

Consideraciones básicas en el proceso de evaluación psicológica en el fútbol.

Dr. Ricardo de la Vega

Universidad Autónoma de Madrid

ricardo.delavega@uam.es

1. Introducción

El esquema que seguiremos para presentar este artículo comprende tres aspectos fundamentales:

El primero sobre el que vamos a centrar nuestra atención es el análisis funcional del fútbol, puesto que consideramos esencial el conocimiento específico del deporte en el que trabajamos para poder extraer las consecuencias prácticas en lo que a la evaluación psicológica se refiere. Lo que tratamos de expresar es, en este sentido y en la línea de las ideas expresadas por González (1996), que la evaluación psicológica aplicada al deporte no es ajena al deporte específico en el que estemos trabajando, sino que participa de la riqueza de las variables que intervienen en él y que lo constituyen como deporte específico (más allá de las reglas formales que lo condicionan).

El segundo apartado que presentamos muestra el planteamiento que se ha seguido hasta los tiempos actuales en lo que respecta a la evaluación psicológica, donde se han tratado de aplicar pruebas procedentes de diferentes ámbitos, esencialmente clínicos, al deporte, formando una serie de baterías a las que se realizaban adaptaciones al deporte y que ofrecían una visión muy general y subjetiva de la manera en la que el deportista se veía afectado por las variables psicológicas que intervenían en su deporte. Posteriormente surgieron algunas pruebas específicas del ámbito deportivo, como por ejemplo el Cuestionario de Orientaciones Motivacionales en el Deporte (TEOSQ)(1989), el Cuestionario sobre el Ambiente de Equipo (TCQ)(1982), la Escala de Compromiso con la Actividad Física (CPA)(1987), el Inventario de Confianza Deportiva Rasgo (TSCI)(1986), o el Test de Estilos Atencionales de Nideffer (TAIS) (1980); pruebas que, entre otras, consideramos insuficientes por las limitaciones que presentan al encontrarse demasiado alejadas de la ejecución en vivo del deportista.

En el tercer y último apartado trataremos de aportar algunas vías y soluciones a la evaluación psicológica aplicada al fútbol, siguiendo la línea de las ideas apuntadas ya por autores relevantes como Roffé (2010), describiendo algunas pruebas diseñadas para tal efecto y que tienen la virtud de acercar la práctica real del entrenamiento deportivo y de la competición, a la recogida de datos sobre estas variables.

2. Análisis funcional de las variables psicológicas que intervienen en el fútbol

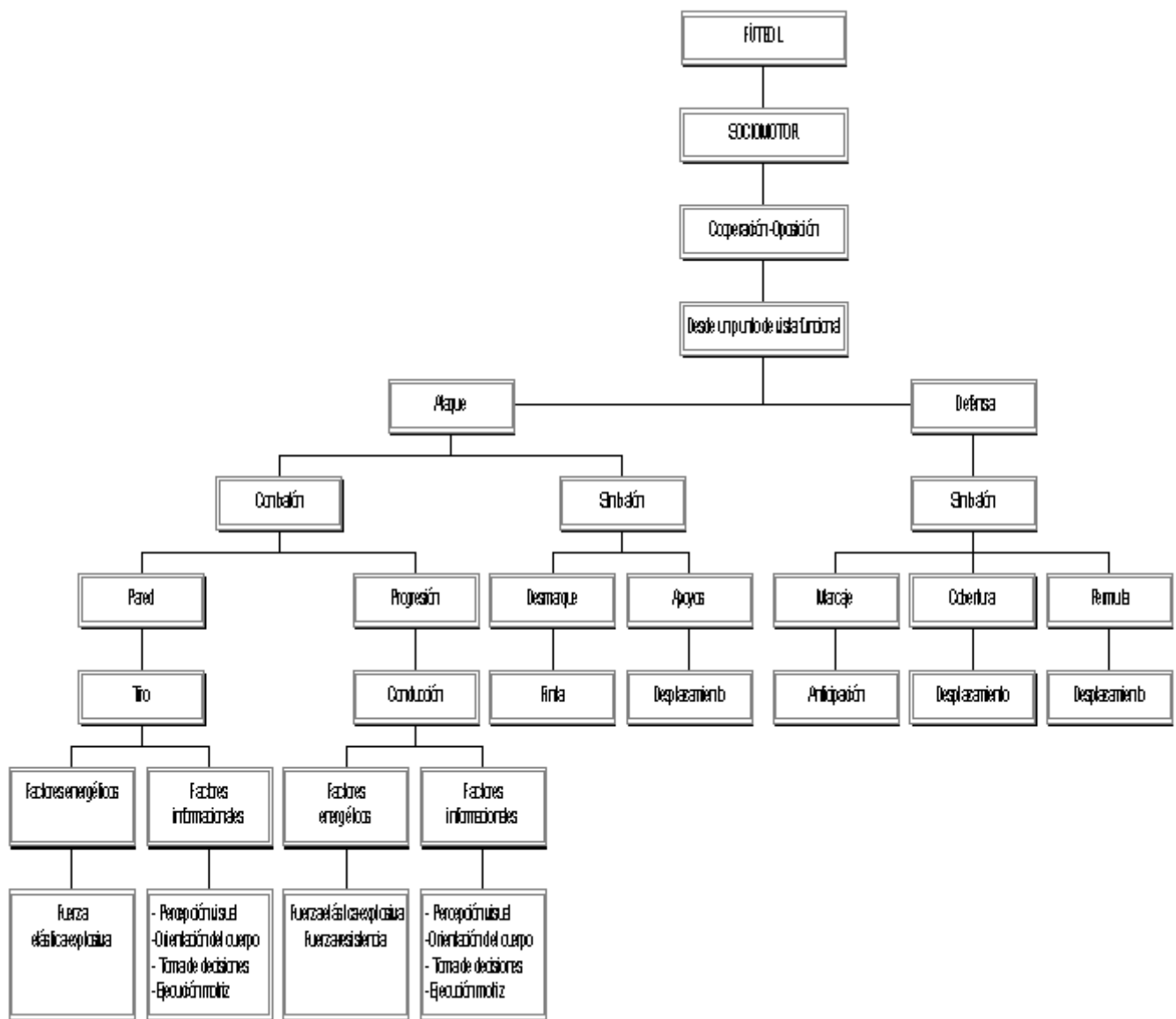
Todo proceso de evaluación se encuentra condicionado por las características propias del deporte en el que se realiza, de manera que no es lo mismo, por ejemplo, intentar evaluar las variables psicológicas que intervienen en el fútbol, que las que intervienen en el tenis de mesa. Una misma variable, como puede ser la concentración, está sujeta a diferentes condicionantes que son los que hacen específico ese deporte y los que limitan al mismo tiempo el rendimiento del deportista y, por esa misma razón, necesita de procesos de evaluación diferentes (aunque en la base el razonamiento que subyace a ambas sea el mismo); estos condicionantes engloban también, como no, las variables físicas, técnicas y tácticas que forman, junto a las psicológicas,

las cuatro patas principales de esa mesa a la que llamamos deporte.

Por lo tanto, ningún psicólogo deportivo debería comenzar a trabajar en un deporte sin conocer esas características que lo hacen particular y que lo diferencian de los demás puesto que, como veremos a continuación, el deportista se puede mostrar muy influido por algunas de estas variables y una evaluación capaz de detectar como responde ante ellas nos aportará, sin duda, una ayuda inestimable para conocer, entre otras cosas, en qué medida nuestro trabajo está siendo útil para el jugador y para el equipo.

No podemos olvidar, por otra parte, que la aceptación del rol profesional del psicólogo del deporte por parte de los entrenadores y del conjunto de profesionales que trabajan en el fútbol, se encuentra en una fase de consolidación en la que resulta evidente que debemos acercar nuestro trabajo al terreno del entrenamiento deportivo y demostrar resultados en función del trabajo realizado con los deportistas, de manera que nuevamente el proceso de evaluación se hace necesario e imprescindible.

Una vez que hemos señalado algunos de los aspectos más importantes a considerar en el terreno de la evaluación, vamos a penetrar, aunque sea de forma breve, en el análisis funcional propiamente dicho. A continuación se presenta el mapa conceptual del fútbol que ofrece un primer acercamiento a sus principales características (Domínguez Lago y Valverde, 1995; González Badillo, 1997):



A continuación pasamos a mostrar algunas de las características más representativas del fútbol:

1. Es un deporte abierto, lo que significa que la variabilidad de las situaciones que pueden aparecer es muy amplia y que no son, como ya señalaba Bartlett (1932), idénticas entre sí.
2. Es un deporte de colaboración porque cada uno de los equipos cuentan con una serie de jugadores que comparten un objetivo común y que pueden participar al mismo tiempo para conseguirlo.
3. Es un deporte de oposición porque en la competición participan dos equipos que se disputan los intereses y los objetivos últimos del partido: la victoria. El logro de la misma por un equipo siempre lleva consigo el "fracaso" del otro equipo en el sentido de que no logra su objetivo.
4. La duración reglamentaria de un partido de fútbol comprende dos tiempos de 45 minutos que pueden prolongarse por el árbitro en función de una serie de pérdidas de tiempo que se hayan cometido en el transcurso del partido. Entre cada uno de estos periodos contamos con un tiempo de descanso de 15 minutos, tiempo que deberemos tener en cuenta en nuestra

tarea como psicólogos del deporte.

5. El espacio de juego es amplio. Tal y como señala Cohen (2000): *"Del espacio de juego como consecuencia entre el número de metros cuadrados y el número de jugadores (100 x 65= 6500 metros cuadrados; entre 22 jugadores que se dividen el espacio de juego hacen un total de 285 metros cuadrados que debe cubrir cada jugador, el mayor espacio de todos los deportes colectivos analizados) se deduce que el espacio de interacción es de los más amplios en el contexto de los deportes colectivos"*

A continuación presentamos los datos globales de mayor interés referentes al análisis temporal de las diferentes situaciones que se presentaron en el desarrollo de la liga española en la temporada 1998/99 (Gómez, 2000), y que pueden extrapolarse perfectamente a los resultados esperados en la presente temporada:

- La media en la duración de los partidos fue de 95, 8 minutos, lo que supone que el tiempo medio complementario en cada partido oscila en torno a los 5, 8 minutos.
- El 52% del tiempo total de juego el partido ha estado detenido o parado, y en menos de la mitad de esos 95,8 minutos el balón ha estado en juego (48%). Esto supone que el balón está más tiempo detenido que en juego.
- A continuación presentamos una tabla resumen de los principales movimientos en los partidos disputados en la temporada mencionada:

ACCIONES	MEDIA POR PARTIDO
Número de posesiones	191,3
Pérdidas de balón	132,7
Recuperaciones del balón	105,5
Nº de goles	2,6
Nº de lanzamientos-remates	22
Remates a puerta	9,9
Remates fuera	10,6
Remates a los palos	0,7
Otros (rechazados)	0,8
Posesiones necesarias para un lanzamiento	8,7
Lanzamientos necesarios para conseguir un gol	8,5
Faltas cometidas	36,4
Tarjetas amarillas	5,4
Tarjetas rojas	0,3
Córners	10,6
Fueras de juego	6,4

GECA Sport. Liga Española 98-99

Las principales implicaciones del análisis funcional que hemos realizado en cada una de las destrezas psicológicas básicas implicadas en el fútbol se muestran a continuación:

A. La concentración en el fútbol

Si entendemos que la concentración es la capacidad que debe tener todo jugador para dirigir su atención hacia los estímulos pertinentes en cada momento y que, además, es una capacidad que se relaciona íntimamente con la duración del partido o de la competición (Weinberg y Gould, 1996; García, 2000), entonces podemos afirmar que todo proceso de evaluación de la

concentración debería dirigirse, al menos, hacia el intento de conocer en qué medida el jugador es capaz de atender a los estímulos significativos para él y que se encuentran vinculados a la demarcación que ocupa dentro del equipo y a la misión táctica encomendada por el entrenador, y en qué medida es capaz de mantener niveles óptimos adecuados de concentración durante las diferentes fases o periodos que podemos diferenciar en el fútbol.

Así mismo nos parece pertinente y relevante recalcar la importancia que tiene el trabajo psicológico en concentración para permitir que el jugador "no se salga del partido" en ninguna de sus fases ni en ninguno de los numerosos momentos en los que el balón se encuentra detenido (ya sea por faltas, por encontrarse en el descanso o por interrupciones propias del juego).

B. El nivel de activación

El nivel de activación es una de las variables que más ha interesado a los psicólogos del deporte por la gran influencia que tiene en el rendimiento. Como ya sabemos, las teorías que han tratado de explicar cómo se relaciona el rendimiento con el nivel de activación, han aportado algunos aspectos esenciales como son la diferenciación entre el arousal fisiológico y el cognitivo, y su diferente influencia en el rendimiento del jugador (Kerr, 1985; Hardy, 1990; Gould y Krane, 1992; Gould y Udry, 1994), o la importancia de descender hasta la especificidad del jugador para conocer cómo le afecta, de manera específica, una variable que a otro deportista puede provocarle distintas respuestas cognitivas, motoras y emocionales.

Resulta evidente pensar que la evaluación nuevamente deberá adaptarse a los estímulos que provocan ansiedad, esencialmente cognitiva, en el jugador, de manera que lo que a uno le provoca un estado de ansiedad extremo, a otro puede producirle indiferencia o incluso favorecerle estados óptimos de activación que favorezcan y beneficien su rendimiento. El trabajo previo del psicólogo deportivo será conocer, por medio de una entrevista o de autoinformes diseñados al efecto, cuáles son los estímulos que producen el aumento de la ansiedad en el jugador para, a partir de ellos, evaluar y trabajar en el sentido de ayudar al jugador a que encuentre su nivel óptimo en función de las diferentes situaciones del juego que se le pueden presentar y tratar de eliminar los efectos negativos derivados de una apreciación o valoración cognitiva subjetiva y negativa de la situación ansiógena de que se trate.

Como podemos apreciar, es importante por tanto que discriminemos los diferentes momentos o situaciones a los que el jugador puede enfrentarse para tratar de aportarle las herramientas adecuadas para que aprenda a manejar sus niveles de activación adecuados; y estos momentos, como nos podemos imaginar, se encuentran muy relacionados nuevamente con la demarcación que ocupa el jugador en el campo, así como por otras variables como las características del contrario, el número de interrupciones del juego y tiempo medio hasta que se pone el balón en movimiento, etc.

C. La capacidad de visualización

Cuando decimos que un jugador es capaz de realizar una volea, un desmarque de ruptura, una cobertura, una acción individual en la que dribla a un par de contrarios y golpea a puerta u otra en la que temporiza la entrada para obtener una ventaja en el juego esperando la ayuda de algún compañero que colabore en las labores defensivas, estamos haciendo alusión, aun sin hacerlo de forma explícita, a los diferentes esquemas de acción que posee el jugador y que le han permitido tomar conciencia de los diferentes aspectos que tienen lugar en el juego que llamamos fútbol ¹.

Cualquier acción técnico-táctica puede realizarse porque tenemos representada en la memoria la información a la que se refiere, de manera que cuando nos disponemos a realizar un lanzamiento de falta buscamos en nuestra memoria el programa motor que nos permite ejecutarla junto con un análisis de situaciones anteriores en las que las condiciones iniciales en

las que nos encontramos eran similares. Este proceso, en el cual no vamos a entrar en profundidad por no ser el objetivo de este artículo, es el que subyace a la técnica de visualización que no es más que la capacidad que tiene cualquier persona para manejar la información que posee en la memoria, capacidad que puede utilizarse para mejorar el rendimiento como consecuencia de la mejora en esa representación mental y en la capacidad de controlar sus imágenes, imaginarlas con claridad y ofrecer diferentes soluciones en función de la situación planteada.

Si con anterioridad mencionábamos que el análisis funcional del deporte era esencial para comprender el proceso de evaluación de las destrezas psicológicas que tratábamos, la visualización no escapa a esta apreciación y resulta evidente remarcar que la riqueza representativa de las acciones motrices se encuentra condicionada por las experiencias previas de los jugadores y, al mismo tiempo, por su posición en el campo.

D. Capacidad de control del pensamiento

Esta capacidad hace referencia a la influencia decisiva que tienen los pensamientos en el rendimiento del deportista. Como ya sabemos, esta variable se encuentra muy relacionada con otras como el nivel de activación, la autoconfianza del jugador o su capacidad de concentración.

Hablar de control de pensamientos y de evaluación nos obliga, como veremos más adelante, a penetrar en el terreno resbaladizo de lo estrictamente subjetivo, donde la relación y la confianza existente entre el jugador y el psicólogo deportivo se muestra como uno de los aspectos que ayudan a explicar con mayor exactitud el éxito de nuestro trabajo y de nuestra intervención.

Los pensamientos distractores, como no podía ser de otra manera, se encuentran especialmente relacionados tanto a aquellos momentos de la competición en donde las expectativas no se ven confirmadas, como a los momentos en los que se utilizan destrezas y habilidades técnicas o motrices en las que el jugador percibe que "no es muy hábil". La definición de todos estos aspectos nos aporta una clave esencial para el proceso de evaluación e intervención en esta variable.

3. Sistema de evaluación psicológica aplicada al fútbol

La última parte de este artículo vamos a dedicarla a establecer, aunque sea de forma breve y escueta, las principales herramientas con las que cuenta el psicólogo profesional especializado en deporte para conocer en qué medida cada uno de los jugadores de manera individual domina cada una de las destrezas psicológicas básicas que ya hemos señalado en el apartado anterior ².

En concreto, nos parece importante comenzar por señalar cuál es el proceso que consideramos idóneo para realizar la evaluación de la manera más correcta posible y respetando al máximo la validez ecológica del proceso evaluativo. Estos pasos son los siguientes:

1. Observación del rendimiento del jugador en los entrenamientos y en los partidos. Un primer paso en cualquier proceso de evaluación consiste en observar las conductas objeto de estudio. Para poder realizar esta observación podemos optar por realizarla en vivo, o bien por hacerlo en diferido; en este último caso necesitaremos tener grabada la información para su posterior análisis. En este sentido, un aspecto complejo al que debe prestarse atención es el de la manera en la que registramos la información que nos interesa, puesto que podemos optar por un registro narrativo de lo que sucede o, lo que

nos parece más conveniente, utilizar un código de observación que nos ofrezca información lo más objetiva posible sobre la frecuencia y/o la ocurrencia de las conductas que nos interesen observar ³.

2. Acceso a la información subjetiva que maneja el jugador mediante entrevistas y autorregistros diseñados al efecto para cada una de las habilidades psicológicas que trabajemos. Pese a que nos parece importante contar con el mayor número de información objetiva posible, somos plenamente conscientes de la importancia de la subjetividad en el establecimiento de juicios acerca del rendimiento deportivo, una subjetividad que, sin duda alguna, juega un papel importante en el rendimiento deportivo al encontrarse estrechamente relacionada con algunas variables psicológicas esenciales como pueden ser las expectativas de proceso y de rendimiento, o la autoconfianza.

En este sentido, y al igual que sucede en los demás puntos señalados en el proceso de evaluación, consideramos oportuno el diseño de autorregistros específicos aplicados al fútbol que nos ofrezcan información pertinente sobre los aspectos más importantes de cada entrenamiento y de cada partido. De esta forma, tenemos un seguimiento progresivo de nuestros jugadores y una información que podemos revisar de forma continua sobre el estado psicológico subjetivo de cada uno de nuestros jugadores.

Por otro lado, también nos parece apropiado el empleo de test adaptados específicamente al deporte como medio para acceder a información que nos pueda parecer pertinente (por ejemplo el TAIS, o el test de Loehr, entre otros).

3. Evaluación en el propio campo de entrenamiento mediante la ejecución práctica de las habilidades futbolísticas y psicológicas presentes en el rendimiento deportivo, sirviéndonos para ello de una serie de ejercicios diseñados al efecto.

Un punto esencial y en el que no han penetrado a fondo los profesionales que trabajan en la psicología del deporte, quizás por desconocimiento del mismo, es la aplicación de pruebas de campo que, a modo de entrenamiento habitual, nos sirvan para establecer pautas objetivables sobre cuál es el nivel de dominio de las habilidades psicológicas básicas por parte de cada uno de los jugadores de nuestros equipos. Está claro que la asesoría técnica y el trabajo multidisciplinar es esencial en este punto y que el aspecto motivacional se encuentra directamente implicado porque los jugadores sienten que están realizando algo que tiene relación con aquello que les gusta, que no es otra cosa que el entrenamiento y el trabajo con balón.

Para cada una de las habilidades psicológicas básicas es deseable el diseño de una serie de situaciones de entrenamiento que nos ofrezcan una puntuación sobre el nivel psicológico de ese jugador en ese factor. La manera de objetivar esta información es sirviéndonos de las conductas externas manifiestas y del feedback que nos ofrecen los aparatos de biofeedback que empleamos en todo momento y que, sumados a la información subjetiva, nos ofrecen un panorama bastante extenso y a la vez conciso y concreto sobre cuáles son los aspectos en los que debe mejorar cada uno de los jugadores.

4. Nueva confrontación de los datos recogidos con el rendimiento del jugador en los partidos de competición. El último punto de este ciclo del proceso evaluativo se cierra con la filmación y registro del rendimiento del jugador en los partidos, ya sean amistosos o de competición oficial, de manera que podemos contrastar la información recogida en los autorregistros, con la

que tenemos en el vídeo (participación del jugador, situaciones potenciales en las que se ha visto implicado, consecuencias de las acciones exitosas y de las que no obtiene el resultado esperado, etc.).

Notas

1. Para profundizar más en el tema de la toma de conciencia y su importancia en el deporte en general y en el fútbol en concreto, ver Del Valle, 1999 y De la Vega, 1999; De la Vega y Moreno, 2000.
2. El análisis de otras variables psicológicas que afectan más directamente al equipo deportivo en su conjunto, lo hemos dejado al margen por excederse de los intereses del presente artículo aunque, sin duda alguna, no podemos concebir un proceso de evaluación en fútbol que no tenga en cuenta estas variables.
3. En este sentido no viene de más recordar la importancia de la validez y la fiabilidad de nuestras observaciones, requisitos que deberíamos cumplir en todo momento.

Referencias bibliográficas

- CARRON, A. V. & GRAND, R. R. (1982). *Team climate questionnaire: Form B*. London, Ontario: Faculty of Physical Education, Un. Of Western Ontario.
- CORBIN, C. B., NIELSEN, A. B., BORDSDORF, L. L. & LAURIE, D. R. (1987). "Commitment to physical activity". *International Journal of Sport Psychology*, 18, 215-222.
- DEL VALLE, S. (1999). *La autorregulación de una acción motriz: el equilibrio invertido*. Tesis doctoral no publicada. Facultad de Psicología. Madrid: U.A.M.
- DE LA VEGA, R., (1999). Tesina de Investigación "*Reflexión sobre la acción motriz en el golpeo con el interior en fútbol*". (Pendiente de publicación).
- DE LA VEGA, R., MORENO, A. (2000). "*El proceso de reflexión y toma de conciencia como herramienta facilitadora del rendimiento en el fútbol*". *INFOCOES*, 1, 28-58.
- DUDA, J.L. (1989). "Relationship between task and ego orientation and the perceived of sport among high school athletes". *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 318-335.
- GONZÁLEZ, J. L. (1996). *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Madrid. Editorial Biblioteca Nueva.
- NIDIFFER, R. M. (1980). Attentional Focus-Self-Assessment. En Suinn, R. *Psychology of Sports Methods and applications*. Burgess Publishing Company Mineapolis. Minesota. (281-290).
- ROFFÉ, M. (2010). *Evaluación psicodeportológica. 30 test psicométricos y proyectivos*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- VALEY, R.S. (1986). "Conceptualization of sport confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and development". *Journal of Sport Psychology*, 8, 221-246.