudad pequeña y acogedora que goza de un gran patrimonio artístico y cultural siendo declarada Patrimonio de la Humanidad en 1985 y Capital Europea de la Cultura en 2000. La Universidad dónde se realizó la apertura fue fundada en el Siglo XV, un verdadero monumento histórico del que pudimos ser testigos.

El objetivo del Congreso fue ofrecer a la sociedad una plataforma de intercambio y transferencia de conocimiento entre la universidad y el entorno del fútbol. Allí compartimos una semana de aprendizajes y encuentros junto a colegas, entrenadores de fútbol, árbitros, dirigentes, futbolistas e investigadores. Hubieron ponencias invitadas a cargo de catedráticos, referentes de la psicología del deporte y destacadas personalidades del ámbito del fútbol. Pudimos asistir a mesas redondas con la participación de directivos, entrenadores, árbitros, futbolistas, y gestores deportivos. También Talleres prácticos sobre fútbol. Agradecemos a Constantino Arce y su equipo por la notable organización y gestión del evento.

EN SUS MARCAS...

14 CONGRESO MUNDIAL DE PSICOLOGIA DEL DEPORTE
Del 10 al 14 de julio se llevó a cabo el 14 Congreso Mundial de Psicología del Deporte, realizado por la International Society of Sport Psychology (ISSP) en Sevilla, España.

APDA estuvo presente con la presencia de la Lic. Nelly Giscafre, Lic. Belén Pineda, Lic. Sandra Ferro, Mg. Marcelo Roffe, Lic. Raúl Barrios, y Mg. Alejandra Florean.

Colegas que ya están recorriendo el camino como la Lic. Laura Tallano y otros que recién están comenzando a recorrerlo como, Lic. Silvia Bravo, Lic. Lorusso Leandro, Lic. Camila Posadas estuvieron allí. El Lic. Damián Ursino que si bien no estuvo presente su Póster junto al Lic. Raul Barrios si lo hizo.

La experiencia fue impresionante, además de aprender e intercambiar experiencias, la presencia de muchos referentes de la Psicología del deporte Mundial lo convirtió en una fiesta de la Psicología del Deporte.

Participaron 1000 colegas de todo el mundo, con más de 60 países presentes.

Durante el mismo se realizó un homenaje al Dr. Alex García Mas entregándole el reconocimiento "Caballero del Águila" condecoración que se le otorga a personalidades destacadas en el campo científico e intelectual. Momento muy emotivo, Felicitaciones nuevamente desde aquí Alex Querido!



También se llevaron a cabo las elecciones de las nuevas autoridades de la ISSP, Felicitamos al Dr. Robert Schinke quien será el Nuevo Presidente. Se anunció también la sede donde se realizara el próximo Congreso Mundial: Taipei 2021

Las conferencias, simposios y posters fueron todo un aprendizaje, no obstante todos los momentos compartidos con los diferentes colegas de distintos países, enriqueció mucho más este evento. Como todo Congreso, se aprende, pero más se comparte, se vive, se siente, se habla, se debate sobre los que más nos apasiona: La psicología del deporte.

"COMO TODO CONGRESO, SE APRENDE, PERO MÁS SE COMPARTE, SE VIVE, SE SIENTE, SE HABLA, SE DEBATE SOBRE LOS QUE MÁS NOS APASIONA: LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE."

LISTOS...YA!! MESA APDA

Se presentó un Simposio institucional a cargo de Lic. Nelly Giscafre, Mg. Alejandra Florean, Lic. Sandra Ferro y Lic. Belén Pineda. Bajo el título: "El juego de las emociones, ¿Con qué reglas?"

El objetivo general fue compartir y transmitir las inferencias, análisis y conclusiones alcanzadas en el trabajo con las emociones dentro del ámbito deportivo para los diferentes actores y situaciones de dicho ámbito. Dicho de otro modo, advertimos que las emociones juegan.

Juegan en el entrenador, en cada uno de los deportistas y de los deportistas en su conjunto aunados bajo el lema del equipo, y también juegan en el psicólogo del deporte. Esto no solo lo advertimos sino que convivimos con ellas en el ejercicio de nuestro rol.

Las emociones prescriben modos de relacionarnos, de manifestarnos y comportarnos, y parecen determinantes en la consecución de objetivos y persistencia en la tarea, tanto de entrenadores y deportistas, como la nuestra.

Las emociones juegan, ¿bajo qué reglas? ¿Dependen del deporte? ¿Se circunscriben al rol? ¿Existen limitaciones o desigualdades según el género o la discapacidad?

EL CAMINO CONTINUA...

La presencia de APDA como institución en el Congreso Mundial fue un orgullo y una experiencia que sin dudas nos posiciona en el camino del intercambio profesional y crecimiento constante. Como nos recuerda el Camino de Santiago... "Camina RECTO, camina ERGUIDO".



CURSOS 2018

Director académico: MG. Alejandra Florean.
VACANTES LIMITADAS



PRESENCIALES

ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

(FORMACIÓN CON DOS AÑOS DE DURACIÓN).
DIRIGIDO ÚNICAMENTE A PSICÓLOGOS.

PRIMER AÑO: Fundamentos de la psicología del deporte
COMIENZO: Abril 2018
OBJETIVOS: Introducir los conceptos básicos de la psicología del deporte. Identificar y encuadrar el rol y la función del psicólogo en el ámbito deportivo. Describir los factores emocionales y psicológicos que influyen sobre el hombre en situación deportiva.

SEGUNDO AÑO: Evaluación e Interdisciplina
COMIENZO: Abril 2018
OBJETIVOS: Desarrollar los principales conceptos con los que se trabaja actualmente en Psicología del Deporte. Aprender a utilizar diferentes herramientas de evaluación en el deporte, además de la importancia y desafío del trabajo interdisciplinario.

CERTIFICADO EN CONVENIO APDA-UBA

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE PARA ENTRENADORES

DIRIGIDO A ENTRENADORES Y PREPARADORES FÍSICOS

OBJETIVOS:

- Aportar herramientas a los entrenadores y preparadores físicos de tal manera que les permitan mejorar sus habilidades personales para la optimización de la gestión de grupos.
- Colaborar con la adquisición de nuevas herramientas para mejorar su liderazgo, su comunicación y motivación.
- Que el alumno trabaje 4 pilares básicos para desarrollar mejor su tarea cotidiana: comunicación-liderazgo-motivación-trabajo en equipo

INFORMES E INSCRIPCIÓN: apda@psicodeportes.com

A DISTANCIA - CAMPUS VIRTUAL

1º AÑO DE LA ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE "FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE"

ÚNICAMENTE LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA

CONSIDERACIONES: Aprobando una tesina
OBJETIVOS: Introducir los conceptos y herramientas básicas de la Psicología del Deporte. Las relaciones que se establecen entre entrenador-deportistas, psicólogo-deportista, y psicólogo-entrenador para alcanzar un mejor rendimiento.
DURACIÓN: Máximo 18 meses

INFORMES E INSCRIPCIÓN: adistancia@psicodeportes.com

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE PARA ENTRENADORES

ENTRENADORES, PROFESORES DE ED. FÍSICA,
LIC. EN ED. FÍSICA, PREPARADORES FÍSICOS

OBJETIVOS:

- Introducir los conceptos básicos de la Psicología del deporte.
- Describir los factores emocionales y psicológicos que influyen sobre el hombre en situación deportiva.
- Analizar las conductas de los participantes del curso, en su actividad física y/o deportiva, atendiendo tanto a las habilidades psicológicas para desempeñarse mejor en su profesión, como a las relaciones que se establecen entre él y los deportistas para que este último alcance su mejor rendimiento.

INFORMES E INSCRIPCIÓN: adistancia@psicodeportes.com



25 AÑOS DE HISTORIA...

Psicología del Deporte

Órgano de la Asociación Metropolitana de Psicología del Deporte

El dolor por jugar

El primer International de Psicología del Deporte

Atletismo y Apnea

Deporte y deporte

Estados Unidos

Estadísticas

Psicología del Deporte

Órgano de la Asociación Metropolitana de Psicología del Deporte

Deporte y deporte

Algo más que un juego

Este año experimenta de primer psicólogo en Córdoba

¿Deporte de qué?

La época preolímpica del año

¿Calidad? Depende de la juventud

PSICOLOGIA DEL DEPORTE

Órgano de la Asociación Metropolitana de Psicología del Deporte



- LA PARTICIPACION DE LA MUJER EN EL DEPORTE
- EL BENEFICIO DEL TENNIS
- INVESTIGACION CON PATRIOTISMO JUVENIL
- CONSERVACION DE LA ACCION, EMOCION Y ENTRENAMIENTO
- LA IMPORTANCIA DEL SOCIOGRAMA DEPORTIVO

Psicología del Deporte

Órgano de la Asociación Metropolitana de Psicología del Deporte

Año II - Nº 1

Septiembre 1997



Psicología del deporte

Asociación Metropolitana de Psicología del deporte

Año II - Noviembre del 2001

- COMO LA FORMACION DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA INFLUYEN EN EL DEPORTE
- EL DEPORTE Y LA PSICOLOGIA DEL DEPORTE

PSICOLOGIA DEL DEPORTE

Órgano de la Asociación Metropolitana de Psicología del Deporte

Las Jornadas Internacionales de Ciencias del Deporte - 2 y 3 de Noviembre del 2001 en el CeNARD



"La Psicología Deportiva en la Argentina, trabajando para los próximos desafíos del futuro"

psicodeportes

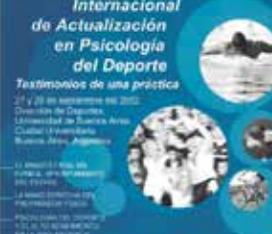
Psicología del deporte

Congreso Internacional de Actualización en Psicología del Deporte

Testimonios de una práctica

27 y 28 de septiembre del 2002

Universidad de Buenos Aires, Ciudad Universitaria, Buenos Aires, Argentina



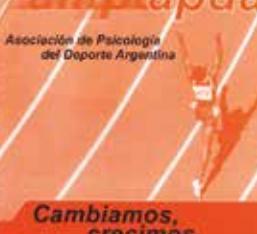
psicodeportes

Psicología del deporte

amprápda

Asociación de Psicología del Deporte Argentina

Cambiamos, crecimos.



psicodeportes

Psicología del deporte

"Mentalidad Ganadora" Olimpíadas

Atenas 2004



psicodeportes

Psicología del deporte

apda

Simposios, convenios, cursos



psicodeportes

Psicología del deporte

Deporte Argentino

GANAR ASI ILUSIONA. PERDER ASI DIGNIFICA

apda

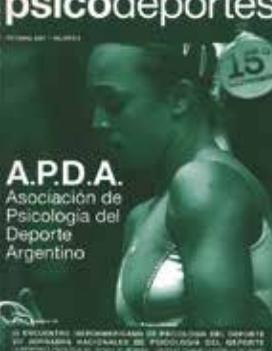


psicodeportes

Psicología del deporte

A.P.D.A. Asociación de Psicología del Deporte Argentino

15 años de psicología del deporte



psicodeportes

Psicología del deporte

A.P.D.A. Asociación de Psicología del Deporte Argentina

Se vienen los Juegos Olímpicos Beijing 2008



psicodeportes

Psicología del deporte

A.P.D.A. Asociación de Psicología del Deporte Argentina



psicodeportes

Psicología del deporte

APDA

18 años de historia contada junto al deporte



psicodeportes

Psicología del deporte

20 años APDA

Simposio Internacional de Psicología del Deporte 2002



psicodeportes

Psicología del deporte



psicodeportes

Psicología del deporte



APDA

psicodeportes

Psicología del deporte

APDA Asociación de Psicología del Deporte Argentina



psicodeportes

Psicología del deporte



APDA

