

PERSPECTIVA HISTORICA Y SITUACION ACTUAL DE LA PSICOLOGIA DE LA MOTIVACION EN EL AMBITO DEPORTIVO

CANTON, E.

MAYOR, L.

PALLARES, J.

Facultad de Psicología
Universidad de Valencia

1.- INTRODUCCION

Durante los últimos 20 años, se ha ido formando una nueva área que toma como base a la Psicología y a las Ciencias del Deporte (Educación física, Biomecánica, Kinesiólogía...). Esta disciplina relativamente nueva viene denominándose Psicología del Deporte.

A grandes líneas, puede decirse que está relacionada tanto con los factores psicológicos que influyen en la participación en el deporte y la actividad física, como con los efectos psicológicos derivados de esa participación. Los psicólogos del deporte centran sus estudios sobre temas como la motivación, la personalidad, la agresión y la violencia, el liderazgo, la dinámica de grupos, el bienestar físico y psicológico, procesos cognitivos y afectivos de los atletas, y otras dimensiones implicadas en el ejercicio del deporte y la actividad física.

En el aspecto profesional, los psicólogos del deporte desempeñan actualmente, entre otras funciones, tareas docentes y formativas, y realizan investigaciones y trabajo aplicado con atletas y entrenadores para ayudarles a aumentar el rendimiento y mejorar la calidad de su experiencia.

Como veremos, tratar de historia de la Psicología del Deporte es, necesariamente, tratar de historia contemporánea. Al igual que las disciplinas científicas sobre las que se asienta, la Psicología y las Ciencias del deporte, esta área tiene un largo pasado y una corta historia.

Desde hace varios siglos, los aspectos psicológicos vinculados a la actividad física, reglamentada o no, han sido tenidos en cuenta en mayor o menor medida. Baste mencionar la importancia de la "concentración previa" o la "mentalización" en actividades físicas y deportivas practicadas tanto en Oriente (kung-fu) como en Occidente (juegos olímpicos). En general se trataba de actividades muy relacionadas con la guerra y la religión, siendo probablemente este segundo componente el que más hincapié hacía en el aspecto espiritual o mental de la actividad.

Sin embargo, a pesar de esta tradición - de diferente impacto según épocas y sociedades -, no se sitúa el comienzo de la historia de la Psicología del Deporte en tanto no se delimitan su objeto y método de estudio, así como su ámbito de aplicación. Estas circunstancias tienen lugar en fechas muy próximas, a mediados del Siglo XX. Concretamente, se considera que su inicio formal coincide con la celebración del 1^{er} Congreso Internacional de Psicología del Deporte (Roma, 1965) y la fundación de la

Sociedad Internacional de Psicología del Deporte (I.S.S.P.), que contaría con el italiano F. ANTONELLI como primer Presidente y el español J. FERRER-HOMBRAVELLA como secretario de la misma. Esta Sociedad se iba a encargar de promover un congreso internacional cada cuatro años, así como la revista decana en esta área especializada: el "International Journal of Sport Psychology", editado en Roma desde 1970

No obstante, desde una perspectiva histórica, podemos encontrar trabajos pioneros aislados en fechas anteriores, como quedó reflejado en el trabajo presentado por A.M. OLSEN en el I Congreso Mundial de Psicología del Deporte celebrado en Roma, en 1966, titulado: "Sport Psychology in the literature", en el que registra un total de 220 trabajos -libros y, principalmente, artículos- sobre temas de psicología deportiva publicados entre 1924 y 1948, entre 1949 y 1958, encontró un total de 280, y de 1959 a 1963, unas 300 aportaciones.

La mayor parte de los autores coinciden en señalar ciertas obras como puntos de partida de la disciplina, particularmente en 3 países: U.R.S.S., Alemania y E.E.U.U.

En la U.R.S.S., pese a las dificultades para encontrar información fidedigna, cabe señalar algunos trabajos pioneros. Una de las primeras aportaciones fue la de PETER F. LESGAFT a principios de Siglo ("Guía de la educación física de los niños de edad escolar", 1901). Tras la revolución rusa, aparecerían las investigaciones de PETER RUDIK (1925) sobre la formación de hábitos y los procesos de reacción ante el trabajo muscular; los trabajos sobre la influencia de la cultura física en el desarrollo de la percepción, recuerdo, atención y representación mental (NECHAEV, 1926) y en el desarrollo de los procesos intelectuales de los escolares (CHUCHMARIOV, 1928); o los estudios sobre el impacto de la competición deportiva en la psique de los esquiadores (PUNI, 1929), por señalar los más significativos.

La práctica totalidad de los trabajos iniciales sobre Psicología del deporte realizados por los soviéticos, se desarrollaron dentro del Departamento Científico del Instituto Central de Cultura Física de Moscú y de Leningrado, dirigido el primero de ellos por GORINEVSKI, y en el cual trabajó desde su inicio A.C. PUNI. Este organismo tenía entre otros objetivos el de elaborar métodos de preparación integral de los deportistas y analizar la influencia de la práctica deportiva sistemática.

En años posteriores, los Institutos de Cultura Física creados en varias ciudades desarrollaron investigaciones sobre aspectos tan variados como:

- las particularidades emocionales y volitivas en carreras de distinta distancia.
- las sensaciones kinestésicas en los esgrimistas.
- la percepción del tiempo en los corredores
- la importancia de las percepciones visuales y motoras al realizar ejercicios gimnásticos.
- el desarrollo de las percepciones oculo-motoras en el proceso de aprendizaje de ejercicios de acrobacia.

las singularidades del razonamiento " táctico " en el deporte

los cambios del periodo latente de reacción motora por la influencia del calentamiento

el papel de la palabra en el proceso de formación de los hábitos motores.

- la preparación psicológica para las competiciones.

- el papel de los ejercicios físicos y deportivos en la formación del carácter, etc.

Una característica a resaltar en el desarrollo de la Psicología del deporte en la Unión Soviética, es la relación entre la investigación deportiva y el programa espacial soviético iniciado sobre los años 50. Los científicos soviéticos exploraron las posibilidades de usar técnicas de yoga y el denominado entrenamiento de auto-regulación, para enseñar a los cosmonautas a controlar los procesos psicofisiológicos durante su permanencia en el espacio. Años después, en la década de los 70, estas técnicas - entrenamiento autógeno, visualización, etc.- serían aplicadas a diferentes deportistas, en particular los atletas soviéticos y alemanes orientales (GARFIELD y BENNETT, 1984).

En Alemania, país con larga tradición en el área de la educación física, desde los inicios de la práctica gimnástica de corte militar auspiciado por FRIEDRICH LUDWIG JAHN en la temprana fecha de 1811, encontramos en 1921 el trabajo de SCHULTE: " *Cuerpo y alma en el deporte: Una introducción a la psicología del ejercicio físico* ", donde se relacionaba la psicología con la educación física. SCHULTE, junto a CARL DIEM, fundó un laboratorio de investigación " psicofísica " del deporte en Berlín, en las mismas fechas

Posteriormente, se detectan algunas investigaciones (" *Der gestaltkreis. Theorie der Einheit von Wahrnehmung und Bewegung* " , de V WEIZSÄCKER, Leipzig, 1940; " *Allgemeine Theorie der menschlichen Haltung und Bewegung* " , de F.J.J. BUYTENDIJK, Berlin, 1956) sobre factores psicológicos y trastornos emocionales antes y durante las competiciones, así como sobre las influencias que ejercen los procesos motivadores, cognitivos y psicofísicos sobre el comportamiento dinámico y el rendimiento deportivo

Los trabajos de V WEIZSÄCKER parten de un concepto psicodinámico-psicofisiológico enmarcado en la denominada Teoría del Circulo Gestáltico, la cual mantiene que los movimientos no sólo constituyen una reacción del organismo, sino que se debe tener en cuenta la recepción y elaboración cognitiva de la información y su vinculación con el movimiento (aprendizaje sensoriomotor).

Por otra parte, la teoría general de la conducta humana y del movimiento desarrollada por F.J.J. BUYTENDIJK, abarca tanto los movimientos animales como los humanos partiendo de una base conceptual antropológica de corte funcional.

En tercer y último lugar hay que mencionar las aportaciones de los autores Norteamericanos. Las dos primeras publicaciones aparecidas en este continente fueron obra de TRIPPLETT quien en 1898 escribió un artículo para el " *American*

Journal of Psychology " titulado " *Los factores psicogénicos en la competición y el marcar el paso* ", así como los dos libros de COLEMAN R. GRIFFITH titulados: " *Psicología del entrenamiento* " (1926) y " *Psicología del atletismo* " (1928). A estas obras, cabe sumar la contribución de GRIFFITH que representa dirigir en la Universidad de Illinois, desde 1930, el que se considera primer laboratorio dedicado a la Psicología aplicada al deporte.

Los años transcurridos entre el trabajo inicial de GRIFFITH y el comienzo de la expansión del área en la década de los 60, fueron en general poco fecundos (SALMELA, 1981). De todas maneras, hubo excepciones notables en lo referente a la consideración general de los problemas deportivos desde el punto de vista psicológico. Así, destacan los trabajos llevados a cabo durante la década de 1950, por JOHN LAWTHER; la importante aportación de FRANKLIN M. HENRY en el área del aprendizaje motor en la Universidad de California (Berkeley), y el inicio por HENRY, a quien algunos autores denominan el "padre del aprendizaje motor" en América, en 1935, del curso titulado " *Psychological Basis of Physical Activity* ", que ha continuado hasta el momento presente.

De hecho, puede entenderse que, al menos en Norteamérica, las raíces del campo actual de la Psicología del Deporte proceden de los trabajos realizados sobre Aprendizaje Motor a mediados de la década de 1960, diferenciándose posteriormente distintos campos de gran actividad que caracterizan el estado actual de la disciplina.

2.- LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE A TRAVÉS DEL ANÁLISIS DEL "INTERNATIONAL JOURNAL OF SPORT PSYCHOLOGY"

Una investigación desarrollada por P. AGUERRI (1986), que recoge las aportaciones de GROVES et al., examina los 218 artículos publicados entre 1970 y 1984 en la revista " *International Journal of Sport Psychology* ".

Las variables analizadas son Nacionalidad del autor; especialización (Educación física, Medicina, Psicología, Sociología); disciplinas deportivas analizadas; metodología del trabajo (análisis de textos; experimento, tratamiento, tests, observación); orientación del estudio (rendimiento, salud, comparación, entrenador, metodología de la ciencia); temas estudiados.

Nacionalidad del autor.

Los países fueron divididos en 2 grupos: Norteamérica (U.S.A y Canadá) y Europa Occidental (Francia, Italia, Holanda, R.F.A., Bélgica, Gran Bretaña, España, Suecia, Austria). Se encontró que Norteamérica ha contribuido con la publicación de más de la mitad de los artículos (118), mientras que Europa Occidental ha publicado menos de la mitad de ese número (53), aunque la contribución europea se ha incrementado en los años recientes. En los países de Europa del Este fueron elaborados 27 artículos.

Analizando los países individualmente, U.S.A. figura con 95 artículos (más de la mitad en los últimos 6 años), Canadá con 23 (más de la mitad en los años 70-80), Bélgica con 13 (más espaciados a lo largo del tiempo), y Gran Bretaña con 12 artículos.

Si comparamos estos resultados con los obtenidos por el análisis de contenido de GROVES et al. (1878) sobre los primeros 6 años de esta revista se observa cómo prevalece Norteamérica. Los 4 primeros países de este periodo son los mismos, sin embargo, en años recientes Canadá ha realizado considerables avances junto con Bélgica, adelantando a Gran Bretaña

Especialización del autor.

Hay una gran mayoría de psicólogos (130), que crece todavía más en los años recientes, seguidos por expertos en educación física (83), con un grado de incremento más sostenido. Hay algunos médicos, quienes tal vez podrían tomar una parte más activa, como de hecho ocurre durante los últimos 3 años

En este punto encontramos otra diferencia con el estudio desarrollado por GROVES et al., en el cual se encontró la Educación física en primer lugar y la Psicología en segundo.

Disciplina deportiva analizada.

Buena parte de los artículos (87) analizan la actividad física en general, mientras que el resto consideran a los atletas de disciplinas deportivas específicas

En primer lugar aparecen los estudios sobre Baloncesto (26), y después los de Fútbol (22), Natación (20), Tenis (16), Voleibol (15) y Rugby y Hockey (11)

Durante los 15 años de su vida, la revista no ha publicado estudios sobre Ciclismo, Motociclismo, Navegación o Equitación, y sólo se han publicado 2 sobre Balonmano y 4 sobre Esquí

La difusión de los diversos deportes difiere, naturalmente, de un país a otro.

Es obvio que los investigadores del campo de la Psicología del Deporte actúan por su iniciativa personal y trabajan con sujetos con quienes resulta fácil tomar contacto. Por otra parte, algunos Psicólogos trabajan dentro de grandes estructuras (como el Comité Olímpico, Federaciones, grandes Clubs) y encuentran más accesible el estudio de atletas de élite.

Por estas razones, los dos extremos de la población deportiva, los que forman la base y la élite de la pirámide de atletas, resultan los más estudiados en nuestra literatura deportiva. La gran masa de los atletas de un nivel técnico medio todavía no han sido explorados desde un punto de vista psicológico, mientras que es de ese grupo de atletas de donde se obtiene la mayor cantidad de datos en el área de la Medicina Deportiva.

Metodología.

Muchos de los escritos (97) utilizaban tests psicodiagnósticos, mientras que otros son experimentos (56) o constituyen contribuciones teóricas (34)

En años recientes hay una tendencia a incrementar el número de experimentos y tratamientos, junto con una reducción del uso de tests; este cambio puede ser parte de un desarrollo general en el área de la Psicología del Deporte.

Orientación.

La mayor parte de los estudios están orientados hacia el rendimiento (158) y, en mucho menor medida, hacia la salud (32), la metodología (25), la comparación social (22) y, en último lugar, el papel del entrenador (12).

Temas principales.

Predomina el tema de la personalidad (66), seguida por motivación (36) y Psicología (35). También despiertan interés las cuestiones referidas a la ansiedad (31), el aprendizaje motor (30), la cognición (24), el sexo y las diferencias raciales (19), la percepción (16) y la psicofisiología (16).

Se registran también cambios en los temas estudiados en los últimos 3 años. Hasta entonces, los tópicos principales (personalidad, motivación y psicología) tienen un desarrollo similar; seguidamente se produce una caída repentina y surge un mayor interés en la investigación de la ansiedad, el aprendizaje motor, y la cognición. La psicofisiología ha ido perdiendo a lo largo del tiempo la importancia que tuvo al principio.

Este desarrollo es debido probablemente también al cambio experimentado por la metodología, con un mayor uso de la experimentación.

Las conclusiones a las que llega el estudio de AGUERRI, al igual que GROVES et al., respecto a la nacionalidad de los autores, es que predominan los norteamericanos. Por otra parte, la especialización de los autores se ha ido desplazando desde la Educación Física hacia la Psicología.

En cuanto a los temas, el interés por el "rendimiento" ha permanecido constante, mientras que el interés por la "Personalidad" ha disminuido en los últimos 3 años.

Estos datos nos permiten situar el desarrollo de la Psicología del Deporte como ciencia, la cual habría pasado de una primera fase científica centrada en la descripción del sujeto (personalidad, motivación, psicología), a otra fase de interés por la aplicación práctica y la preparación psicológica de los atletas (ansiedad, aprendizaje motor, cognición), paralelamente al incremento e importancia de los trabajos llevados a cabo en diferentes países.

La motivación ha estado presente desde el principio, ocupando un lugar de importancia que se mantiene a lo largo del tiempo, pese al fuerte despegue de otras áreas. Actualmente sigue siendo un tema de primer orden, como componente esencial del rendimiento y como elemento clave para explicar el no abandono de la práctica deportiva.

3.- SITUACION ACTUAL

Parece conveniente distinguir dos momentos en el desarrollo de la psicología motivacional en el ámbito deportivo: (1) las primeras aportaciones y (2) los desarrollos más recientes.

3.1 - Primeras aportaciones.

Los planteamientos motivacionales presentes en las primeras contribuciones presentan ciertos rasgos distintivos que permiten hablar de dos corrientes: la europea y la norteamericana

Corriente europea

Se caracteriza, frente a la norteamericana, por la importancia que se otorga en los trabajos iniciales a la psicología de " el " deportista, " su " personalidad, " su " motivación, etc otorgando una importancia menor al rendimiento deportivo

Por otra parte, las investigaciones realizadas por autores Europeos se realizan más en centros universitarios que en instituciones no universitarias vinculadas al deporte, como institutos de educación física o centros de medicina deportiva. Debido en parte a esta razón, la investigación e intervención aplicada tuvieron inicialmente mucho mayor amplitud

El trabajo empirico en este campo parte, inicialmente, de la teoría de los rasgos y de otras formulaciones ya consolidadas, como las de MURRAY, ATKINSON o McCLELLAND.

Las primeras investigaciones consistieron en la aplicación a poblaciones de deportistas de distintos tests de personalidad (T.A.T., 16 P.F., etc.) para evaluar la motivación. Destacan en esta línea los trabajos de VANEK (1968, 1970) y VANEK y CRATTY (1970).

Con un enfoque más teórico, cabe destacar las aportaciones de: RUDIK (1965), influenciada por la Psicología Sovietica; BOUET (1969), inspirada en el concepto de necesidad de MURRAY; y de HECKHAUSEN (1963), que traslada al ámbito deportivo el estudio de la motivación en el rendimiento académico.

Aunque posterior, también cabe recoger aquí el " Modelo pluridimensional " de FEIGE (1976)

Corriente Norteamericana.

Se caracteriza por la importante vinculación inicial con trabajos sobre aprendizaje y desarrollo motor, así como por la importancia otorgada a la mejora del rendimiento en la actividad deportiva.

Asimismo, los trabajos se desarrollan casi en su totalidad en centros universitarios teniendo un peso importante la actividad académica.

La eclosión de la Psicología deportiva a finales de los 60 y principios de los 70, genera una gran profusión de investigaciones empíricas, fundamentalmente de laboratorio, dirigidas a difundir la Ley de Yerkes-Dodson, la teoría del "drive" y el papel del "arousal".

Las áreas principales del estudio son las siguientes.

- a) Deporte competitivo o de alto rendimiento, individual y por equipos.
- b) Aspectos evolutivos
- c) Actividad física en general
- d) Diferencias sexuales.

Por su influencia posterior se ha de destacar el modelo elaborado por D.S. BUTT en 1973

3.2. - *Desarrollos recientes*

Aunque hay diversidad de orientaciones, destacan sobre todo las de carácter cognitivo, al igual que ocurre en otros campos de la psicología (MAYOR y BARBERA, 1987). Podemos clasificar los principales desarrollos del modo siguiente:

Aproximaciones cognitivas

a.- Motivación intrínseca

Inspiradas en las investigaciones de DECI acerca de la conducta intrínsecamente motivada.

b.- Motivación de logro y atribución causal.

Parten de las teorías de HEIDER y WEINER sobre la atribución causal y el fomento de la motivación de logro.

c.- Motivación de competencia.

Proviene de los trabajos de WHITE sobre el constructo de la competencia.

d.- Motivación de incentivo.

Se basan en la línea de trabajo de ATKINSON y BIRCH.

e.- Motivación del establecimiento de metas ("goal setting").

Desarrollan las investigaciones de LOCKE sobre establecimiento de metas.

Aproximaciones conductuales

a.- Motivación de auto-eficacia.

Parten de la obra de BANDURA

b.- Orientaciones basadas en la teoría del refuerzo.

Constituyen aplicaciones de la teoría de SKINNER al ámbito deportivo.

BIBLIOGRAFIA

- AGUERRI, P (1986) The development of sports psychology as seen through the analysis of the first fifteen years of the " Journal " International Journal of Sport Psychology, 17, 87-89
- CANTON, E. (1989) Historia de la psicología del Deporte Curso de Postgrado de Psicología del deporte y la Actividad Física, Barcelona, publicación inédita
- CANTON, EE, PALLARES, J, MAYOR, L y TORTOSA, F (1989): Motivación en la actividad física y el deporte. En L MAYOR y F TORTOSA (Dirs) Ambitos de aplicación de la psicología motivacional Bilbao: Desclee de Brouwer (DDB)
- GARFIELD, C.A y BENNETT, H Z (1984): Peak performance. Los Angeles Tarcher.
- GROVES, D.L, HEEKIN, R y BANKS, C (1978) Content analysis. International Journal of Sport Psychology, 9, 1-6
- MAYOR, L y BARBERA, E (1987) Motivación cognitiva: teorías basadas en expectativas y valencias Psicologemas, 1 1 51-86
- SALMELA, J.H (1981) The world sport psychology sourcebook Ithaca, NY: Movement Publications