



Factores psicológicos implicados en la táctica del tenis de campo

Dr. Francisco García Ucha
Psicólogo.

Subdirector de Investigaciones y Docencia
Instituto de Medicina del Deporte
La Habana (Cuba)

El **tenis de campo** es un juego que se práctica en un espacio relativamente pequeño. Cada jugador ocupa una pista que mide 8,25 por 11,88 metros. La tarea del jugador resulta compleja. Por una parte, debe defender su territorio evitando que la pelota pueda escapar a su recepción y al mismo tiempo atacando con la pelota, por medio de los golpes de su raqueta, al campo enemigo con el propósito de que el contrario no pueda devolverla.

La técnica del juego cuenta con distintos tipos de golpes, que permiten devolver la pelota con diferente velocidad y trayectoria.

El contrario debe responder a las pelotas lanzadas desde distintas posiciones y con mucha frecuencia en movimiento. Los recursos técnicos son relativamente limitados por ello se exige un elevado grado de perfeccionamiento de los mismos con el propósito de utilizarlos en la táctica del juego.

La versatilidad del jugador para poder responder a las distintas variantes de las acciones del contrario con la pelota y a la vez su capacidad para hacer complejas sus respuestas resultan de importancia vital para alcanzar la eficiencia necesaria para obtener la victoria.



Las pelotas pueden ser enviadas al fondo del terreno, cerca de la red o próximas a las líneas que marcan cualquiera de las partes del terreno e incluso tener determinados efectos por su trayectoria.

En ocasiones, el jugador debe correr hacia la pelota y en otras alejarse de ella para poder interceptarla en un determinado espacio. Todas estas acciones se realizan a un ritmo considerablemente rápido lo que hace aun más intensos los requerimientos tanto físicos como psíquicos.

Mediante la táctica se intenta dominar las acciones del contrincante de manera que le resulte extremadamente difícil controlar la pelota para ello se lanza la pelota obligándolo a ocupar una posición poco favorable para su recepción y posterior envío, de manera que reste eficiencia a su respuesta o no logre hacerla.

La capacidad de tomar la iniciativa y brindar soluciones rápidas para alcanzar supremacía conlleva el funcionamiento de procesos cognitivos del deportista como: atención, memoria, toma de decisión, creatividad e iniciativa.

La táctica al igual que en otros juegos depende de las habilidades perceptuales y representación visual de las condiciones del juego y el contrario, el volumen de conocimientos tácticos, la destreza y hábitos, así como, las capacidades físicas que permitan garantizar las ejecuciones en condiciones de máxima velocidad e intensidad.

No obstante, las exigencias relativas a la táctica tienen un carácter específico en el tenis que esta condicionado a:



1. La solución de los problemas complejos del juego mediante la táctica se debe a que no hay operaciones preparatorias y cada devolución de la pelota tiene un carácter trascendente siendo su propósito anotar un punto.
2. El carácter individual del plan táctico, que en el juego se basa en la acción única de un jugador el cual responde por el cumplimiento de tal plan. Aun en el juego en pareja predomina el carácter individual por la distribución que se hace de las funciones tácticas.
3. Las acciones tácticas dependen de la cultura táctica del deportista y del estudio detallado del adversario, lo que permite alcanzar una visión general de los aspectos tácticos del juego y sus elementos específicos en función del contrario.
4. El juego de tenis exige mucho más que otros la capacidad de reorientarse en el proceso del partido como consecuencia de posibles cambios en las acciones del adversario. El factor sorpresa tiene un papel determinante. Por ello, sólo los tenistas con una larga experiencia acumulada logran sobreponerse a las acciones inesperadas de sus adversarios, logrando adaptar su plan táctico a las variaciones que ocurren durante el partido.

En este sentido, la preparación de un plan táctico previo al juego requiere de un conocimiento pormenorizado de los aspectos positivos y negativos del contrario.

Un conocimiento previo de los aspectos fuertes y débiles del contrario puede conllevar una valoración acerca de su grado de entrenamiento, incluyendo las cualidades físicas necesarias para llevar a cabo un partido con calidad, entre ellas la velocidad, resistencia, flexibilidad, agilidad, etc., además, los aspectos técnicos como resulta el saque, revés, drive, bolea, devolución de saque, precisión del golpe, ofensivo, defensivo, la variedad de acciones tácticas empleadas con mayor frecuencia y, a ellos se suman, cualidades de personalidad tales como control emocional, motivación, consistencia, auto confianza, capacidad para recuperarse después de acciones malogradas, fallo y errores, y aspectos cognitivos como grado de concentración de la atención, creatividad, y resolución de problemas.



Ahora bien, la valoración del contrario depende no sólo de la información que tengamos del mismo sino de la propia interpretación que realiza el deportista de dicha información.

La actitud hacia el contrario suele influir de manera dominante al realizar su valoración.

En términos generales, un contrario que es valorado como débil y poco hábil determinara que el deportista no emplee todos sus recursos, situación que puede resultar engañosa dado que es preferible no descuidarse frente a cualquier contrincante.

Entre las formaciones psicológicas que median en la formación de la actitud hacia el contrario tenemos la autovaloración del tenista.

Para lograr, una visión correcta del contrario es necesario un conocimiento previo lo más objetivo posible de sí mismo. Cuales son las virtudes, defectos e insuficiencias que presenta el jugador.

El estado psicológico del tenista también influye en la valoración de su adversario. Los sentimientos de competitividad y el logro de la forma deportiva pueden influir de manera positiva en la valoración correcta del contrario.

La calidad de las relaciones interpersonales con el entrenador y la pericia de este último son un factor determinante en la conformación de una imagen exacta de los contrarios por parte del jugador.



El psicólogo y el entrenador pueden hacer uso de algunas herramientas para conocer las vivencias del tenista acerca de su contrario y poder influir de manera positiva en la preparación táctica previa al juego.

Entrevistas y escalas

Así, existen entrevistas y escalas que permiten lograr tales propósitos.

Hay **escalas** que facilitan el conocimiento de la autovaloración del tenista, otras captan tanto la valoración de sí mismo como la del contrario por parte del jugador y algunas van dirigidas a obtener una semblanza de lo que opina el tenista sobre su contrario.

En nuestras experiencias hemos empleado las siguientes:

Con la intención de conocer la autovaloración de las cualidades del tenista se emplea la escala que aparece a continuación.

Nombre: _____ **Edad:** _____

Edad deportiva: _____

Etapas de la preparación deportiva: _____

Fecha: _____

Debajo encontrarás en la primera columna alguna de las cualidades que se requieren para jugar el tenis. Nos interesa conocer tu opinión acerca de cómo te encuentras en cada una de ellas, de acuerdo con la escala de valoración que aparece en la derecha. En lo posible trata de no emplear la calificación de “regular”. Comprueba que te evaluaste en cada una de las



calidades.

| Cualidades | Muy | Fuerte | Regular | Débil | Muy |
|-------------------|------------|---------------|----------------|--------------|------------|
|-------------------|------------|---------------|----------------|--------------|------------|



| | | | | | | |
|-----------|--------------------------------------|--|--|--|--|--|
| | emocional | | | | | |
| 21 | Consistencia | | | | | |
| 22 | Focalización del pensamiento. | | | | | |

Las cualidades, 1 a la 4, son físicas, o sea relacionadas con la capacidad física del deportista.

Las categorías empleadas del 6 al 8 tienen relación con el grado de desarrollo técnico. Mientras que las cualidades 10,11, 15 y 16 se relacionan con la táctica.

Los indicadores 12, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 21 y 22 se consideran atributos psicológicos que son premisas de rendimiento en el tenis.

La escala puede ser aplicada, además, a los entrenadores y a otros compañeros del equipo de tenistas, con el propósito de que al comparar las respuestas se logre establecer las posibles incongruencias o deficiencias en la autovaloración del jugador.

En primera instancia, las incongruencias pueden ser tratadas en una entrevista entre el entrenador, el psicólogo y el deportista. El propósito de la misma consiste en esclarecer las posibles expectativas incorrectas del tenista acerca de sí mismo.



En ocasiones, las características de personalidad del jugador complican la posible comprensión de las sugerencias que se le realizan. Personas petulantes, vanidosas y autosuficientes tienden a valorarse por encima de sus posibilidades reales. Otros tienen la tendencia a quedar por debajo debido a un pobre desarrollo de su autoestima.

En esta dirección, las acciones concretas que recomiende el psicólogo pueden ayudar en mucho a alcanzar un acuerdo entre las valoraciones del entrenador y el jugador.

Resulta de importancia definir las categorías empleadas en la escala para lograr una comprensión aceptable y una concepción lo suficientemente similar de parte del entrenador y el jugador o los jugadores.

Luego del análisis de la calidad de la autovaloración del deportista se pueden utilizar procedimientos similares para la valoración de los contrarios. Por ejemplo, una escala que nos informa sobre la autovaloración de sí mismo y la del contrario pueden ser la siguiente:

Escala de actitud ante la competencia, de H. Shellenberger

Nombre: _____ **Equipo:** _____
Fecha: _____

¿Cómo se comportó Ud., y su adversario en el anterior encuentro, en los factores siguientes?

Haga una cruz en los espacios de acuerdo a su opinión expresada claramente:



| Tú como tenista | | | | | | | Factores | Adversario | | | | | | |
|-----------------|---|---|---|---|---|------------|--|------------|---|---|---|---|---|------------|
| Muy Pobre | | | | | | Muy Fuerte | | Muy Pobre | | | | | | Muy Fuerte |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | | | | | | | 1. Capacidad general de trabajo. | | | | | | | |
| | | | | | | | 2. Actividad. | | | | | | | |
| | | | | | | | 3. Disposición. | | | | | | | |
| | | | | | | | 4. Fuerza Corporal. | | | | | | | |
| | | | | | | | 5. Técnica | | | | | | | |
| | | | | | | | 7. Táctica: Ofensiva | | | | | | | |
| | | | | | | | 8. Táctica: Defensiva | | | | | | | |
| | | | | | | | 9. Arrojo | | | | | | | |
| | | | | | | | 10. Capacidad para incrementar los rendimientos. | | | | | | | |

10. Rendimiento esperado:

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------|---------|------------------|----------|------------------|
| Gran Ganador | Ganador | Ganador Estrecho | Indeciso | Eventual Derrota |
| | | | | |



Aquí resulta fácil realizar las correspondientes relaciones entre la autovaloración del jugador y su actitud en relación con el contrario. La pericia del entrenador puede dar lugar a opiniones diferentes a las del deportista y se deben seguir los procedimientos adecuados para que alcance objetividad al valorar a su adversario.

Otra variante de instrumento para la valoración de la actitud frente al contrario lo puede ser el empleo del perfil de polaridad.

El **perfil de la polaridad**, también denominado “Diferencial Semántico”, por su autor Osgood, C. E. (1959) resulta especialmente apropiado para la recopilación de la unidad de las valoraciones (estereotipo o no estereotipo) y para la comparación de las valoraciones de los diferentes objetos, personajes o circunstancias que no pueden ser comparados directamente.

El perfil de polaridad muestra su eficacia como un método para la recopilación cuantitativa de los contenidos de las vivencias en diferentes esferas de la investigación psicológica. La esencia del perfil de polaridad consiste en que el deportista sometido a estudio se le da una serie de pares de propiedades contrastantes, ordenadas de manera bipolar (por ejemplo: grandes - pequeñas; lento - rápido) y cuya intensidad está graduada mediante lugares en la escala del 1 hasta el 5 o del 1 hasta el 7. La persona sometida a estudio evalúa cuán desarrolladas están las propiedades particulares dadas en el objeto a evaluar, por ejemplo.



| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|-------------------|
| Fuerte | x | | | | | | | Débil |
| Superficial | | | | x | | | | Profundo |
| Caluroso | | x | | | | | | Frío |
| Bajo | | | | | x | | | Alto |
| Colectivo | | | x | | | | | Individual |

Para la evaluación del perfil se determinan:

La media aritmética de las valoraciones para la comprobación del contenido de la actitud.

Las desviaciones cuadráticas medias de las valoraciones para la comprobación de la unidad de estas.

El coeficiente de correlación entre los perfiles de actitud para la comprobación de las relaciones entre las actitudes de dos o varios objetos diferentes.

El valor del punto de una polaridad resulta del lugar marcado en cada caso en la escala, por ejemplo aquí significan:

| | | |
|-------------------|-----------------------------|-----------------|
| 3 positivo | (Ej., muy fuerte) | 1 punto |
| 2 positivo | (Ej., fuerte) | 2 puntos |
| 1 positivo | (Ej., más fuerte que débil) | 3 puntos |
| 0 | (Ej., entre fuerte y débil) | 4 puntos |
| 1 negativo | (Ej., más débil que fuerte) | 5 puntos |
| 2 negativo | (Ej., débil) | 6 puntos |
| 3 negativo | (Ej., muy débil) | 7 puntos |



A la hora de leer los valores de los puntos se tiene presente que los polos de los pares de adjetivos particulares son ordenados de forma diferente, es decir, que en algunas polaridades la cualidad que se ha de evaluar con el valor en puntos 7 se encuentra a la izquierda, en algunos adjetivos la cualidad que se ha de valorar con el valor de un punto se encuentra a la izquierda.

La determinación del objeto tiene lugar mediante el cálculo del valor promedio en cada dimensión de acuerdo con la fórmula siguiente:

$$x = \sum x_i / 7$$

En el caso que nos corresponde, estamos interesado en conocer cual es la actitud del deportista frente a su contrario.

Entre los **perfiles de polaridad** existentes empleamos el siguiente:

Nombre: _____

Fecha: _____

Instrucción: Debajo encontrarás una serie de adjetivos calificativos que permiten evaluar a una persona. Es de interés que evalúe a tu contrario _____ en cada par de adjetivos por medio de la escala, de manera que selecciones aquellos adjetivos que mejor lo identifican. Evita en lo posible las calificaciones que se encuentren en 0.

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|---|--|--|
| | | | | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | | |
|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|---|--|--|



| | | | | | | | | | |
|----|------------------|--|--|--|--|--|--|--|--------------|
| 5 | vigoroso | | | | | | | | impotente |
| 6 | pasivo | | | | | | | | activo |
| 7 | de buen humor | | | | | | | | enojado |
| 8 | fresco | | | | | | | | cansado |
| 9 | imperturbable | | | | | | | | extenuado |
| 10 | perezoso | | | | | | | | incansable |
| 11 | paralizado | | | | | | | | enérgico |
| 12 | estable | | | | | | | | inestable |
| 13 | agradable | | | | | | | | desagradable |
| 14 | cansado | | | | | | | | corajudo |
| 15 | despreocupado | | | | | | | | atormentado |
| 16 | en tensión | | | | | | | | flojo |
| 17 | divertido | | | | | | | | abatido |
| 18 | tullido | | | | | | | | chispeante |
| 19 | apático | | | | | | | | dinámico |
| 20 | agradable | | | | | | | | amargado |
| 21 | lleno de alegría | | | | | | | | preocupado |
| 22 | medio dormido | | | | | | | | explosivo |
| 23 | lleno de fuerzas | | | | | | | | sin fuerzas |
| 24 | bien entrenado | | | | | | | | deshecho |



Análisis

La escala de valoración del contrario cuenta en esta variante con tres subescalas: Estado Físico, Actividad y Estado de Ánimo. A estado físico corresponden las parejas de adjetivos: 1, 5, 8, 9, 12, 16, 23 y 24. Para actividad se construyeron los adjetivos que se corresponden en la escala con los números 2, 6, 10, 11, 14, 18, 19 y 22, y en estado de ánimo se plantean los pares 3, 4, 7, 13, 15, 17, 20 y 21.

Se debe realizar la calificación de cada subescala de acuerdo con los procedimientos indicados.

Estado físico: _____ Actividad: _____ Estado ánimo: _____

(Nota: p = número de la polaridad / pw = valor en puntos de la polaridad)

Interpretación

Es conveniente hacer uso de todos los métodos descritos aquí, con el fin de lograr una mayor objetividad, además, la entrevista con el deportista es de vital importancia, en ella podemos esclarecer alguno de los resultados obtenidos con estas variantes de cuestionarios y escalas.

Los entrenadores encontrarán una ayuda valiosa en el apoyo que pueden brindar los psicólogos para profundizar el conocimiento de los resultados de estos métodos y en la posible corrección de la actitud del tenista sobre su contrario.



Bibliografía

- Biddle, S. J; Jamieson, K. I. (1988) Attribution dimensions: conceptual clarification and moderator variables. *International journal of sport psychology* (Rome); 19(1), 47-58 Refs:25,
- Butt, D. S; Cox, D. N. (1992) Motivational patterns in Davis Cup, university and recreational tennis players *International journal of sport psychology* (Rome); 23(1), Jan/Mar, 1-13.
- Early, J. D. (1987) *Interpersonal orientation and motivational differences between team and individual sport participants*. University Microfilms, Ann Arbor, Mich..
- Loehr, J. E. (1990) Providing sport psychology consulting services to professional tennis players. *Sport psychologist* (Champaign, Ill); 4(4), Dec., 400-408 Refs:6.
- Osgood, C. E. (1959) The representational model and relevant research methods. In I. de Soia Pool. (ed.) *Trends in content analysis*. Urbana University of Illinois Press.
- Schellenberger, B. Studienmaterial. (1991) *Sportpsychologische Untersuchungsmethoden*. Leipzig.
- Weinberg, R. S. (1988) *The mental advantage. Developing your psychological skills in tennis*. Leisure Press. Chicago. Illinois.