

APORTES DE LA PSICOLOGÍA LABORAL, EN POS DEL ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS EN FUTBOLISTAS PROFESIONALES.

Urtizberea Facundo Esteban

furtizberea@psico.unlp.edu.ar

Institución: Facultad de Psicología – UNLP.

Resumen

La práctica profesional de Fútbol, conlleva por parte del trabajador, la necesaria aplicación de competencias y factores de Inteligencia emocional, que le permitirán (eventualmente) alcanzar un deseado estándar de efectividad. Un apropiado programa de entrenamiento requiere de un aporte interdisciplinario que contribuya en el desarrollo, adquisición y optimización de dichas cualidades. En la actualidad, el mercado laboral del fútbol profesional en Argentina, se caracteriza por la premura en efectuar transacciones (preferentemente al exterior) y ello deviene en una alta tasa de rotación de los profesionales por los diversos clubes donde ejercen su ocupación. Este encuadre, dificulta el apropiado proceso de maduración, identificación y formación de los futbolistas. Muchos de ellos debutan en sus equipos o emigran hacia otras latitudes a muy temprana edad y sin un conocimiento apropiado de sus competencias, habilidades o lo que es aún peor sin un proyecto ocupacional acorde con su realidad.

El entrenamiento psicológico es una forma más del entrenamiento deportivo y por todo lo antes expuesto, considero que resulta de vital importancia instrumentar acciones en tal sentido, no solo con el plantel profesional sino también con aquellos que potencialmente puedan serlo dado que se encuentran en las divisiones inferiores de los equipos. En este trabajo nos proponemos explicitar el proceso de diseño e instrumentación de un programa de entrenamiento psicológico aplicado en un club de primera División A de la República Argentina. Nuestro principal objetivo es que los futbolistas profesionales aprendan técnicas y que las apliquen para mejorar sus habilidades psicológicas, tanto en los entrenamientos como en las instancias de competición. El programa de entrenamiento que describiremos a continuación, se encuentra aún en desarrollo y por ello no podemos hacer estimaciones definitivas de su impacto, sino que podremos exponer evaluaciones de proceso.

El fuerte apoyo de la dirigencia y el cuerpo técnico, nos permitió extender el programa de entrenamiento durante toda la temporada: Marzo a Noviembre del 2015. Se delimitó un trabajo individualizado (voluntario) y un trabajo grupal (obligatorio). El primero consiste en: recepción del

jugador (entrega del Cuadernillo de Presentación del Área de Psicología), evaluación psicológica (CPRD, entrevista) y la entrega de un informe personalizado sobre puntos fuertes y puntos a mejorar desde el punto de vista psicológico. El trabajo grupal se lleva a cabo mediante encuentros quincenales, donde se aplican técnicas tendientes a optimizar la relajación, motivación, concentración y la identificación con el grupo del trabajo y la institución en general. Se ha optado por incorporar el aprendizaje de aquellas técnicas, en la línea de lo realizado por autores como (Junichi y Hajime, 2007), que brindan herramientas al futbolista para afrontar diferentes situaciones deportivas y sociales que suponen situaciones de estrés. Se hicieron dos grupos, uno con los 23 profesionales (quienes ya tienen un contrato firmado) y otro con los 7 juveniles quienes si bien forman parte del plantel de primera división, aún no tienen contrato.

Para la valoración de los resultados obtenidos, seleccionamos un cuestionario específico para ello (Olmedilla y Andreu, 2008), en el que además se valoraba la satisfacción respecto al programa de Intervención. Por otro lado, se realizará una valoración psicológica (pre y post) de los futbolistas utilizando, el cuestionario *Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)* de Gimeno, Buceta y Llantada (2001), y una entrevista que profundizará en aquellos aspectos considerados relevantes de las respuestas al CPRD. Este cuestionario consta de 55 reactivos distribuidos en cinco factores: Control de Estrés, Influencia de la evaluación del rendimiento, Motivación, Habilidad Mental y Cohesión de Equipo. Se ha considerado la utilización de este cuestionario por ser uno de los instrumentos que mayor utilidad está mostrando en la evaluación de las características psicológicas implicadas en el rendimiento deportivo.

Como hemos mencionado con anterioridad, los resultados que podemos presentar son consecuencia de la evaluación de proceso. En principio y como punto de partida, el 70% de los profesionales presentaba indicadores por debajo de la media en alguna de estas variables: motivación, cohesión y gestión del estrés. La concurrencia a los encuentros individuales y voluntarios ha sido del 60% y ha superado las expectativas. El índice de satisfacción respecto del programa es del 78% y si bien no hay ponderaciones de cierre, los futbolistas expresan que les ha sido de gran utilidad en lo personal y en lo colectivo. Cabe mencionar que luego de un comienzo deficiente en el campeonato y luego de que fueran reemplazados dos cuerpos técnicos, el plantel ha logrado mejores niveles de compromiso y motivación lo que ha derivado en mejores resultados deportivos.

Palabras clave: Competencias laborales - Entrenamiento psicológico, Futbolistas profesionales, CPRD.

Abstract

Professional soccer practice, leads by the worker, the necessary application of skills and emotional intelligence factors, which will allow you to (eventually) reach a desired standard of effectiveness. A proper training program requires an interdisciplinary contribution to contribute in the development, acquisition and optimization of these qualities. Currently, the labor market of professional soccer in Argentina, is characterized by the haste in transactions (preferably abroad) and this becomes in a high rate of rotation of the professionals at the various clubs where they exercise their occupation. This framing, hinders the proper process of maturation, identification and training of the players. Many of them made their debut on their computers or migrate to other latitudes at an early age and without a knowledge of appropriate competencies, skills or what is even worse without an occupational project in line with its reality.

The psychological training is one form of sports training and for all of the foregoing, I consider that it is of vital importance to implement actions in this regard, not only with the professional staff, but also with those who may potentially be given that they are in the lower divisions of teams. In this work we aim to explain the process of design and implementation of a program of psychological training applied in a club in the primera Division A of the Argentina Republic. Our main goal is for professional footballers to learn techniques and applied them to improve their psychological skills, both in training and in instances of competition. The training program that will be described below, is still in development and therefore we cannot make definitive estimates of their impact, they can expose process assessments.

The strong support of the leadership and coaching staff, allowed us to extend the training program throughout the season: March to November of 2015. A individualized work (volunteer) and a group work (compulsory) was delimited. The first consists of: reception of the player (delivery of the presentation booklet of the Area of Psychology), a psychological assessment (CPRD, interview) and the delivery of a customized strengths and points to improve from the psychological point of view report. Group work is carried out through fortnightly meetings, where techniques aimed at optimizing the relaxation, motivation, concentration and identification with the Group's work and the institution in general. It opted to incorporate learning those techniques, in the line of what has been done by authors as (Junichi and Hajime, 2007), which provide tools to the footballer to face different sports and social situations involving stress. They were two groups, one with 23 professionals (who already have a signed contract) and another with 7 juveniles who even though they are part of the campus of first division, still have no contract.

For the assessment of the results obtained, we select a specific questionnaire for this purpose (Olmedilla and Andreu, 2008), in which also valued the satisfaction regarding the program of intervention on the other hand, will be held a psychological assessment (pre and post) players using, the questionnaire *Related psychological characteristics with the performance sports (CPRD)* Gimeno, Buceta and Llantada (2001) , and an interview that delve deeply into those aspects considered responses to the CPRD. This questionnaire consists of reagents 55 across five factors: stress Control, influence of the evaluation of performance, motivation, Mental ability and team Cohesion. We have considered the use of this questionnaire for being one of the tools most useful is showing in the evaluation of the psychological characteristics involved in athletic performance.

As mentioned previously, the results that we can present are consequence of the process evaluation. In principle, and as a starting point, 70% of professionals presented indicators below the average in any of these variables: motivation, cohesion, and stress management. Attendance at voluntary and individual matches was 60% and has exceeded expectations. It is worth mentioning that after a poor start in the Championship and after that were to be replaced two technical bodies, the campus has achieved higher levels of commitment and motivation which has resulted in best sports results.

KEY words: Competency - psychological training, professional footballers, *CPRD*.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Referencias:

Boado, M. (2005) Caracterización y perspectivas de la deserción estudiantil universitaria en Uruguay. Resumen del trabajo de Investigación descriptiva para IESALC titulada “Una aproximación al fenómeno de la deserción estudiantil universitaria en Uruguay”.

Boado, M. (2005) Una aproximación a la deserción estudiantil universitaria en Uruguay. Disponible en: <http://www.iesalc.unesco.org.ve/programas/desercion>. (consultado 3/7/09).

Castaño E., Gallón, S., Gómez, K. & Vásquez, J. (2003) Determinantes de la deserción estudiantil en la Universidad de Antioquía. Centro de Investigaciones Económicas. CIE

Chalabe, R; Perez, L. & Truninger, E.. (2004) Reflexiones sobre la deserción universitaria. Trabajo presentado en el IV Encuentro Nacional y I Latinoamericano. La Universidad como objeto de investigación. Tucumán. Argentina

Donoso, S. & Schiefelbein, E. (2007) Análisis de los modelos explicativos de retención en estudiantes en la Universidad: Una visión desde la desigualdad social. Estudios Pedagógicos XXXIII, Nº 1: 7-27,

Gavilán, M. (2006). La Transformación de la Orientación Vocacional: Hacia un nuevo paradigma. Rosario: Homo Sapiens.

Himmel, E. (2002). Modelos de análisis para la deserción estudiantil en la educación superior. Calidad de la Educación. 2º semestre. 91-107.

Latiesa, Margarita, (1992) La deserción universitaria: Desarrollo de la escolaridad en la enseñanza superior. Éxitos y fracasos. Siglo XXI: Madrid.

Porto, Alberto (2007) Mecanismos de Admisión y rendimiento académico de los estudiantes Universitarios. Estudio Comparativo para estudiantes de Ciencias Económicas. La Plata: Edulp.

Tinto, V (1992). El abandono de los estudios superiores: una nueva perspectiva de las causas del abandono y su tratamiento, en Cuadernos de Planeación Universitaria , 3 a . Epoca, Año 6, N° 2, Octubre.