



El Test del Síntoma de Carga: Un Procedimiento para el Análisis de la Elaboración de Condiciones de Carga Psíquica en los Deportistas (R. Frester)

Tomado del libro Aportes a la Psicología Deportiva, de Paul Kunath y colaboradores. Editorial Orbe, La Habana, 1976.

1. Vivencia y elaboración de carga, como requisitos para el análisis de la capacidad de carga psíquica en los deportistas

Durante el entrenamiento y la competición el deportista se ve confrontado con un espectro de exigencias, tanto de condicionamientos e influencias externas, como internas, que puede evaluar en su diversidad y complejidad en cuanto al contenido, la duración y la intensidad del efecto sobre el rendimiento deportivo y su variabilidad, y que también puede vivir a modo de impulso o de carga psíquicos.

Nosotros partimos de que no pueden existir condicionamientos «objetivos» de la carga psíquica. Lo decisivo es el reflejo y la elaboración internos de los condicionamientos, que a su vez dependen de la constelación psíquica y la estabilidad interna de cada deportista. Así, por ejemplo, ante unas acciones no logradas al principio de una competición, el deportista puede resignarse y vivir esta situación a modo de poderosa inhibición del rendimiento. Otro deportista, en cambio, puede vivir esta misma situación a modo de estímulo para el rendimiento, logrando así superarse notablemente a causa de tal condicionamiento.

Así pues, unas particularidades disposicionales y el estado actual del sistema personal forman la base para el modo de la vivencia (estímulo-inhibición) y de la elaboración de diferentes influencias endógenas y exógenas.

Son, con ello, expresión de la capacidad de carga psíquica de los deportistas. Puesto que la competición es, para nosotros, el principal campo de prueba del deportista, por tener que ser el rendimiento en competición el punto de referencia de cualquier investigación psicológico-deportiva transformadora, nos interesan, ante todo, aquellas condiciones que la mayoría de los deportistas viven como carga y que inhiben el rendimiento en competición. Para el registro de las condiciones que por la mayoría de los deportistas, en el sentido de una norma estadística de grupo son vividas como una carga, utilizamos la técnica del cuestionario. En conexión con otros tests (ENR, Brengelmann, Eysenck, MPI y otros) intentamos obtener con ello acceso a la capacidad de carga psíquica, referida



a las exigencias específicas de la competición, y sobre la base de la auto observación (*test* de cuestionario con escala).

La literatura psicológica especializada ofrece gran cantidad de conocimientos obtenidos sobre la técnica de escalas (CLAUSS, 1968). Este método -conocido desde hace varias décadas en la psicología- goza últimamente de una creciente popularidad entre los psicólogos, pedagogos, sociólogos y otros estudiosos sociales de nuestra república.

La técnica de escalas también ha penetrado en los últimos años en la investigación psicológico-deportiva, con el fin de representar los resultados de las observaciones en forma numérica (medición de actitudes y estados físicos, observación de comportamientos en situaciones de rendimiento). No conocemos ninguna aplicación de la técnica de escalas en el análisis de la capacidad de carga psíquica de deportistas. Hasta ahora, las circunstancias de la capacidad de carga en los deportistas sólo eran accesibles a una descripción cualitativa.

Nosotros registramos cuantitativamente las condiciones de carga y sus posibilidades desde elaboración mediante la auto observación de los deportistas, pero no el comportamiento real de rendimiento individual bajo tales condiciones de carga. La aclaración de las relaciones existentes entre la vivencia y la elaboración subjetiva de condiciones de carga y el comportamiento real en situaciones de rendimiento deportivo debería ser tarea de posteriores investigaciones de la psicología del deporte.

2. Estructuración del test de síntomas de carga. (TSC)

2.1. ANÁLISIS DE LAS CONDICIONES VIVIDAS COMO CARGA

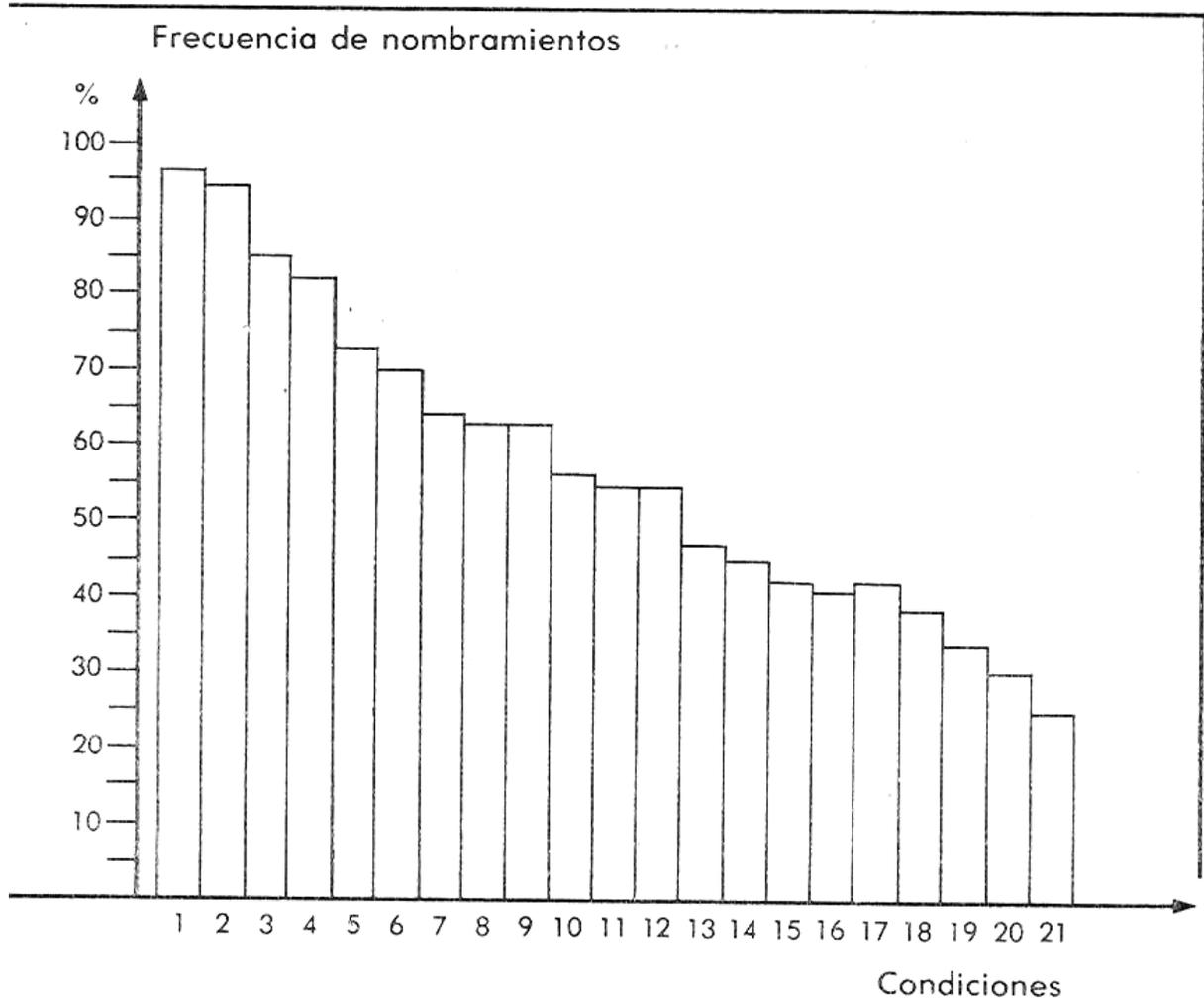
Entre un conjunto de 300 deportistas pertenecientes a 12 disciplinas (modalidades deportivas de equipo, de competición, de disciplinas técnicas), fueron registradas -según un cuestionario prefijado- todas las influencias y condiciones vividas como experiencia de competición y como inhibiciones del rendimiento de competición.

El material así obtenido lo ordenamos de acuerdo con la frecuencia del nombramiento de condiciones de carga iguales. Las más de 3 000 condiciones de carga citadas por los deportistas pudieron reducirse, por la frecuencia, en unas 30 condiciones de carga que son nombradas una y otra vez con frecuencia desigual.

Es de suponer que las condiciones que ocupan los primeros puestos de la escala son, también, las de mayor intensidad de interferencia. Esta hipótesis se consolida gracias a unas investigaciones de comparación de pares (LIENERT, 1967) en 50 deportistas. Se trataba de que 50 deportistas compararan 30 condiciones de carga, todas con todas, y que llegaran a un juicio estimativo para saber qué condición de un par provoca por regla general cargas más fuertes. Los resultados de la comparación de pares y la sucesión de rangos según la frecuencia con que se nombran las condiciones, dan con $r = 0,95$ una correlación extraordinariamente alta (correlación de rango).



En la figura 1 está representada la distribución de las condiciones según la frecuencia con que se nombran.





Dado que las condiciones que ocupan los últimos puestos de la escala de rangos sufren una sensible disminución de valor frente a las que ocupan los primeros puestos, sólo seleccionamos 21 síntomas para la forma previa del test:

1. Acciones malogradas al principio.
2. Flojos rendimientos de los entrenamientos y competiciones previos.
3. Discordancias con el entrenador, con compañeros de equipo, en la profesión o en la familia.
4. Sensación de debilidad física (mal estado de competición).
5. Ser perjudicado por los jueces.
6. Aplazamiento de la competición.
7. Papel de favorito.
8. Reproches durante la lucha.
9. Excesivo nerviosismo.
10. Dificultades en conciliar y mantener el sueño algunos días y un día antes de la lucha.
11. Instalaciones de competición incómodas.
12. Derrotas inmediatamente anteriores.
13. Manifiesta superioridad del contrario.
14. Inesperados rendimientos buenos del contrario.
15. Contrincantes desconocidos.
16. Aspiraciones de rendimiento excesivamente altas.
17. Viajes demasiado largos hasta el lugar de la competición.
18. Pensar continuamente en el cumplimiento de las metas fijadas.
19. Estímulos de perturbación de naturaleza óptica, acústica o táctil.
20. Haber perdido ya una vez ante los contrincantes.
21. Espectadores.

2.2. DESARROLLO DE UNA ESCALA DE INTERVALOS PARA EL REGISTRO DE LA INTENSIDAD DE PERTURBACIÓN Y ESTIMULACIÓN DE CONDICIONES SELECCIONADAS



Para la estructuración de un procedimiento (test de cuestionario), para el registro de condiciones de carga y de su elaboración por el deportista, no sólo interesaba saber qué condiciones eran vividas como carga por parte de la mayoría de los deportistas, sino al mismo tiempo con qué intensidad tales condiciones actúan de freno o estímulo del rendimiento. El interés está, por lo tanto, en la dinámica de la elaboración de la carga.

Para poder representar la dinámica de la elaboración de la carga era preciso obtener una escala de intensidad, con ayuda de la cual pudiéramos conocer el grado de la intensidad de estímulo o perturbación, y registrarlo cuantitativamente.

A este fin desarrollamos una escala de intensidad de 9 niveles, con las dimensiones existentes entre inhibición e impulso. Los lugares de la escala están caracterizados por opiniones contrastadas con 40 personas. El proceso de contrastación y la selección de las opiniones para la forma definitiva del *test* abarcaban los siguientes pasos de trabajo:

1. Formulación de las opiniones para la prueba de marcación. Se formularon 3 opiniones para cada lugar de la escala.
2. Realización del contraste de 40 personas de prueba (deportistas y alumnos de la Escuela Superior de Educación Física).
3. Cálculo de los valores medios y las dispersiones de cada opinión para la obtención del más favorable emplazamiento dentro de la escala.
4. Selección de las opiniones con las más favorables distancias de separación de valor medio y la menor dispersión para la forma definitiva del *test*.

Las opiniones de los puestos 1 a 4 de la escala caracterizan la intensidad del impulso, el puesto número 5 marca el centro de la escala -ni impulso ni inhibición-, y las opiniones que ocupan los lugares 6 a 9 de la escala expresan el grado de la intensidad de perturbación. Para la correcta valoración de los resultados del *test* debe tenerse en cuenta la clasificación de los deportistas en el puesto 5 de la escala. Hemos subdividido este puesto en 5 a y 5 b. Debe marcarse el puesto



5 a cuando la condición en cuestión ya se ha producido varias veces, pero sin afectar en lo más mínimo al deportista; y debe marcarse 5 b cuando la citada condición no se ha producido nunca en competición. Por tanto, no es aplicable al deportista.

De esta forma, los deportistas se ven enfrentados a la alternativa de tener que decidirse -en cada una de las 21 condiciones prefijadas- por el lugar que a él le corresponde en la escala.

En las tablas 9 y 10 queda expuesta la forma definitiva del *test* presentado a los deportistas para que lo cumplimentaran.

Tabla 9.



TABLA 9

Nombre: _____ Modalidad deportiva: _____

Edad: _____ Años de competición: _____

¿En qué modo influyen los factores y las condiciones aquí enumerados sobre su rendimiento en competición?

Marque con una X la casilla correspondiente.

Factores y condiciones que influyen en el rendimiento:	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Acciones malogradas al principio									
2. Aplazamientos de la competición									
3. Excesivo nerviosismo									
4. Dificultades en conciliar y mantener el sueño									
5. Papel de favorito									
6. Metas de rendimiento excesivamente altas									
7. Derrotas anteriores									
8. Sensación de debilidad física									
9. Discordancias con el entrenador, con compañeros de equipo o en la familia									
10. Inesperados rendimientos buenos de los contrarios									
11. Flojos rendimientos en los entrenamientos y competiciones previos									
12. Contrincantes desconocidos									
13. Reproches durante la competición									
14. Manifiesta superioridad del contrario									
15. Ser perjudicado por los jueces									
16. Instalaciones de competición incómodas									



2.3 CRITERIOS DE BONDAD ESTADÍSTICA DEL *TEST*

Según LIENERT (1967), un buen *test* ha de cumplir como criterios principales tres requisitos:.

1. Ha de ser objetivo.
2. Debe poseer fiabilidad.
3. Ha de tener validez.

Tabla 10 Escala de opinión.

Rango

- 1 No. 1: ...entonces me incita a rendimientos extraordinarios.
...entonces mis rendimientos más bien mejoran que empeoran.
- 3 No. 2:
...entonces reacciono normalmente con una mejora del rendimiento.
- 4 No. 3:
...sólo puedo lograr buenos rendimientos cuando se
- 2 No. 4: produce esta situación.
No.
- 5 5a: ...entonces la situación no me afecta lo más mínimo.
No.
5b: ...esta situación no me incumbe.
- 8 No. 6: ...entonces achaco los más frecuentes fracasos en



competición a la influencia de esta situación.

...entonces mis rendimientos sólo sufren una leve mejora

por tales condiciones.

6 No. 7:

9 No. 8: ...entonces doy siempre los peores rendimientos.

7 No. 9: ...entonces siempre me cuesta lograr todavía un buen rendimiento.

Un test es completamente objetivo cuando diferentes examinadores obtienen con las mismas personas de ensayo unos mismos resultados. En nuestro caso se da casi por completo la objetividad de realización, evaluación e interpretación, dado que independientemente del examinador obtuvimos de una persona de ensayo los mismos resultados, que son evaluados según unas directrices de valoración e interpretación uniformes y preestablecidas.

Para el examen de la fiabilidad se empleó el método de repetición del test (fiabilidad re-test). La fiabilidad de este procedimiento fue comprobada con un muestreo entre 70 deportistas en primera prueba, y al cabo de cuatro semanas en segunda prueba (ROTH, 1968). El coeficiente de fiabilidad re-test así obtenido comportaba $r_{tt} = 0,88$. Con ello queda suficientemente garantizada la fiabilidad estadística del procedimiento.

Otra determinación de la fiabilidad de cada una de las 21 condiciones de la forma definitiva del *test* fue efectuada mediante un examen de homogeneidad de las condiciones según el *test* Wilcoxon. También está asegurada la homogeneidad de las condiciones entre la 1.* y la 2.* prueba (Roth, 1968).

Otro criterio de bondad lo constituye su validez. Un test es válido cuando realmente mide aquella característica de la personalidad que ha de medir. En la validación de la mayoría de los tests desempeña un papel predominante la validez referida al criterio. Es definida por la relación entre los valores de punto del test y los valores de punto de los criterios, y por regla general se obtiene por correlación de esos valores. Para el examen de la validez del TSC hemos empleado las siguientes tres formas:



1. Correlación de condiciones aisladas del TSC con el cuestionario de personalidad de Eysenck, según el método de los grupos representativos, donde $n = 25$ $r_{tc} = 0,57$ (ZILLGITT, 1967).

2. Comparación de los valores del TSC del mismo muestreo que 1, con valores de criterio de evaluadores (3 entrenadores), según el método del procedimiento de valoración colectiva. El coeficiente de correlación obtenido por la tabla de cuatro campos comportó $r = 0,56$ (ZILLGITT, 1967).

A pesar de que los coeficientes de correlación están suficientemente garantizados estadísticamente, el muestreo fue demasiado reducido como para poder pretender una validación completa del TSC. Debido a ello todavía hacen falta otras pruebas de validación, que se están efectuando actualmente en nuestro Instituto.

3. Mientras que en la validez referida al criterio queda relegada por completo la importancia psicológica del resultado de un *test* (LIENERT, 1967), el análisis psicológico del *test* es precisamente la meta de la validación de construcción. Puede calificarse de validación de construcción una contemplación analítica de factores de los resultados del TSC de unos 200 deportistas (MÜLLER, 1969). Según ello, podrían extraerse tres factores, que pueden describirse de la siguiente forma:

Primer factor: caracteriza la estabilidad psíquica de los deportistas frente a condiciones objetivas de situación:

- aplazamientos de competiciones;
- imprevistos buenos rendimientos de los contrincantes;
- superioridad desproporcionada de los contrarios;
- instalaciones deportivas incómodas;
- estímulos perturbadores de naturaleza acústica, óptica o táctil;
- desplazamientos largos; - espectadores.



Segundo factor: caracteriza la estabilidad social personal:

- ? papel de favorito;
- ? aspiraciones de rendimiento demasiado altas;
- ? discordancias con el entrenador, compañeros de equipo o en la familia;
- ? reproches durante la lucha;
- ? ser perjudicado por el juez;
- ? contrincantes desconocidos.

Tercer factor: caracteriza esencialmente la estabilidad vegetativa y de éxito-derrota de los deportistas:

- ? acciones malogradas al principio;
- ? excesivo nerviosismo;
- ? dificultades en conciliar y mantener el sueño;
- ? derrotas anteriores;
- ? sensación de debilidad física;
- ? débiles rendimientos en los entrenamientos previos;
- ? haber perdido ya alguna vez ante el contrincante.

La evaluación de los resultados del TSC se efectuó a través de un análisis de las condiciones individuales y de un cálculo de la cifra absoluta de puntos en cada uno de los factores. Ejemplo: En la condición 1 («acciones malogradas al principio»), un deportista se coloca en el puesto 8 de la escala. Entonces sabemos que, producida esta situación, por regla general existirá una fuerte perturbación en el rendimiento de este deportista, de donde podremos deducir las correspondientes medidas de carácter psicológico-pedagógico y de metodología del entrenamiento.

En cambio, si nos interesa la cualidad psicofísica «estabilidad vegetativa y de éxito-fracaso», entonces buscamos la suma de los puntos que en el factor 3 alcanzan 7 condiciones. Si un deportista alcanza más de 40 puntos, podremos deducir que existe una fuerte disposición a la perturbación en este ámbito. En caso de alta intensidad perturbadora puede alcanzarse un máximo de 9 puntos por condición (por existir 9 lugares de rango).



3. Resultados de las primeras investigaciones

Hasta el momento, el TSC ha sido ensayado con más de 200 deportistas y ha probado su eficacia en relación con otros *tests* para el registro de la capacidad de carga psíquica (ENR, MPI, Pauli).

La *tabla 11* ofrece una visión general de los resultados del TSC obtenidos con 180 deportistas.

De los resultados de los cálculos matemático-estadísticos se deduce que:

La mayoría de los deportistas vive las 21 condiciones halladas por vía empírica como carga psíquica y freno al rendimiento. La mayor intensidad perturbadora la poseían las condiciones 3, 8, 9, 15 y 18. Mantienen una fuerte relación con la capacidad de carga vegetativa personal y con la situativa actual objetiva de los deportistas.

Tabla 11.



TABLA 11. — Resultados del *test* de síntomas de carga

Factor 1

Condiciones (cf. tabla 1)	\bar{x}	d
N.º 2	5,09	0,89
N.º 10	4,28	1,93
N.º 14	3,97	2,31
N.º 16	5,60	1,41
N.º 18	6,00	1,35
N.º 20	5,31	1,02
N.º 21	4,37	1,70

\bar{x} = valor medio de 180 deportistas en la escala de impulso-inhibición.
d = dispersión de las valoraciones escaladas.

Factor 2

Condiciones	\bar{x}	d
N.º 5	4,49	2,08
N.º 6	4,70	1,97
N.º 9	5,50	1,72
N.º 12	4,56	1,65
N.º 13	5,08	1,88
N.º 15	5,27	1,75
N.º 17	4,45	1,90

(Tabla 3 - 2.ª parte)

Factor 3

Condiciones	\bar{x}	d
N.º 1	4,75	2,24
N.º 3	6,00	1,93



- Queda confirmada la hipótesis de que condiciones iguales son vividas y psíquicamente elaboradas de forma distinta, y quedan en entredicho todas las conjeturas sobre supuestas condiciones «objetivas» de la carga psíquica. Con ello queda subrayada la necesidad de un análisis individual de las condiciones de carga psíquica.

- Este mismo estado de cosas queda confirmado expresamente por la desigual altura de las dispersiones. En caso de una gran dispersión nos hallamos ante un juicio no uniforme del muestreo en la vivencia de la condición. Ello indica que tales condiciones son vividas por una parte de los deportistas como estímulo y por otra parte como freno.

- Entre modalidades deportivas y grupos de disciplinas diferentes, las condiciones de carga son vividas y elaboradas distintamente como carga (cf. GOLLMANN, ROTH, JANKA y WEIHRAUCx, ZILLGITT). Las exigencias y particularidades específicas de la disciplina quedan reflejadas evidentemente en el perfil de carga y subrayan la suposición de que la capacidad de carga psíquica sólo puede manifestarse en una actividad específica concreta.

- Los resultados del TSC dejan entrever una conexión entre la edad de competición y la vivencia de carga de los deportistas. Con creciente edad de competición fue apareciendo una labilización de los deportistas en los factores.

2-3 (estabilidad social personal, vegetativa, y de éxito - fracaso). De aquí resultan valiosas referencias para una correcta labor educadora psicológico- pedagógica programada para muchos años.

En el marco del presente aporte, sólo hemos podido referirnos a algunos resultados y posibilidades que resultan de la aplicación de la técnica de cuestionario, según el principio del TSC para un análisis más amplio de la capacidad de carga psíquica. Una ampliación de este principio y la aplicación del método del TSC al aporte podrían, en conexión con otros tests de personalidad, llevar a un enriquecimiento del inventario metodológico para el diagnóstico de la capacidad de carga psíquica.