

# psicodeportes

LA REVISTA DE LA ASOCIACIÓN DE PSICÓLOGOS DEL DEPORTE

REVISTA ANUAL  
Número 25  
Año 26

Octubre 2020 | Valor \$ 250 | ISSN. 1851 - 8656



EMIGRACIÓN, COMPETENCIA Y "SALVACIÓN": LAS PENSIONES DE FUTBOLISTAS JUVENILES EN ARGENTINA DESDE UNA MIRADA CUANTITATIVA. - PSICOLOGÍA DEL DEPORTE, FÚTBOL E INTERDISCIPLINA - ¿EL POR QUÉ DE UNA ESPECIALIZACIÓN? - CON EL TIEMPO APRENDÍ - MODOS DE INTERVENCIONES INTEGRALES: PROYECTO ÁREA DE PSICOLOGÍA APLICADA AL DEPORTE CARP - CORRER EN LA DIRECCIÓN PRECISA "EL RUNNING COMO UNA EXPERIENCIA SUPERADORA" - INVESTIGAR EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE.

 **APDA**  
Asociación de Psicología  
del Deporte Argentina

# ÍNDICE

- 04** | **EMIGRACIÓN, COMPETENCIA Y “SALVACIÓN”:** LAS PENSIONES DE FUTBOLISTAS JUVENILES EN ARGENTINA DESDE UNA MIRADA CUANTITATIVA.  
Mg. Marcelo Roffé - Dr. Diego Murzi
- 07** | **PSICOLOGÍA DEL DEPORTE, FÚTBOL E INTERDISCIPLINA**  
Lic. María Belén Pineda
- 11** | **¿EL POR QUÉ DE UNA ESPECIALIZACIÓN?**  
Lic. Sandra Ferro
- 14** | **CON EL TIEMPO APRENDÍ**  
Mg. Alejandra Florean
- 16** | **MODOS DE INTERVENCIONES INTEGRALES: PROYECTO ÁREA DE PSICOLOGÍA APLICADA AL DEPORTE CARP**  
Área de Psicología del Deporte CARP
- 22** | **CORRER EN LA DIRECCIÓN PRECISA “EL RUNNING COMO UNA EXPERIENCIA SUPERADORA”**  
Lic. Silvina Beckmann
- 24** | **INVESTIGAR EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**  
Equipo de Investigación APDA
- 30** | **NOCHES APDA**  
Encuentros 2018
- 33** | **CURSOS 2020**  
Presenciales - Campus Virtual
- 34** | **VIII CONGRESO INTERNACIONAL Y XIV JORNADAS NACIONALES DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

## psicodeportes

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

EDITORES:  
Pablo Nigro - Valeria Lopardo

DISEÑO EDITORIAL Y PORTADA:  
AGE, Estudio de Diseño.  
[www.somosage.com.ar](http://www.somosage.com.ar)  
[hola@somosage.com.ar](mailto: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.*





## EDITORIAL

MG. ALEJANDRA FLOREAN  
*Presidente de APDA*

HOLA A TODOS...

Nos volvemos a encontrar una vez más...

Esta editorial quisiera dedicarla primero darles la bienvenida a una nueva edición de la revista *Psicodeportes*, donde compartiremos artículos de colegas con diferentes experiencias de trabajo, proyectos, aprendizajes, limitaciones y avances, tanto del rol como de la psicología del deporte. Aportando riqueza y dando luz a algunos temas y conceptos para nuestra práctica cotidiana

Esto me da pie para el segundo punto y que tiene que ver justamente con el título que éste año le hemos puesto a nuestro VIII Congreso Internacional y las XIV Jornadas Nacionales “Asesorar, enseñar e investigar en Psicología del deporte hoy”, este título resume perfectamente nuestro rol como psicólogos del deporte, además que funciona como un pilar o base para el desarrollo de nuestra profesión.

Para todas estas funciones el denominador común es la formación. Para aquellos que quieren comenzar el camino, el primer paso es formarse. Para aquellos que venimos recorriendo el camino hace un tiempo, seguir formándonos, o sea formación continua y supervisión. Pero siempre Formación!!

Sé que los conceptos teóricos son conocidos o pueden ser conocidos por muchos de nosotros, el punto es

¿cómo podemos llevar a la práctica los conceptos responsablemente?, ¿cómo podemos todos juntos fortalecer el rol del psicólogo?, ¿cómo podemos todos bajar un mismo mensaje de responsabilidad individual en relación al crecimiento del rol del psicólogo del deporte en general?

Muchas preguntas... algunas respuestas: No sabemos qué va a pasar mañana, no podemos hacer futurología, pero seguramente muchos nos acompañaran en lo que queremos que pase. Queremos que el rol del Psicólogo del deporte esté presente en cada club, en cada deporte, en cada colegio, en cada federación, en cada institución deportiva. Y para lograr eso no hay otro camino que ponernos firmes y divulgar, asesorar, enseñar de qué se trata la psicología del deporte en todos los ámbitos, y hacer una práctica responsable y cuidada de nuestro rol. Además de utilizar y aprovechar cada posibilidad de investigar que se nos presente.

Enseñemos herramientas a aquellos que se formaron para utilizarlas. No formemos a todos por igual, seamos responsables y cuidemos nuestra profesión, para dejar de quejarnos en el futuro sobre el intrusismo.

“Sería bueno que pensáramos si en ocasiones no somos nosotros los que regalamos los “dientes” con los que muerden”

El cómo, parece muy difícil, y quizás lo es, no digo que va a ser fácil, digo que valdrá la pena.



## EMIGRACIÓN, COMPETENCIA Y “SALVACIÓN”:

las pensiones de futbolistas juveniles en Argentina desde una mirada cuantitativa.



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



**DR. DIEGO MURZI**  
*Doctor en Ciencias Sociales UBA.  
Magister en Sociología (EHESS) de París.  
Licenciado en Sociología UBA.  
Investigador posdoctoral del CONICET.  
Vicepresidente de la ONG “Salvemos al Fútbol”.*

En abril de 2018 se conoció públicamente una serie de casos de abuso y maltrato sobre jugadores de Independiente de Avellaneda que vivían en la residencia del club destinada a alojar a sus futbolistas juveniles. El impacto social del caso generó que las residencias para futbolistas -conocidas como pensiones- pasaran a cobrar repentina visibilidad pública y a ser objeto de atención para los medios de comunicación, el Estado y las instituciones que gestionan el fútbol argentino.

Desde la psicología y las ciencias sociales, los centros de formación de los clubes de fútbol se pueden caracterizar como instituciones totales, ya que,

siguiendo el clásico concepto de Goffman (1961), los clubes se abogan la gestión total de la vida de los niños y adolescentes aprendices de futbolistas (Murzi & Czesli, 2016). Gestionan sus carreras deportivas, su alimentación, su educación, su preparación física, sus valores, su vivienda, etc.

Durante el año 2018, quienes escribimos este texto trabajamos en las categorías juveniles de Argentinos Juniors -club de la Primera División argentina- desde un abordaje psico-social convocados por el Jefe del Departamento Médico, Dr. Juan Manuel Herbella, que tuvo a la pensión como objeto de intervención principal. Allí realizamos una

**ANALIZANDO LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA, OBSERVAMOS QUE EL 24% DE LOS JUGADORES JUVENILES DEL CLUB VIVEN EN UNA PENSIÓN.**

encuesta a la totalidad de los juveniles del club que nos permitió analizar desde una perspectiva cuantitativa los casos de 185 jugadores, abordando múltiples dimensiones (perfil socioeconómico, vínculos intrafamiliares, trayectoria educativa, tiempo libre, metas de carrera, relación con el éxito, relación con los compañeros, vínculo con el dinero).

En este breve artículo presentamos algunos resultados que arrojó esa encuesta, tomando como eje a la pensión del club. Para ello, realizamos una lectura de los datos comparando a los jugadores pensionados con el resto. Si bien moviliza algunas hipótesis que fueron surgiendo durante nuestro trabajo, este artículo es fundamentalmente descriptivo, ya que su objetivo es funcionar como un primer acercamiento hacia la pregunta sobre la realidad de los jugadores que viven en esos alojamientos.

Analizando los resultados de la encuesta, observamos que el 24% de los jugadores juveniles del club viven en una pensión. Sus situaciones no son homogéneas: algunos reciben una beca total (el club les paga alojamiento, comida y traslados), otros una beca parcial y otros deben costear por sí mismos el gasto de la pensión. En su gran mayoría (85%) provienen del interior del país, aunque existen casos de jóvenes provenientes de barrios considerados “peligrosos” por el club que son incorporados a la pensión como forma de alejarlos de un mal entorno.

Al contrario de lo que se podría suponer respecto a que quienes integran la pensión serían considerados proyectos importantes para el club, los datos arrojaron que el 23% de los jugadores pensionados no había jugado ni un solo minuto durante el semestre en sus respectivas categorías. Un número similar (26%) eran titulares fijos en sus equipos, lo cual habla de que la proyección deportiva no es necesariamente el criterio principal para obtener un lugar en la pensión.

Algo que caracteriza a las pensiones es el carácter colectivo de la vivienda: el 70% de los jugadores duerme en una habitación donde, contándolo a él, pernoctan 4 o más personas. No existen, por otro lado, habitaciones individuales.

Otro rasgo saliente de los jugadores pensionados es la emigración. El 21% declaró ver a su familia una vez por mes, y otro 68% dijo verla sólo dos o tres veces por año. Esto equivale a decir que casi el 90% de los chicos de pensión no ven a su familia ni a su entorno cercano regularmente. Sin embargo, al ser consultados sobre quienes son sus apoyos anímicos principales, el 100% nombra a su familia, y muy pocos a sus compañeros de equipo y de pensión. Así, los jóvenes pensionados desarrollan carreras exigentes desterrados de sus afectos principales y a la vez conviven con compañeros a los que no perciben como sostenes emocionales y que, al mismo tiempo, son sus competidores directos en el terreno deportivo.

Cuando hablan de metas, los jugadores de la pensión no se diferencian de los otros: lo que aparece (63%) como meta más próxima (en 1 año) es la firma



**"...LA DIMENSIÓN ECONÓMICA ES UN DATO CENTRAL EN LA CONSTRUCCIÓN DE LOS SUEÑOS Y DE LAS CARRERAS DE LOS JÓVENES FUTBOLISTAS ARGENTINOS..."**

de un contrato profesional. Pero un gran número del total de los jugadores (60%), declara que su principal objetivo en 10 años es darle a su familia un buen pasar económico. Queda de manifiesto que la dimensión económica es un dato central en la construcción de los sueños y de las carreras de los jóvenes futbolistas argentinos, motivación que se expresa en la idea de "salvar a la familia" (Roffé, Giscafrecé & Fenili, 2003). De hecho, el 48% de los jugadores pensionados declaró contar con un representante o agente.

Lo que se observa a partir de estos datos son dos elementos que caracterizan a las pensiones. En primer lugar, la emigración como dato central de los jóvenes futbolistas: al hecho de trasladarse lejos de su hogar se le suma la imposibilidad (económica pero

también de calendario deportivo) que los chicos tienen de ver a sus familias regularmente. Ese destierro temprano genera en mucho de ellos la construcción de una imagen idealizada de sus familias y refuerza la intensidad de esa falta. Que además se acompaña con un vínculo ambiguo con sus compañeros, quienes son a la vez apoyos y competencia. Y en segundo término, la centralidad de lo económico ya en etapas formativas del fútbol: los jóvenes tienen como principal meta a largo plazo el conseguir un buen pasar económico, dato que puede leerse sin dudas para pensar el presente de su cotidianidad.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Goffman, E. (1961). *Asylums: Essays on the Social Situation of Mental Patients and Other Inmates*. Doubleday.
- Murzi, D., & Czesli, F. (2016). *De la humildad a lo mental. El proceso de formación de futbolistas profesionales en Argentina y en Francia*. *Apuntes de Investigación del CECYP*, (28), 162-182.
- Roffé, M., Giscafrecé, N., & Fenili, A. (2003). *Mi hijo el campeón: las pensiones de los padres y el entorno*. Lugar editorial.





# PSICOLOGÍA DEL DEPORTE, FÚTBOL E INTERDISCIPLINA



LIC. MARÍA BELÉN PINEDA

Lic. en Psicología.

Especializada en Psicología del Deporte - APDA.

[pinedabelen@gmail.com](mailto:pinedabelen@gmail.com)

“Bienvenido al matadero” fue el cartel que nos recibió como psicólogas deportivas en nuestra primera jornada laboral junto al CT del Club Atlético Nueva Chicago. De allí en más todo lo que podrán leer en el siguiente artículo será una reseña del trabajo realizado en el área de fútbol profesional y juvenil durante el 2017 y 2018. Se advierte al lector, que el siguiente no es un texto estadístico ni de investigación sino de experiencia en campo, de la psicología del deporte en el “rodeo”.

## FUTBOL PROFESIONAL

Junto a la Lic. Romina Cossar fuimos convocadas por el DT Facundo Argüello para sumar nuestra disciplina al CT. Un equipo de primera división jugando el Nacional B, compuesto por jugadores de experiencia, un capitán histórico y muchos juveniles recientemente incorporados. La demanda inicial fue:

- Detectar y desarrollar **liderazgos** dentro del plantel.
- Mejorar la **concentración** de los jugadores.
- Favorecer la **cohesión de tarea** dentro del plantel teniendo en cuenta la incorporación de jugadores jóvenes y llegados de otras instituciones.
- Incorporar el **entrenamiento mental** a la planificación del CT.



## MODALIDAD DE TRABAJO

### INTERVENCIÓN DIRECTA

**Observación** de entrenamientos y partidos en campo. Con el objetivo de naturalizar nuestro rol al plantel y a la institución ya que era la primer experiencia con psicología deportiva. Observar vínculos espontáneos y emergentes entre los miembros del plantel. Estilos de comunicación entre el CT y jugadores. Nivel de comprensión y respuestas ante las consignas.

**Entrevistas** psicodeportológicas individuales.

**Evaluaciones** grupales. Se administraron al plantel los siguientes cuestionarios en relación a la demanda inicial:

- Sociograma tradicional.
- Sociograma deportivo.
- Test de la comunicación con el CT.
- Test qué necesito de mi entrenador, antes, durante y luego de los partidos.
- Test de Toulouse

#### **Intervenciones:**

- Dinámicas grupales en las concentraciones previas a los partidos de local.
- Devolución de aspectos evaluados.
- Talleres psicoeducativos.
- Entrenamiento de habilidades psicológicas en campo de juego, planificado y ejecutado junto al PF(Concentración y toma de decisiones)
- Espacio de reflexión grupal posterior a los partidos (solicitado por alguno jugadores y opcionales).
- Rehabilitación psicológica de jugadores lesionados, en equipo junto a los kinesiólogos.

### INTERVENCIÓN INDIRECTA

Se trabajó en el CT, la identidad del equipo de trabajo y valores compartidos. Acordando como característi-

cas principales: “El trabajo duro, esfuerzo, profesionalismo, comunicación, convencimiento, humildad, unión, pasión y respeto por la historia institucional”. Se trabajó con el DT. En pos de potenciar su liderazgo. Notamos desde el primer momento una excelente apertura y respeto hacia nuestro trabajo lo que facilitó la tarea y un excelente vínculo con los jugadores, utileros, área médica y CT a los que siempre estaremos agradecidas.

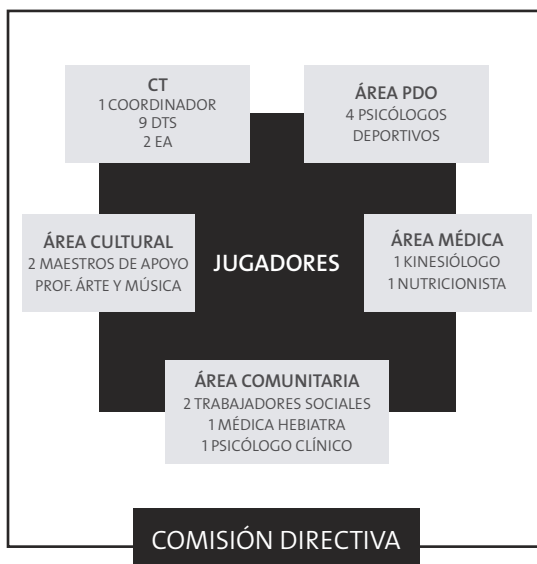
Los tiempos y dinámicas del fútbol no nos permitieron finalizar el torneo pero si tuvimos la posibilidad junto a todo el CT de desarrollar un proyecto de trabajo para el fútbol amateur al año siguiente. Esta vez me tocaría continuar y armar sola el área de PDD ya que Romina entraría de licencia por maternidad.

### FUTBOL JUVENIL

Pasar de trabajar con 1 única categoría a 6 (de 9na a 4ta) fue todo un desafío porque además implicaría ampliar el equipo de profes y DTs lo que sumaba múltiples variables a considerar. Todo esto inmerso en un contexto de vulnerabilidad social en la que se encontraba el club y una etapa etárea con características y necesidades diferentes desde lo deportivo y humano. Factores que complejizarían la tarea y el rol del psicólogo deportivo. Comencé la pretemporada con el armado de planillas por categoría, armando un fichaje psicodeportológico para cada jugador, a partir de allí se fueron generando las entrevistas grupales e individuales que permitieron ir armando el vínculo de confianza con los deportistas. Se definió el armado de objetivos por categoría, con la finalidad de alinear las expectativas entre Dts y jugadores, que las mismas fueran realistas y a la vez desafiantes. A lo anterior se sumaron las observaciones a entrenamientos y partidos. Pero fue sin



dudas la mayor satisfacción el haber podido armar un equipo de trabajo interdisciplinario. En el club ya contábamos con una nutricionista y un kinesiólogo, luego pude sumar 2 colegas en calidad de pasantes a través del programa de prácticas profesionales de APDA, fueron las Lic. Silvina Beckmann y Lic. Jesica Nugnez con las que nos distribuimos los planteles. Quedaba una fuerte necesidad por cubrir que tenía que ver con las dificultades sociales, excedían a mi rol pero influían directamente sobre el rendimiento de los jugadores. Por tal motivo propuse armar un convenio con el Centro de Salud dependiente del Hospital Santojani y sumamos al equipo 1 médica hebiatra, 2 trabajadoras sociales y 1 psicólogo clínico. Para acompañar el área escolar y seguimiento académico de los adolescentes se incluyeron 2 maestros de apoyo en la misma institución. Todo un engranaje puesto al servicio del desarrollo deportivo y humano de los jugadores. Para esta altura el área de psicología deportiva ya tenía su espacio físico establecido, un consultorio con cartelería incluida que hizo las veces de sala de reunión de equipo y planificación de talleres. Sin dudas disponer del consultorio le dio visibilidad y validez institucional al rol, aspecto muchas veces difícil de conseguir.



Como en cualquier club del ascenso había mucho trabajo por hacer, poca estructura y recurso económico, en esas situaciones, para que el trabajo sea más efectivo estoy más que convencida que la mejor estrategia es tejer redes de apoyo intra e interinstitucionales.

Dentro del trabajo interdisciplinario se realizaron derivaciones a las áreas de salud y sociales por fuera de la institución. Se realizaron entrevistas conjunto al área de nutrición en base a las demandas observadas en las fichas psicodeportivas y observación de los jugadores. En relación al cambio y sostenimiento de hábitos saludables se pensaron estrategias junto a los entrenadores para favorecer la adherencia y motivación en los jugadores. Se establecieron lazos institucionales:

- **CESAC NR 4.** que es el centro de Salud dependiente del Hospital Santojanni.
- **Fundación “el futbolista”** que ofrecieron talleres de sexualidad y consumo problemático a cargo del colega Lic. Dario Mendelsohn y la Médica Fernanda Bonavera
- **APDA** para el programa de Prácticas Profesionales no rentadas.
- **Argentina Cibersegura** quienes nos capacitaron en el buen uso de las redes sociales
- **Área de cultura** del club quienes ofrecieron el apoyo escolar y actividades recreativas para los chicos de pensión.
- **Iglesia San Pantaleón** que nos acompañó en el momento más duro que nos tocó, el de la despedida física de uno de los jugadores.

Desde el departamento de psicología del deporte se realizaron las siguientes actividades.

#### INTERVENCIONES GRUPALES

Bajo la premisa “*Yo soy toro en mi rodeo y torazo en rodeo ajeno*” (José Hernández) diseñamos una planificación de intervenciones con el objetivo de indagar los lazos entre jugadores y de identificar los roles, liderazgos, pequeñas sociedades en los planteles. Se realizaron juegos de comunicación y autoconocimiento para favorecer la cohesión grupal y el desarrollo de habilidades interpersonales desde lo lúdico. Se abordaron los miedos y presiones detectados. También se indagaron las cualidades más valoradas de los DT por parte del plantel. Este dato se informó a cada entrenador para que disponga de la información y fomentar la alineación con sus jugadores. A su vez se ofreció:

- **Entrenamiento de habilidades psicológicas:** Ejercicios en campo.
- **Grupo de Arqueros.**
- **Grupo de lesionados.**



## TALLERES

Para el CT: Psicología deportiva

- Redes sociales.

Para los Jugadores:

- Prevención de lesiones
- Rutinas pre-competitivas

Para los Padres:

- Acompañamiento de la carrera deportiva

Para el área de PDD:

- Orientado a alinear criterios de trabajo entre los colegas. Para esta etapa el área había crecido y desde la CD del club nos solicitaron ampliar el trabajo a infantiles, para los cuales convoqué al colega Lic. Hugo Ajzemberg quien trabajaría con esas categorías.

## PENSIÓN

A pedido de los jugadores se inició un espacio semanal grupal para trabajar cuestiones de la convivencia y desarraigo. Se realizaron sugerencias de mejora estructural a la CD. Y nos reunimos con el equipo del Ministerio Público Tutelar de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires para informarnos sobre

los nuevos criterios que deberían contemplar las pensiones deportivas en CABA.

Finalmente, el proyecto planificado a un mínimo de 3 años no pudo sostenerse en el tiempo y faltando 2 fechas para terminar el torneo tuvimos que retirarnos. El trabajo en equipo que llevamos a cabo entre Dts y profes venía generando buenos rendimientos y resultados, pero cuestiones institucionales que nos excedieron hicieron que todo lo anteriormente desarrollado llegue a su fin. Y es que el fútbol tiene esa no-lógica y ese “no sé qué”, que un día te permite disfrutar los abrazos de gol más intensos del mundo y al otro te anuncia, como diría el maestro Eduardo Galeano... “Cerrado por fútbol”.

Como psicóloga deportiva fue sin dudas una de las experiencias de mayor desarrollo profesional y personal. Me permitió desafiarme, crecer, transitar momentos de plenitud y a su vez los más difíciles de toda mi carrera. Y si bien nuestro rol es bastante solitario, todos esos momentos estuvieron acompañados y sostenidos por el equipo de trabajo, compañeros a los que siempre les estaré agradecida.

# ¿EL POR QUÉ DE UNA ESPECIALIZACIÓN?



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

Tenemos por costumbre dar por hechos algunos supuestos. Así, damos por hecho que los psicólogos, como agentes de salud, matriculados por el Ministerio de Salud para el ejercicio legal de dicho rol y habiendo para ello completado nuestra formación universitaria (o de grado), la extenderemos para mantenernos actualizados, o para adquirir una especialización (estudios de postgrado) de acuerdo al área de incumbencia donde trabajamos o trabajaremos.

Recordemos que es la formación uno de los pilares fundamentales del quehacer profesional; una formación que debería ser, a mi modesto entender, continua.

## Ejercicio Profesional

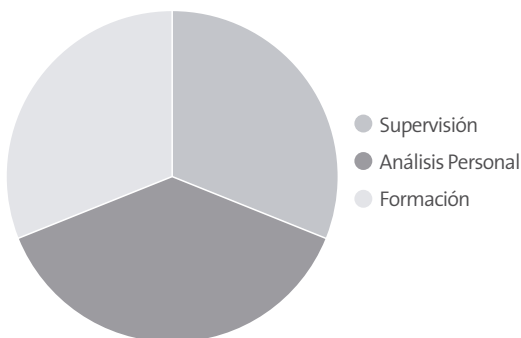


Gráfico 1. Los tres pilares fundamentales del que hacer profesional del psicólogo

Descontamos que en todos los casos, por las exigencias mismas de la profesión, fundamentalmente cuando la ejercemos dentro del ámbito clínico y en aquellos casos cuyas áreas de aplicación intersectan con él, realizamos (o hemos realizado) análisis personal.

El modo en que desarrollemos nuestra profesión y/o el devenir de nuestra práctica, será la guía para adquirir tal o cual formación adicional, se trate de cursos de capacitación, más o menos formales, o de continuar

con estudios de postgrado (Seminarios y/o Jornadas de Actualización Profesional, Carreras de Especialización, Maestría, Doctorado y/o Postdoctorado).

Es en este sentido que el ejercicio del Rol del Psicólogo del Deporte, no sólo requiere ser en primera instancia, "Psicólogo o Licenciado en Psicología" (carrera que lleva al menos 5 años de duración), sino que además exige una formación adicional especializada en al área de la psicología deportiva. Dicha disciplina tiene un objeto de estudio que le es propio: el comportamiento deportivo/rendimiento de los atletas, enmarcado dentro de un conjunto de principios y teorías científicas que dan sustento a dicha práctica, con la habilitación legal (por ser psicólogo) para administrar técnicas o herramientas de evaluación psicológica.

Adicionalmente, como se trabaja con personas que hacen actividad física o deporte, y éstas sufren o podrían sufrir los avatares de la vida cotidiana (en sus relaciones conyugales, laborales, familiares, etc.) si la situación lo ameritara, el psicólogo también está legalmente habilitado para llevar adelante una praxis a partir de la cual poder asistir/tratar/curar/aliviar la sintomatología que al respecto esa persona pudiera presentar, llámese depresión, trastornos del sueño o de la alimentación, así como adicciones, por nombrar algunas de las más frecuentes dentro del ámbito del deporte.

**"...SE HACE NECESARIO Y FUNDAMENTAL, ESTABLECER CLARAMENTE LAS DIFERENCIAS QUE LA PSICOLOGÍA COMO CIENCIA Y, COMO PARTE DE ELLA LA PSICOLOGÍA DEPORTIVA (DISCIPLINA CIENTÍFICA ESPECIALIZADA)..."**

Es en este punto entonces, que se hace necesario y fundamental, establecer claramente las diferencias que la psicología como ciencia y, como parte de ella la psicología deportiva (disciplina científica especializada), tiene con otras ramas del conocimiento, dentro de las cuales ubicamos a las ciencias biológicas (biólogos), a las ciencias médicas (psiquiatras y neurólogos) y especialidades biomédicas dedicadas a

**EL COACHING” QUE TOMA DE LA PSICOLOGÍA CIERTAS HERRAMIENTAS Y LAS APLICA, CONSIDERÁNDOSE EL COACH, EXPERTO EN “HABILIDADES COMUNICATIVAS” Y MANIFESTANDO COMO OBJETIVO LOGRAR QUE EL CLIENTE (EMPRESARIO, DEPORTISTA, ENTRENADOR, LÍDER POLÍTICO, ETC.), SEA CAPAZ DE RECONOCER Y ALCANZAR SUS PROPIOS OBJETIVOS O METAS EN LA VIDA DE MANERA EFICAZ.**

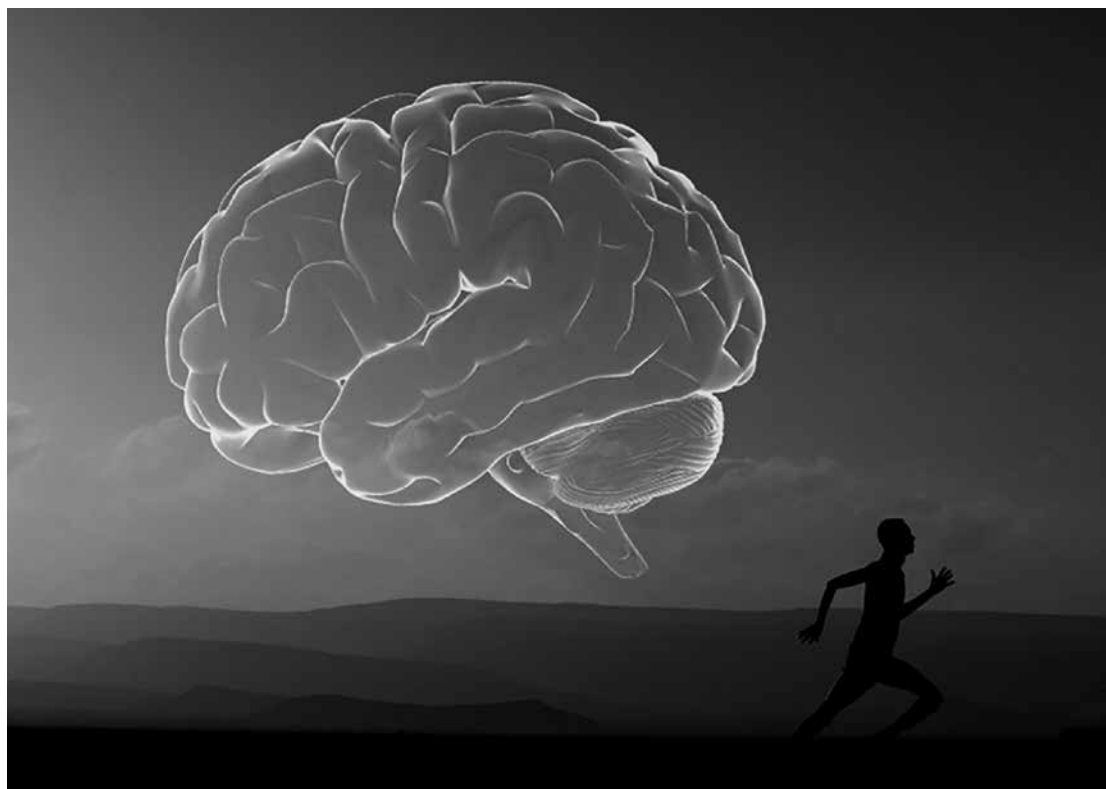
la investigación neurocientífica, las cuales trabajan tomando como objeto de estudio al cerebro como órgano, su estructura, funciones y procesos cognitivos y/o degenerativos, estos últimos dando origen a diferentes patologías neurocerebrales.

Dentro del área específica de la psicología, debemos señalar que la conocida Psicología Social, no es una carrera universitaria. El psicólogo social es un técnico que aplica principios de la psicología a fenómenos sociales/grupales, generalmente en el ámbito educativo y/o empresarial. No es licenciado, ni puede trabajar como psicólogo en ninguna de las áreas que describe la Ley específicamente determinadas para la psicología.

Al psicólogo y solo a él, le compete trabajar con la “psique” o mente humana (que no es lo mismo que trabajar con el cerebro) y sus manifestaciones adaptativas o desadaptativas (síntomas) que causan malestares clínicamente significativos en la vida de las personas (por ejemplo, neurosis de angustia, fobias, obsesiones, histerias, duelos que lindan con la melancolía, depresiones, crisis de angustia, trastornos de ansiedad, psicosis, solo por nombrar algunas patologías).

No obstante existe en el ambiente empresarial y en el ámbito deportivo (aunque también muchas personas de manera particular asisten a este tipo de práctica) una disciplina, “El Coaching” que toma de la psicología ciertas herramientas y las aplica, considerándose el coach, experto en “habilidades comunicativas” y manifestando como objetivo lograr que el cliente (empresario, deportista, entrenador, líder político, etc.), sea capaz de reconocer y alcanzar sus propios objetivos o metas en la vida de manera eficaz.

Quiere decir que por desinformación o desconocimiento, muchas personas utilizan los servicios profesionales de un coach, que no tiene la formación formal, científica y especializada en la mente humana y



las manifestaciones de la personalidad, ni conoce en profundidad teorías y prácticas propias de la psicología, y cuyo ejercicio profesional no tiene más validación que alguna certificación de índole privada tras realizar algún curso de algunos meses de extensión. Si bien las áreas de aplicación de la psicología son varias, adquirir la especialización particular para cada una de ellas potencia el trabajo que el profesional pueda realizar y le confiere un encuadre y un marco teórico que le es afín y necesario a su práctica, siendo que además, cada especialidad tiene un lenguaje propio. En el ámbito empresarial, por ejemplo, dar “coaching” es una función gerencial y tiene como objetivo desarrollar a las personas en su cargo. Fuera de este ámbito es una herramienta complementaria que puede enriquecer la praxis del psicólogo que trabaja en el área laboral o deportiva, pero de ninguna manera puede sustituirla.

Del otro lado de la ponencia, me sigo preguntando: si tanta resistencia generamos para ser incluidos en las organizaciones deportivas ¿será que estamos haciendo algo mal?

El bajo perfil que nos caracteriza, y que abogamos, sin duda no nos pone en la vidriera del negocio. Estamos convencidos que no hay mejor transmisión del saber que el que se adquiere transitando el camino del hacer, y que no hay mejor modo de mostrar “profesionalidad” que siéndolo, con todo lo que eso implica. Adquirir una especialidad es el comienzo del camino para obtener solidez profesional con ética e integridad. En nuestro país, la Asociación de Psicología del Deporte Argentina, es pionera en la formación de los psicólogos que desean especializarse en el área.

Durante estos 27 años de vida ha difundido y potenciado la especialidad a través de diferentes generaciones de graduados, creando y participando de eventos científicos, generando espacios de intercambio y reflexión profesional, sentando los cimientos de inserción profesional en distintas disciplinas deportivas. Agradecemos por siempre a los colegas precursores, quienes nos antecedieron con su trabajo incansable por ganar este espacio.

**APDA, COMO ASOCIACIÓN SIN FINES DE LUCRO, DEFINE EN SU MISIÓN Y SU VISIÓN, VALORES TRASCENDENTALES QUE COMPARTI Y TRANSMITE A LOS PROFESIONALES QUE FORMA.**



APDA, como Asociación sin fines de lucro, define en su misión y su visión, valores trascendentales que comparte y transmite a los profesionales que forma. Formar parte de la misma, no solo fortalece el sentido de pertenencia e identidad que nos reúne, sino que consolida las bases del conocimiento específico del área, en sintonía con las demandas de la época. Estemos donde tenemos que estar y hagamos lo que tenemos que hacer, para que otros no obstaculicen el camino que elegimos y nos corresponde caminar.

#### REFERENCIAS:

*Cualquiera sea el marco teórico que lo sustente, la mayoría de los ámbitos de actuación profesional lo requieren: clínica, forense, educacional, vocacional, comunitaria, institucional, laboral y deportiva. La deontología profesional demanda que los profesionales gocen del mejor estado de salud mental posible para poder abordar las situaciones problemáticas de otros, sea que trabajen en organizaciones empresariales, deportivas, educativas o jurídicas. La atención clínica a “pacientes” dentro del ámbito hospitalario, con prácticas públicas o privadas, está regulada por las propias normas institucionales a las cuales el profesional se sujeta contractualmente; no es siempre así en el ámbito privado (consultorio).*

*Considerada una de las funciones más habituales, pero sin dejar de tener en cuenta la intervención del Psicólogo Deportivo en el deporte de iniciación, formativo, recreativo, amateur y/o profesional, ni con el trabajo posible con otros actores del ámbito deportivo: entrenadores y demás miembros del cuerpo técnico, árbitros, dirigentes, periodistas deportivos, padres.*

*Para ilustrarlo, análogamente podemos tomar como referencia cualquier otra especialidad médica, el cardiólogo dedicado al estudio del corazón y funcionamiento del sistema circulatorio, el neumólogo dedicado al estudio de los pulmones y del funcionamiento del sistema respiratorio, etc.*



**“NO SE TRATA DE VELOCIDAD SINO DE RESISTENCIA,  
PARA LOGRAR LO QUE SE QUIERE”**

VÍCTOR MANUELLE

# CON EL TIEMPO APRENDÍ...

Y DESPUÉS DE UN TIEMPO UNO APRENDE QUE SI ES DEMASIADO, HASTA EL CALOR DEL SOL QUEMA. ASÍ QUE UNO PLANTA SU PROPIO JARDÍN Y DECORA SU PROPIA ALMA, EN LUGAR DE ESPERAR A QUE ALGUIEN LE TRAIGA FLORES. Y UNO APRENDE QUE REALMENTE PUEDE AGUANTAR, QUE UNO REALMENTE ES FUERTE, QUE UNO REALMENTE VALE, Y UNO APRENDE Y APRENDE... Y CON CADA DÍA UNO APRENDE. CON EL TIEMPO TE DAS CUENTA QUE CADA EXPERIENCIA, VIVIDA CON CADA PERSONA ES IRREPETIBLE.

J.L.B



**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

Aprendiendo' será mi puntapié para compartir con Uds. algunas cosas que estoy aprendiendo en el camino de la Psicología del deporte:

- Que la teoría es mi mejor compañera a la hora de trabajar en campo.
- A saber esperar el tiempo del otro, ya sea deportista, entrenador y/o dirigente.
- A intervenir de acuerdo a las necesidades de cada situación.
- A escuchar mejor.
- A relajarme en relación a aquellas situaciones que se pueden realizar y aquellas que no.
- A trabajar con lo posible, no con lo ideal.
- Que la evaluación está al servicio de la práctica.
- Que el bienestar está sobrevaluado, le pedimos concentración, confianza, manejo de emociones, utilizar respiración, palabras gatillo, etc.etc. y además que fluya.
- Que a veces la incomodidad es lo que necesitan los deportistas o equipos. Sentirse cómodos en la incomodidad para avanzar.

- A callar más.
- A manejar mucho mejor la información.
- Que la planificación te ordena, pero...
- Que lo inmediato se come la planificación.
- Que armar equipo va mas allá de los conceptos teóricos, hay que estar muy presente y atento para que suceda.
- Que lograr construir un equipo que funcione como tal, no necesariamente traerá aparejado resultados, pero se acerca bastante.
- A tener más paciencia a los procesos.
- A tenerme más paciencia.
- A que sólo se puede seguir creciendo y mejorando si creemos que aún nos falta aprender.
- A que el contexto del deporte, como contexto de evaluación, me hace estar atenta al ser observada todo el tiempo, me ayuda a estar presente.
- A que la supervisión, la visión de otros colegas, compartir casos, me dan una mirada diferente y me permite ser más objetiva.

Seguramente para la próxima edición puedo agregar muchos aprendí más, o por lo menos eso espero...

#### REFERENCIAS:

1 - Aprendiendo de Jorge Luis Borges.

BIENVENIDOS



**RIVER CAMP**

*Coca-Cola*

AXION



energy



Modos de intervenciones integrales:

# PROYECTO ÁREA DE PSICOLOGÍA APLICADA AL DEPORTE CARP

FÚTBOL INFANTO  
JUVENIL

CATEGORÍAS  
CASA RIVER

FÚTBOL PROFESIONAL

RESERVA  
PRIMERA  
DIVISIÓN

DEPORTES FEDERADOS

SEGUIMIENTOS  
INDIVIDUALES Y  
GRUPALES A DEMANDA



ÁREA DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE CARP  
Coord. Lic. Pablo Nigro; Lic. Alejandra Malato;  
Lic. Carla Luaces; Lic. Nicolás Pasut;  
Lic. Adrián Rizzuto.

En función del mayor conocimiento y reconocimiento de la Psicología del Deporte y gracias al trabajo calificado que se viene realizando en el Club Atlético River Plate desde hace 15 años, podemos hablar de que se forjaron las bases de un programa formativo de excelencia en la institución. Cuyo objetivo principal se encuentra en potenciar las cualidades humanas y deportivas de los jugadores.

Actualmente, el área pertenece al departamento médico y cuenta con un equipo de cinco Psicólogos especializados en Deporte (todos recibidos de APDA): Lic. Pablo Nigro (Coordinador del Área), Lic. Alejandra Malato, Lic. Carla Luaces, Lic. Nicolás Pasut y Lic. Adrián Rizzuto.

Partimos de la premisa básica de que el aspecto psicológico debe ser considerado como un eslabón fundante en la preparación integral del deportista. Creemos en el "día a día" como una oportunidad de desarrollo.

La práctica deportiva, está determinada tanto por el entorno como por el modo en que el deportista percibe, interpreta y se desarrolla en ese entorno. En este sentido, según el momento, el lugar y la etapa particular en la cual se encuentre cada persona, el deporte puede ser percibido de distinta manera y motivar distintas reacciones. Por tanto, según la

lectura que el deportista haga de la realidad y cómo se posicione frente a ella, encontraremos a aquellos que disfrutan de la práctica; pero también a los que padecen las exigencias de la misma.

Como psicólogos, ponemos el foco en contribuir al desarrollo humano de cada uno de los jóvenes deportistas; en acompañarlos a transitar de la mejor manera posible el largo camino de las etapas formativas. Es un modo particular de trabajar e intervenir, no sólo con el deportista sino con el contexto en el que se encuentra. Las variables personales (psicológicas, deportivas y orgánicas) y ambientales (deportivas y extradeporativas) guían nuestro trabajo. Evaluamos sus necesidades y problemáticas.

**"COMO PSICÓLOGOS, PONEMOS EL FOCO EN  
CONTRIBUIR AL DESARROLLO HUMANO DE CADA  
UNO DE LOS JÓVENES DEPORTISTAS..."**

Apuntamos nuestras acciones a una metodología de trabajo centrada en la interdisciplinariedad. Los atletas son el valor del club y nuestra función está centrada en una acción directa hacia ellos, no obstante existen diversos factores que inciden en el bienestar y en el rendimiento de los mismos.

Nuestro rol es "activo", interactuamos con los diversos actores -coordinadores, cuerpos técnicos, dirigentes- recolectando y analizando información a fines de asesorarlos con los procesos de los deportistas. Con médicos y nutricionistas en prevención

de lesiones, entrenamiento invisible, proceso de rehabilitación de lesionados, charlas de educación sexual y adicciones. Con el fin de detectar todas las necesidades a cubrir, tratamos de estar siempre alertas a los cambios culturales con los que conviven los deportistas. Por ejemplo, hace varios años que se realizan charlas preventivas en relación al uso de redes sociales. Del mismo modo, nos preocupamos por formarnos y formar en problemáticas actuales tales como el maltrato y abuso infantil, la ESI (Programa Nacional de Educación Sexual Integral), y las conceptualizaciones en relación a la diversidad de género, y violencia.

En cada categoría de fútbol profesional, juvenil e infantil, la institución dispone de un psicólogo a cargo de cada una de ellas, posibilitando un trabajo centrado en las necesidades particulares que se presentan en cada estadio evolutivo. Abarcando así todas las etapas del futbolista (de iniciación, formativas, amateur y profesional).

**"EN CADA CATEGORÍA DE FÚTBOL PROFESIONAL, JUVENIL E INFANTIL, LA INSTITUCIÓN DISPONE DE UN PSICÓLOGO A CARGO DE CADA UNA DE ELLAS".**

En el ámbito de los deportes de alto rendimiento, en las fases formativas los deportistas se encuentran en etapas que progresivamente transitan lo lúdico, lo formativo y lo profesional. Etapas que de algún modo están presentes a lo largo de toda su carrera requiriendo el debido acompañamiento de su entorno. Siendo fundamental el trabajo interdisciplinario entre estos distintos actores para el desarrollo integral del deportista.

Es claro que, los jugadores presentan altos niveles de exigencia propios del profesionalismo esperado en los deportistas de elite. Por tanto, trabajamos intentando equilibrar 4 variables fundamentales: motivación, concentración, presiones y confianza. Entendiendo, éstas como fundamentales en el desarrollo de su **fortaleza mental** como así también la





clave para superar los obstáculos que se les presentan en su carrera, y/o en situaciones conflictivas que se le presenten en la vida.

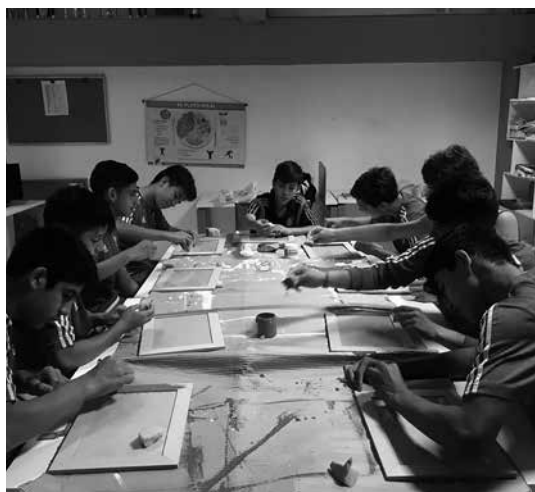
Centramos la preparación psicológica en el deporte, -tanto en lo individual como en lo grupal- hacia la fortaleza mental, cualidad que permite no solamente enfrentar la presión, sino sobresalir y brillar bajo las circunstancias más exigentes. Viabiliza tener el equilibrio necesario para conservar la determinación, el control, la focalización en las metas a cumplir y la creencia de los jugadores, en sí mismos -aunque se presenten adversidades o resultados negativos-. A diferencia de lo que se suele creer, esta habilidad se puede desarrollar, requiere de un entrenamiento específico para el cual es necesario perseguir sistemáticamente, determinados principios y técnicas. Para los deportistas, la preparación psicológica permite desarrollar la fortaleza mental y es tanto o igual de importante que el entrenamiento técnico, táctico y físico. Miles de atletas no alcanzan su potencial por no entrenar esta área, que es la clave para sostener de manera consistente la motivación para soportar las exigencias del deporte de alto rendimiento.

En este sentido, a fin de contribuir a la optimización de las variables propias del deportista y prepararlo para hacer frente a los factores externos e internos del mismo, realizamos perfiles e informes psicodetectoriológicos y entrevistas semidirigidas. De este modo, con los resultados obtenidos, orientamos a los entrenadores con información valiosa que per-

**"...CON LOS RESULTADOS OBTENIDOS, ORIENTAMOS A LOS ENTRENADORES CON INFORMACIÓN VALIOSA QUE PERMITA POTENCIAR EL RENDIMIENTO DE CADA DEPORTISTA."**

mita potenciar el rendimiento de cada deportista. A su vez, nos permite focalizar nuestras intervenciones. Se trata de facilitar y desarrollar el aprendizaje de habilidades psicológicas para afrontar la competición y potenciar al máximo su rendimiento.

Como se planteaba anteriormente, nuestra labor se centra en dar respuesta a las diferentes necesidades cognitivas, emocionales y conductuales de la amplia población deportiva que integra el club. Por tanto, el área ofrece un servicio de: **evaluación, intervención, asesoramiento, orientación y formación, centrado en los deportistas, padres,**





técnicos deportivos, servicios médicos y la dirección deportiva, para contribuir a la consecución de los objetivos establecidos por el club a nivel individual, de equipo e institucional.

Dentro de la Casa River -pensión para futbolistas infante juveniles, provenientes de distintas provincias y países-, todos los días de la semana hay un psicólogo que se encuentra allí para realizar asistencia, talleres, meriendas, reuniones con el personal y resolver las demandas pertinentes que van surgiendo en el día a día con los jugadores. También se realizan seguimientos en cuanto al rendimiento escolar, trabajando en conjunto con los docentes de las instituciones educativas y profesores de apoyo escolar que asisten a la pensión, para que atraviesen con éxito su adaptación al sistema educativo.

Buscamos fomentar la salud, la calidad de vida, valores, educación y la mejora del rendimiento deportivo de los jóvenes que concurren a la misma en las diferentes categorías. Nos centramos en el bienestar psicológico del deportista, en el seguimiento de aspectos que acompañan e

inciden en su correcto desarrollo (personalidad, habilidades psicológicas, hábitos saludables, vínculos sociales, estudio, etc.).

En relación al trabajo con los padres, se realizan charlas para concientizar el proceso de formación de los deportistas de elite y lo importante que es el apoyo en cada instancia, identificando los diferentes tipos de padres y las presiones que pueden llegar a ejercer en sus hijos y cómo estas, pueden llegar a afectar tanto en su rendimiento como su carrera.

**ACOMPañAMOS A LOS JÓVENES EN ESTA ETAPA FORMATIVA, INTENTANDO QUE SE CONVIERTAN EN DEPORTISTAS COMPETITIVOS Y CON VALORES PARA LA VIDA.**

De la misma manera, estamos atentos a las cuestiones del núcleo familiar que puedan llegar a afectar al deportista como el estado civil de los padres, las cuestiones propias del ciclo vital (muertes, nacimientos) tanto del ambiente familiar como del contexto social en el cual vive. Actualmente, combinamos estas intervenciones

con una trabajadora social, no sólo para la obtención de la información pertinente, sino también para establecer en forma conjunta acciones que favorezcan el bienestar del deportista.

Acompañamos a los jóvenes en esta etapa formativa, intentando que se conviertan en deportistas competitivos y con valores para la vida. Año a año, trabajamos con la ilusión de muchos chicos que manejan la expectativa y la presión de convertirse en promesas de los diferentes deportes. Algunos lo logran y otros no, convivimos con esa realidad, por eso aunamos nuestros esfuerzos a fines de prepararlos para algunas situaciones difíciles en la carrera del deportistas como suelen ser que, abandonen el club o el retiro del deporte.

Como se puede visualizar, la amplitud de tareas de los profesionales del área de psicología aplicada al deporte en C.A.R.P. establecen muchas dificultades al momento de definir las limitaciones del rol, dado que se abarcan aspectos deportivos, sociales y educativos de los deportistas.

Este encuadre implica fundamentalmente intervenir sobre los espacios cotidianos de los jugadores y no solamente en el consultorio: entrenamientos, desayunos, meriendas, pasillos, tribunas, micros. Momentos y espacios que están atravesados tanto por sus problemáticas más personales como por los vaivenes de la práctica deportiva. Este constante “estar a mano” y no “encerrados”

en un consultorio; es el que promueve el vínculo de confianza con los jugadores y los técnicos; el cual, a su vez, genera nuevas demandas y nos permite intervenir más eficazmente teniendo en cuenta la gran población de deportistas con la que trabajamos.

Por tal motivo se realizan reuniones semanales de equipo para interrogar nuestra práctica de modo constante. Debatir e identificar de forma

**ACOMPañAMOS A LOS JÓVENES EN ESTA ETAPA FORMATIVA, INTENTANDO QUE SE CONVIERTAN EN DEPORTISTAS COMPETITIVOS Y CON VALORES PARA LA VIDA.**

conjunta las mejores intervenciones o acciones que se dirijan hacia el bienestar personal de los deportistas y potenciar el rendimiento deportivo. Como así también, nos relacionamos con colegas de los otros clubes, y realizamos investigaciones a fines de mejorar el desempeño del Área a futuro.

El objetivo principal del área se encuentra en seguir profundizando el trabajo realizado, actualizándonos en las problemáticas presentes. Continuar creciendo y ser identificados como parte fundamental del cuerpo técnico de todas las actividades deportivas dentro del club., trabajando en pos y para los diferentes actores del deporte del C.A.R.P.



# CORRER EN LA DIRECCIÓN PRECISA

“El running como una experiencia superadora”



**LIC. SILVINA BECKMANN**  
*Lic. en Psicología.*  
*Vocal Suplente de APDA.*  
*Coord.º de la Especialidad en Psicología del Deporte (APDA).*

A través de la difusión de distintos casos, su interés y repercusión social, el running ha representado un emblema en la historia de diferentes personas que han atravesado situaciones límites en sus vidas, referidas tanto a la salud, como también experiencias traumáticas y dolorosas bajo diversas circunstancias. En la mayoría de los casos existen relatos comunes, sensaciones de bienestar y una influencia directa sobre la persona y su capacidad de adaptarse y desafiar, aún los escenarios más inciertos y los presagios a veces, más desafortunados.

Correr en la dirección precisa, ir hacia una meta, buscar un objetivo, tener un anhelo, un deseo, en muchos de estos casos funcionó como reparador.

Cuando los motivos alcanzan y las metas empiezan a cumplirse, la autoimagen percibida mejora, hay mayor autoconfianza y se está en línea con los propios objetivos, sintiéndose capaz de conseguir lo que se persigue, dejando atrás prejuicios y desventuras.

¿Desde la psicología del deporte qué fundamentos nos permiten comprender mejor estos procesos y qué podemos aportar?

La redacción del artículo surge de la lectura de algunas historias. Comparto una con la voluntad de despertar las mismas inquietudes en los lectores. Existen otras tantas, en lo particular haré una breve reseña:

López Lomong, atleta olímpico. De niño debió huir de su país natal, Sudán. Años más tarde en 2008 se convirtió en abanderado olímpico de EEUU. Superó todos los obstáculos: la guerra, el hambre, ser secuestrado por soldados rebeldes a los 6 años, la falta de oportunidades. Fue llevado a un campo de prisión de dónde tras vivir la crueldad más extrema consiguió junto a otros amigos escapar. Diez años más tarde adoptado por una familia llega a EEUU. Más tarde quiso dar algo al país que lo acogió y se dedicó al atletismo. “Me gustan los retos. Correr me enseñó a sobrepasar los obstáculos. Solíamos correr 40k para no pensar en la comida. Nos hacíamos fuertes, usábamos el poder de nuestra mente sobre nuestro cuerpo para superar ese momento. Entonces aprendimos que puedes superar cualquier cosa. Corría huyendo de la guerra. Ahora corro por alegría,



para inspirar a mucha gente que no tuvo la posibilidad. Dios me dio el talento y decidí aprovecharlo". La psicología a través de sus diferentes perspectivas posee diversas miradas y herramientas para abordar al ser humano y sus vicisitudes, aquí se plantea el interés de un nuevo enfoque.

El corredor, igual que otros deportistas entrenan no solo su cuerpo, sino también su mente para asumir distintos desafíos. Uno de los mayores lo supone la preparación de un maratón, ya que el momento de encontrarse preparado para recorrer una distancia tan extraordinaria implica haber transitado un proceso, en el cual se han planificado previamente otras distancias como los 5k, 10k, la media maratón de 21k, hasta conseguir el objetivo máximo en este tipo de competencias con los 42k.

Es importante la planificación, la conducta, la disciplina en los entrenamientos, la alimentación y el descanso sumados a factores mentales que están presentes desde un primer momento, cuando se toma la decisión de iniciarse en este camino.

El elemento mental, clave en tantas disciplinas deportivas enfrenta sabores y sin sabores, alegrías, pasiones, victorias, momentos de transición, presiones, dolores, frustraciones. El mismo puede ser trabajado y desarrollado para lograr una mayor capacidad de adaptarse y sobreponerse a una cantidad de acontecimientos inevitables.

**ES IMPORTANTE LA PLANIFICACIÓN, LA CONDUCTA, LA DISCIPLINA EN LOS ENTRENAMIENTOS, LA ALIMENTACIÓN Y EL DESCANSO SUMADOS A FACTORES MENTALES QUE ESTÁN PRESENTES DESDE UN PRIMER MOMENTO, CUANDO SE TOMA LA DECISIÓN DE INICIARSE EN ESTE CAMINO.**

El desarrollo de nuevas corrientes psicológicas enfatizó que un factor de riesgo no es necesariamente una condena. Y que los sucesos de la vida más trágicos constituyen a veces una fuente de gran fortaleza; sosteniendo que "lo malo" es en realidad tan solo una parte y no la totalidad en la vida de una persona. Esto que sucede como un pensamiento natural en algunos, en otros casos implica un aprendizaje. La clave es centrarse en el talento de las personas para resolver sus problemas y al mismo tiempo crecer y nutrirse con estos procesos.



Lo concluyente es el desarrollo de conductas cada vez más adaptativas en las personas, lo que favorece una forma de actuar y tomar decisiones más eficaces, la dirección más precisa contemplando cierto número de variables.

Nuestro cuerpo y mente responden por igual en el afrontamiento de un reto o prueba, por ello los dos se cansan o agotan ante determinadas exigencias. Los pensamientos y una mejor disposición para la toma de decisiones pueden reducir los intentos fallidos, el desgaste y fatiga tempranos.

**¿Qué podemos aprehender de estos casos donde el intento incansable de superación persiste ante la adversidad?**

La capacidad de adaptación es pieza fundamental en el desarrollo de habilidades y fortalezas mentales, especialmente en una sociedad que nos determina en la inmediatez del éxito de los logros.

La fortaleza es sin duda territorio de lo mental; la superación y las capacidades adaptativas el motivo que sostiene y se acrecienta en el esfuerzo. La idea de progresar, insistir, rehusarse a abandonar, sobreponerse a las adversidades no tiene fronteras y es esencial para el deportista a la hora de adaptarse en ambientes que se presentan cada vez más exigentes y competitivos.

**¿Qué podemos capitalizar al conocer estas historias?**

Es próspero y plantea mucho por hacer y seguir avanzando sobre nuevos focos de intervención, a partir de los instrumentos con los que cuenta nuestra disciplina.

# INVESTIGAR EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

En el deporte medir es imprescindible. Aunque la medición no siempre es objetiva. Esto mismo sucede en la investigación, aunque con otras reglas y propósitos. La investigación es un oficio que debe aprenderse con fundamento antes de comenzar a trabajar en ella. (Heinemann, 2003)



EQUIPO DE INVESTIGACIÓN DE APDA

*Leandro Lorusso; Ariela Marzorati;  
Estefanía Caicedo Cavagnis*

La Psicología aplicada al Deporte (PD, en adelante) ha experimentado un importante auge en los últimos años (Ruiz, 2017). Anteriormente, el acento de la preparación de los/as deportistas estaba puesto en aspectos técnicos y físicos, mientras que en la actuali-

dad el aspecto psicológico ha cobrado un papel esencial, y es considerado tan importante como los demás. Este auge reciente de la PD no es “porque sí...”, sino que tiene que ver con aspectos históricos, culturales y sociales de desarrollo de la Psicología en Argentina. Cuando hablamos de Psicología, en general la primera imagen que se nos viene a la mente es la de un consultorio, un diván, una persona escuchando y analizando lo que decimos y diciendo, al finalizar la sesión: “ha finalizado el tiempo, nos vemos la





próxima semana”. Asociar la Psicología a la Psicología Clínica fue creando una imagen de la Psicología y de quienes se dedican a ella sesgada y exclusiva de la práctica clínica psicoanalítica (ver Godoy & Brusino, 2016). Esto genera desconocimiento, y a veces hasta rechazo (ver Roffé & Giesenow, 2008). Por lo mencionado, la PD en nuestro país se ha desarrollado de manera aislada (Roffé & Giesenow, 2008), y en años pasados quienes trabajaban con deportistas contaban con experiencia en Psicología Clínica, pero desconocían el lenguaje deportivo.

Entonces, si la PD no es Psicología Clínica ni tampoco Psicoanálisis, ¿de qué hablamos cuando hablamos de PD? Una primera aproximación es definirla como el estudio científico de las personas y sus conductas en el contexto deportivo, y la aplicación práctica de dicho conocimiento (Gill, 2000). Al respecto, Weinberg y Gould (2010) distinguen dos grandes propósitos de la PD: por un lado, comprender los efectos que los factores psicológicos tienen sobre el rendimiento físico o motor y, por otro lado, conocer los efectos sobre la salud, el bienestar y el desarrollo psicológico que tiene la participación en actividades deportivas. Teniendo en cuenta esta definición, estos propósitos se desarrollan en tres grandes áreas, complementarias e interdependientes: educación, investigación y asesoramiento.

Cabe destacar que, si bien en los inicios de la PD, la Unión Soviética y Estados Unidos, por ejemplo, se interesaron por indagar sobre poder mental, tensiones previas a una competición, motivación, personalidad del deportista, tiempos de reacción y aprendizaje motor; dando lugar a que creciera la necesidad de profundizar en distintos temas de investigación, como por ejemplo abandono deportivo, lesiones deportivas, habilidades y programas psicológicos/mentales, entre otras (Dosil, 2008; Dosil Díaz & González Oya, 2003), este inicio no refleja el desarrollo posterior que tuvo el área. Desde siempre ha existido una brecha entre personas dedicadas a los ámbitos académicos/científicos y profesionales que aplican la PD. Vulgarmente, entre quienes construyen y quienes usan el conocimiento (Llames, 2017). Además, a este panorama se suma el particular desarrollo de la Psicología en Argentina que ha generado que la investigación en el deporte esté considerablemente relegada en relación al trabajo de campo (Roffé, 2009).

Por ello, el objetivo de este artículo es evidenciar



la necesidad y utilidad de realizar investigaciones en el deporte. Por un lado, para el crecimiento del área y, por otro lado, para favorecer el desarrollo de conocimientos locales y actualizados que nos permitan sistematizar el caudal de conocimiento, experiencia y aplicación que viene gestándose desde sus inicios en Argentina.

#### LA INVESTIGACIÓN DEPORTIVA EMPÍRICA

La investigación es un área clave en el desarrollo de una disciplina, ya que sin ella el conocimiento se limitaría a puras opiniones o anécdotas (Dosil, 2008). Por esto, es importante que quienes participan en equipos de investigación, y que estudian aquellos factores que intervienen en el rendimiento deportivo compartan sus hallazgos para promover el intercambio de ideas y debates, y así generar avances en el área (Weinberg & Gould, 2010). Para Roffé (2009), la actividad investigativa es considerada imprescindible, y para llevarla a cabo es necesario seguir los pasos que constituyen el método científico. Es mediante este método que podemos obtener información confiable, imparcial y relevante (Maya, 2014).

Planteado así parece, al mismo tiempo, sencillo e inabordable: algo que hace un grupo de gente seria, en un laboratorio con guardapolvo, en silencio y en soledad. Y curiosamente, nada es más alejado de todo lo que sucede en el campo deportivo: trabajo en equipo, “aire libre”, ruido y a veces, por qué no, barro. Por eso,



las apariencias engañan y los estereotipos están para romperse. Muchas veces el deporte es silencio y la investigación es barro, sobre todo cuando combinamos investigación y deporte.

¿Existe algo así como una investigación deportiva empírica? Según Heinemann (2003), sí. ¿Cuál es su particularidad? El deporte posee una especificidad en el que las características de la investigación empírica no pueden trasladarse sin más a este campo, ya que se caracteriza por ser inestable, dinámico y situacional. Es decir, los contextos de rendimiento deportivo tienen estas características porque dependen de múltiples factores como: clima, rival, momento de la temporada, cultura, nivel de rendimiento, experiencia deportiva, entre otros aspectos que dificultan la posibilidad de generalización de los resultados. Así, una necesidad central en la investigación deportiva empírica es la necesidad de triangular metodologías. Esta inestabilidad, situacionalidad y dinamismo de la actividad deportiva nos pone ante el desafío de verificar si los principios generales establecidos por la Psicología se dan en este campo o si sigue lógicas distintas y cuáles serían éstas. En este marco, la obser-

vación es una técnica central en la recolección de datos, aunque no es la única. También se puede echar mano de técnicas como las entrevistas, cuestionarios, encuestas, neuroimagen u otras. Incluso, estas técnicas también suelen utilizarse para realizar otro tipo de tareas vinculadas al rol del/la PD como diagnósticos, planificación de intervenciones y asesoramiento a quien consulte por nuestro trabajo.

Lo cierto es que sea cual fuere la actividad, la evaluación psicológica cobra especial importancia; ésta requiere de un conjunto de instrumentos, recursos y procedimientos específicos con los que dar cuenta de manera fiable y válida las unidades de análisis. Por ello, quienes realizan investigación y evaluación no sólo están interesados en investigar sino también en hacerlo con instrumentos, recursos y procedimientos apropiados (Fernández Ballesteros, 2013). Cabe destacar que, si lo que vamos a utilizar para recabar información son cuestionarios o test, éstos deben cumplir ciertos requisitos, como, por ejemplo, ser específicos del deporte, estar adaptados o contruidos para la población con la cual vamos a trabajar y poseer ciertas normas y criterios psicométricos apropiados para su uso.

**SERÍA DESEABLE, ENTONCES, QUE TOMEMOS EL DESAFÍO DE DESARROLLAR TÉCNICAS A PARTIR DE INVESTIGACIONES, SISTEMATIZANDO AQUELLAS EVALUACIONES QUE YA HAN SIDO REALIZADAS.**

Ahora bien, para cubrir la especificidad del deporte, García-Naveira (2010) postula que los desafíos que posee la evaluación psicológica en el deporte son, entre otros: la necesidad de recolectar información desde distintas fuentes, la necesidad de implementar nuevas tecnologías de la información (formularios en línea, plataformas digitales, entre otras), evaluar no sólo al deportista sino también a su entorno (padres, entrenadores, etc.), evaluar características del entrenamiento (volumen, intensidad), entre otras. Siempre cuidando el acceso y utilización de técnicas en manos de profesionales acreditados, capacitados y que conozcan en profundidad las técnicas utilizadas. Sin embargo, pese a todo lo enunciado en nuestro país, sigue siendo frecuente el uso de medidas y técnicas no validadas o extraídas de áreas distintas a las del deporte para diagnosticar, planificar, intervenir, evaluar o investigar en este contexto. Sería deseable, entonces, que tomemos el desafío de desarrollar técnicas a partir de investigaciones, sistematizando aquellas evaluaciones que ya han sido realizadas. El objetivo de esta propuesta es construir un conocimiento local que nos posicione no sólo como un país pujante en la vertiente aplicada y de formación constante, sino también de creación de conocimiento.

#### EL A-B-C DE LA INVESTIGACIÓN

“La investigación es un gerundio”, decía mi abuela. A investigar se aprende investigando (Castañeda Abanto, 2014); pero...si estamos en un contexto donde el oficio de la investigación está diezmado, donde la enseñanza no se inclina a desarrollarlo ni tampoco se propician espacios de investigación en las universidades, escuelas, clubes e instituciones... ¿Cómo? Se hace difícil, sí, pero no por eso imposible.

Entonces, ¿qué/hacer?: lo primero es lo primero, la pregunta. Tener una curiosidad, un interrogante. Algo que no sabemos y queremos saber. Así, el método científico es una herramienta que guiará nuestro trabajo. Este método se construye con tres grandes interrogantes íntimamente vinculados: QUÉ, es decir, ¿qué es lo que se tiene/quiero investigar, qué caracte-

terísticas, propiedades o variables de mi objeto de estudio quiero analizar/conocer? POR QUÉ: ¿cuál es el valor y contribución a nivel científico, práctico, cultural, entre otras, de desarrollar ésta investigación? y, por último, una vez resueltas las dos anteriores preguntas, CÓMO, es decir: ¿mediante qué diseño resolveré mi pregunta de investigación, con qué técnicas recolectaré la información, de qué modo desarrollaré el trabajo, cómo analizaré la información, en qué tiempo, con qué recursos?



El qué, engloba aquellos aspectos de un proyecto de investigación vinculados a la pregunta de investigación, objetivos e hipótesis de trabajo, así como también al posicionamiento teórico y antecedentes empíricos relacionados desde los que construiré dicho conocimiento. El por qué refiere específicamente a la utilidad teórica, práctica y a la contribución que el conocimiento realizará al campo de estudio y a la sociedad y contexto de desarrollo del mismo. Es decir, refiere a justificar el por qué la necesidad de investigar sobre este tema y no otro. Por último, el cómo se vincula a los apartados de diseño de investigación, participantes, técnicas de recolección de datos, instrumentos, procedimiento, análisis de datos y cronograma de desarrollo del proyecto de investigación. Es transversal a todas estas secciones que la producción científica se haga desde los lineamientos éticos vigentes.

Lo que sigue en este A-B-C es la D, esa información que no es de manual, pero sí de experiencia y queremos compartirla. Para investigar es necesario saber que: 1) en algún momento hay que empezar; con el germen de toda investigación: una pregunta, una idea, un “quisiera...”. Luego eso se transforma en un hecho: una pregunta de investigación. Como

el planteamiento de metas en el deporte: debe ser desafiante pero realista. No pretendan descubrir la pólvora; 2) asumir la falta: “no saber”. Al principio todo acercamiento a la investigación será incipiente y probablemente contenga errores, pero el sólo hecho de animarse ya es un elemento importante para ir adquiriendo experiencia y conocimiento a futuro; 3) saber que lo único cierto en la investigación es la idea de proceso. Nada más procesual que investigar; 4) toda investigación tiene limitaciones, es perfectible y puede cuestionarse. A veces, asumir la idea de “finito” cuesta, pero de eso se trata y; 5) requiere paciencia. Investigar implica “otro tiempo”. Las respuestas a una pregunta de investigación no están a un solo clic. Por supuesto que hay otros puntos más en este ABC,

**AHORA QUE YA TIENES EL PRIMER PUNTO DE ESTE A-B-C Y D, EL PASO SIGUIENTE ES FLUIR CON ESTE IMPULSO INVESTIGADOR: UNIÉNDOTE A UN EQUIPO DE INVESTIGACIÓN, BUSCANDO INFORMACIÓN O TOMANDO ALGÚN CURSO SOBRE METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.**

pero como investigadores/as entendemos que “se hace camino al andar”. Ahora que ya tienes el primer punto de este A-B-C y D, el paso siguiente es fluir con este impulso investigador: uniéndote a un equipo de investigación, buscando información o tomando algún curso sobre Metodología de la Investigación. Queremos invitarte a que inicies este oficio y descubras este quehacer y aquellos puntos que faltan. Por último, el gerundio procesual: investigar. De la idea al papel, del papel al campo, del campo al papel y del papel a la comunicación científica: artículo, congreso, debate público, diario, grupos de estudio y otros largos etcétera.

## ÁREA DE INVESTIGACIÓN DE APDA

Esto que contamos es un camino que estamos transitando. Estamos en ese barro, investigando e intentando desarrollar un área de investigación que tenga un equipo de trabajo sólido. Otra vez el gerundio. Pero... ¡Quiero retruco! ¿no decían más arriba que no se propician espacios de investigación? ¡Quiero! se escucha por acá: por suerte la grieta...

Hace poco más de un año, por iniciativa de la Asociación de Psicología del Deporte Argentina (APDA) y su presidenta Mgter. Alejandra Florean, tuvo lugar el primer encuentro de un grupo de profesionales y especialistas egresados de APDA con un interés manifiesto por éste ámbito emergente que es la investigación en PD.

El área de investigación de APDA estableció una clara misión: producir conocimiento local, actualizado y de interés sobre PD, y que éste pueda difundirse de manera libre y abierta. Para esto, perseguimos un fin específico: aprender a investigar en PD, investigando. Y como los integrantes del equipo son de La Plata, Capital Federal, Mar del Plata y Ciudad de Córdoba, las reuniones, seminarios y decisiones metodológicas se toman por Skype.

En estas reuniones, quincenales, el primer desafío fue definir el “qué”, y partir de un análisis de necesidades institucionales y del área se optó por realizar estudios instrumentales (ver Montero & León, 2007) en PD sobre variables clásicas como Motivación, Cohesión Grupal y Liderazgo. Es decir, estudios que buscan construir o adaptar pruebas o técnicas. Una vez definido esto, lo siguiente fue iniciar el trabajo de campo siguiendo las normas de la Comisión Internacional de Test (2010) y las recomendaciones de otras instituciones sobre la evaluación educativa y psicológica (AERA, APA & NCME, 2014). Así, hasta el momento realizamos la traducción de los test a nuestro idioma, analizamos su validez de



contenido y, actualmente, estamos evaluando la validez basada en el proceso de respuestas, a través de un procedimiento conocido como Entrevistas Cognitivas (ver Caicedo Cavagnis & Zalazar-Jaime, 2018).

Algo de este proceso se fue contando en las últimas Jornadas de Actualización en PD que APDA organizó en octubre de 2018, constituyéndose esto como uno de los hitos de constitución del área. Allí expusimos sobre los “primeros pasos en la construcción del conocimiento local”. Otro poco de estos avances, que también empiezan a constituirse como hitos es la escritura de artículos, y lo que viene se los contamos después. Lo cierto es que el área de investigación pretende sentar las bases de un cambio acerca del modo de entender el rol profesional.

Por esto, este artículo es un guiño a los/as profesionales de la PD; una invitación a que se animen a investigar, a sistematizar todo aquello que observan, registran y se preguntan día a día en los clubes, consultorios, canchas y vestuarios por los que circulan. Después de todo, investigar no es más que una actitud inherente al trabajo de cualquier psicólogo/a: ser curioso, realizar suposiciones, buscar modos de resolver problemas, preguntarse por el porqué de una situación y, por mucho mito y cábala que circule en el Deporte, lo cierto es que la curiosidad no mató a ningún gato.

#### REFERENCIAS

American Educational Research Association (2014). *Standards for educational and psychological testing*. Washington DC, United States of America: American Educational Research Association

Caicedo Cavagnis, E. & Zalazar-Jaime, M.F. (2018). *Entrevistas cognitivas: revisión, pautas de uso y aplicación en investigación psicológica*. *Avaliação Psicológica*, 17(3), 362-370. <https://doi.org/10.15689/ap.2018.1703.14883.09>

Castañeda Abanto, D. T. (2014). *A investigar se aprende investigando: la compleja tarea de formar investigadores*. *Negocios Globales*, 1(1), 8-11.

Dosil, D.J. (2008). *Psicología de la actividad física y el deporte (2a Ed.)*. Madrid: McGraw Hill.

Dosil Díaz, J. & González Oya, J. (2003). *Tendencias en la investigación en Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. *EduPsykhé*, 2(2), 147-164.

García-Mas, A., Estrany Bonnin, B. E., & Feliu, J. C. (2004). *Cómo recoger la información en Psicología de la Actividad Física y el Deporte: tres ejemplos y algunas consideraciones*. *Cuadernos de psicología del deporte*, 4(1-2).



García-Naveira, A. (2010). *El Psicólogo del deporte en el alto rendimiento*:

*Aportaciones y retos futuros*. *Papeles del Psicólogo*, 31 (3), 259-268.

Gill, D. (2000). *Psychological dynamics of sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Godoy, J. C. & Brussino, S. (2016). *Orígenes, desarrollo y estado actual de la Investigación Psicológica en Argentina*. En Luque, L. *Manual Ciclo Nivelación 2017 Psicología* (pp. 163-170). Córdoba: Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba. ISBN 978-987-3840-46-3.

Heinemann, K. (2003). *Introducción a la Metodología de la Investigación Empírica en las Ciencias del Deporte*. Barcelona: Paidotribo.

International Test Commission (2010). *International Test Commission Guidelines for Translating and Adapting Tests*. Extraído de: [www.intestcom.org](http://www.intestcom.org)

Maya, E. (2014). *Metodos y Tecnicas de Investigacion. Una propuesta ágil para la presentación de trabajos científicos en las áreas de arquitectura, urbanismo y disciplinas afines*. México: Universidad Nacional Autónoma de México

Montero, I., & León, O. (2007). *A guide for naming research studies in Psychology*. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.

Roffé, M. (2009) *Evaluación Psicodeportológica. 30 test psicométricos y proyectivos*. Buenos Aires: Lugar Editorial.

Roffé, M. & Giesenow, C. (2008). *La Psicología del Deporte en Argentina: pasado, presente y futuro*. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 4(1), 123-134.

Ruiz, G. (2017). *La Cabeza del Campeón*. Argentina: Ediciones B.

Weinberg, R.S. & Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico (4a Ed.)*. Madrid: Editorial Medica Panamericana.

Fernández Ballesteros, R. (2013). *Evaluación Psicológica conceptos, métodos y estudio de casos*. Madrid: Editorial Pirámide

Llames, R. (2017). *Investigadores académicos y profesionales de la Psicología del Deporte: Condenados a entenderse*. *Revista de psicología del deporte*, 26(3), 80-84.

An abstract graphic of a globe composed of numerous small, dark, circular particles of varying sizes, some of which are larger and more prominent, creating a textured, three-dimensional effect. The particles are scattered across the upper half of the page, with a denser concentration in the center and right side.

## VIII CONGRESO INTERNACIONAL Y XIV JORNADAS NACIONALES DE **PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

“Asesorar, enseñar, investigar: en la psicología del deporte hoy“

**2, 3 Y 4 DE OCTUBRE DE 2019. BUENOS AIRES - HOTEL ABASTO**

### **EL EVENTO ACADÉMICO MÁS IMPORTANTE DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE DE LA REGIÓN.**

Invitados nacionales e internacionales, deportistas, mesas de debate, exposiciones plenas-rias, workshops, trabajos de colegas y más!

Como todos los encuentros que realizamos desde hace años, tenemos como objetivo actualizarnos en Psicología del Deporte y en especial para éste congreso con la presencia de invitados internacionales que aportarán nuevas tendencias y nuevos desafíos con los que nos encontraremos en la práctica cotidiana. Además divulgar y fortalecer el Rol del Psicólogo del Deporte aquí en Argentina.

Para los colegas tanto nacionales como extranjeros, es una gran oportunidad de escuchar en vivo a los referentes que leemos en libros o artículos de actualidad.

Este tipo de eventos además de brindarnos un espacio de crecimiento, aprendizaje y actualización, nos permite un lugar de encuentro y contacto.

Para aquellos colegas que nos visitan del interior de nuestro país o de países vecinos, es una gran ocasión para que conozcan y vivan Buenos Aires desde una perspectiva relajada.

Así que los invitamos a disfrutar de un evento que nos ayudará a crecer profesionalmente además de disfrutar una multifacética Buenos Aires.

**INVITADOS INTERNACIONALES**

(por orden alfabético)

**Mg. ANA MERAYO ( ESPAÑA – F.C. BARCELONA )**

"Masia 360: Formando personas a través del Deporte".

**WORKSHOP:**

"Acompañar deportistas durante la carrera deportiva".

**Mg. PATRICIA DÍAZ TENDERO SANCHEZ (ESPAÑA – REAL MADRID)**

"Intervención Psicológica en Vela". Experiencia con el Equipo Olímpico Español en los JJOO Rio 2016.

"Asesoramiento a entrenadores a partir del análisis del estado psicológico de deportistas y equipos".

**WORKSHOP:**

"El TEP (Test de estado psicológico) como herramienta para los psicólogos del deporte".

**DR. PEDRO ALMEIDA (PORTUGAL – BENFICA )**

"Liderazgo y desarrollo de equipos: asesorando a entrenadores de fútbol".

"Intervención psicológica hacia los juegos olímpicos: la experiencia de tiro con arma de fuego y triatlón".

**WORKSHOP:**

"Guía práctica para la longevidad de un psicólogo en un club de fútbol".

**DRA. REGINA BRANDAO (BRASIL –SAN PABLO )**

"Fútbol y bioecología una propuesta de preparación psicológica".

"Habilidades psicológicas y la formación del deportista inteligente".

**WORKSHOP:**

"El trabajo del psicólogo del deporte en momento de crisis".

**DR. RICARDO DE LA VEGA (ESPAÑA– MADRID )**

"Perspectivas actuales en investigación en Psicología del Deporte".

"Trabajo junto al Cuerpo Técnico: Deportivo la Coruña y Selección de Camerún".

**WORKSHOP:**

"Diferentes dinámicas aplicadas a deportes de equipo".

# NOCHES APDA

# 2018

Como todos los años hemos realizado nuestras queridas “Noches APDA 2018”. En estos encuentros intercambiamos y compartimos experiencias en primera persona de deportistas y entrenadores con nuestros socios, colegas y público general. Dentro de un contexto ameno y de cercanía con los protagonistas, reflexionamos sobre los dilemas del rol del entrenador, el deportista trabajando junto a su psicólogo deportivo en lo particular y del deporte argentino en general.

A su vez nos permite desarrollar nuestra área de

Responsabilidad Social en la que colaboramos con distintas instituciones solidarias. Esto es posible ya que las entradas son libres y gratuitas alentando contribuir con las donaciones solicitadas por cada institución a colaborar.

Tuvimos la satisfacción de reunir una gran convocatoria de asistentes que a su vez participaron de manera entusiasta en cada encuentro, haciendo preguntas, compartiendo nuevas experiencias o anécdotas. Sin dudas cada aporte enriqueció de manera inesperada cada Noche APDA.





A continuación les compartimos un breve resumen de lo que nos dejaron los encuentros:

## 1er NOCHE APDA MAYO:

### DEPORTE ADAPTADO

Recibimos al atleta paralímpico argentino Gabriel Copola junto a su psicóloga deportiva, la Lic. Sandra Pinto. Gabriel es un jugador argentino de tenis de mesa en silla de ruedas y Sandra es Psicóloga especializada en deporte egresada de APDA. Fue un encuentro de un gran aprendizaje sobre el deporte y la discapacidad, una historia de superación y resiliencia acompañada de una gran carrera deportiva llena de logros y resultados deportivos.



## 2da NOCHE APDA JUNIO:

### PADRES DE DEPORTISTAS

Este encuentro fue dirigido a padres de niños que hacen deporte tanto recreativo como competitivo. El disparador fue la pregunta: ¿Cómo acompañar a nuestros hijos sin presionarlos?

Contamos con el testimonio de la familia Rodríguez Giusto, padres de un joven patinador y la moderación de la Mg. Alejandra Florean, los Lic. Hugo y Belén Pineda. Pudimos ir conociendo como es el día a día de una familia con un deportista de alto rendimiento. Siempre con el objetivo de pensar la importancia del rol de los padres en la formación deportiva de sus hijos.

## 3ra NOCHE APDA AGOSTO:

### LOS DESAFÍOS DEL ENTRENADOR DE FÚTBOL JUVENIL EN LA ARGENTINA

Con la premisa de escuchar entrenadores en primera persona, recibimos al DT Alejandro Russo, actualmente a cargo de la 4ta División del Club

Atlético San Lorenzo de Almagro (CASLA). Pudimos conocer de cerca las necesidades y habilidades requeridas en el día a día de su labor para ejercer de manera efectiva su rol. A su vez compartió en qué medida le sumó trabajar en equipo junto a la psicóloga deportiva Mg. Alejandra Florean (Presidente de APDA).

## 4ta NOCHE APDA SEPTIEMBRE:

### LA MIRADA DEL DEPORTISTA JUVENIL

En el último encuentro del año, recibiremos a dos deportistas juveniles que nos compartirán como es su día a día en el alto rendimiento siendo adolescentes. La organización de los tiempos de entrenamientos y escolares, el grupo de pares, la alimentación y el crecimiento físico orientado a las metas deportivas. Desde este lugar qué les aporta la psicología deportiva en su rendimiento deportivo.

#### **RESPONSABILIDAD SOCIAL**

**“MUCHA GENTE PEQUEÑA, EN LUGARES PEQUEÑOS, HACIENDO COSAS PEQUEÑAS, PUEDEN CAMBIAR EL MUNDO”**

**EDUARDO GALEANO.**



A continuación les ofrecemos información sobre las instituciones que participaron de los encuentros.

#### **ALENTANDO ILUSIONES**

##### **ONG MONTE ADETRON**

Organización no gubernamental cuyo fin es que los pobladores de comunidades rurales del norte de nuestro país puedan desarrollarse sin necesidad de migrar por falta de oportunidades. Promueven y acompañan proyectos que favorecen el desarrollo digno y pleno de la vida de comunidades rurales en forma integral. Entre ellos escuelas deportivas de vóley y fútbol.

Para colaborar y conocer un poco más sobre ellos:  
<https://www.facebook.com/monteadentrong/>

##### **CLAVE SOLIDARIA**

Organización sin banderas políticas, ni religiosas. Creada para ayudar al que menos tiene, sin prejuicios.

En esta oportunidad colaboramos con pañales ya que fue la mayor necesidad expresada por los voluntarios.  
*Para colaborar y conocer un poco más sobre ellos:*  
<https://www.facebook.com/clavesolidaria/>

##### **MANOS DEL MONTE: COMUNIDADES DEL CHACO**

Primer emprendimiento de las madres de las zonas rurales de Chaco. Marca de productos artesanales realizados por la comunidad en tela y lanas.

*Para colaborar y conocer un poco más sobre ellas:*  
<https://www.facebook.com/Manos-del-Monte-2239118419649749/>

Gracias a cada uno de los socios y asistentes que hicieron posibles todos los encuentros. Por ser parte, por participar y por seguir haciendo crecer a APDA. Por último queremos agradecer al Abasto Hotel por ofrecernos sus espacios y atención de excelencia que nos permiten ofrecer las Noches APDA dentro un marco de primer nivel.

# CURSOS 2020

Director académico: MG. Alejandra Florean.

VACANTES LIMITADAS



## PRESENCIALES

### ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

DIRIGIDO ÚNICAMENTE A PSICÓLOGOS.

**PRIMER AÑO:** *Teoría y práctica en Psicología del Deporte.*

**SEGUNDO AÑO:** *Teoría y práctica e interdisciplina en Psicología del Deporte.*

**COMIENZO:** Abril 2020

**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.
- Comenzar a familiarizarnos con la evaluación y la práctica.
- Desarrollar los principales conceptos con los que se trabaja actualmente en Psicología del Deporte.
- Transmitir el saber que se produce en la acción interdisciplinaria con otras Ciencias aplicadas al Deporte.
- Profundizar los conceptos adquiridos en cursos previos, aportando experiencia práctica y bibliografía actualizada.
- 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](mailto:apda@psicodeportes.com)

## A DISTANCIA - CAMPUS VIRTUAL

### ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

ÚNICAMENTE LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA

**PRIMER AÑO:** *Fundamentos de la Psicología del Deporte*

**OBJETIVOS:**

- Introducir los conceptos y herramientas básicas de la psicología del deporte.
- Las relaciones que se establecen entre entrenador-deportista, psicólogo-deportista y psicólogo entrenador para alcanzar el mejor rendimiento.
- 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 en Psicología del Deporte*

**OBJETIVOS:**

- Desarrollar los principales conceptos con los que se trabaja actualmente.
- Transmitir el saber que se produce en la acción interdisciplinaria con otras Ciencias aplicadas al Deporte.
- Profundizar los conceptos adquiridos en cursos previos, aportando experiencia práctica y bibliografía actualizada.
- Aprender a utilizar diferentes herramientas de evaluación en el deporte, además de la importancia y desafío del trabajo interdisciplinario.

INFORMES E INSCRIPCIÓN: [adistancia@psicodeportes.com](mailto:adistancia@psicodeportes.com)



# ¡RUMBO A TOKIO 2020!

Tel. (011) 4899-0337 | [www.psicodeportes.com](http://www.psicodeportes.com)  
[facebook.com/apdapsicodeportes](https://facebook.com/apdapsicodeportes) | [twitter.com/apdapsi](https://twitter.com/apdapsi) | [instagram.com/apda.official](https://instagram.com/apda.official)