

HISTORIA DE LA PSICOLOGIA DEL DEPORTE EN ESPAÑA

Los inicios de la Psicología del Deporte (PD) en España se localizan en los años 60.

En estos primeros años las contribuciones mayoritariamente proceden del entorno de la medicina. El dinamizador es el *Centro Médico Deportivo Juvenil* de Barcelona donde se comienza a realizar una evaluación psicológica de los deportistas. Además en este centro, se crea el primer laboratorio de psicología del deporte español y es donde se publican los primeros trabajos teóricos y empíricos sobre psicología y deporte.

A nivel individual, curiosamente, las primeras aportaciones a la PD no provienen de profesionales de la psicología. José María Cagigal, que dejó escritos libros muy importantes, era filósofo y doctor en educación física; Josep Roig Ibáñez, director del Centro médico deportivo juvenil, era pedagogo y Josep Ferrer Hombravella, psiquiatra. Estos tres pioneros de la PD en España tuvieron una participación muy activa en el I Congreso Mundial de Psicología del Deporte de Roma en 1965.

Durante los años 70 se produce un hito importante al celebrarse en Madrid el III Congreso mundial de psicología del deporte que tuvo una mayor significación social que científica e investigadora. En estos años, la PD se mantiene viva en los institutos nacionales de educación física (INEF), de Barcelona y Madrid.

En los años 80, se constituyen las bases de la PD, produciéndose un progreso importante en lo que se refiere a **enseñanza** e **investigación**.

ENSEÑANZA DE LA PD EN ESPAÑA

AÑOS 80

Se celebra el *Coloquio Internacional de psicología del deporte* teniendo, a partir de ese momento, una mayor presencia los contenidos de PD en el contexto docente español.

La PD se integra en los Institutos nacionales de educación física (INEF) como materia docente.

En algunas facultades de psicología la PD se introduce como asignatura en los planes de estudio y aparece en algunos programas de doctorado.

Emergen en las Universidades Autónomas de Madrid y Barcelona los primeros másters de PD.

AÑOS 90

Se crea el Master de la UNED en Madrid.

En la actualidad, existe un amplio desarrollo de la psicología del deporte como materia impartida en los INEFs y Facultades de Psicología de distintas universidades españolas. Igualmente se han afianzado los master más tradicionales y se han instituido algunos Cursos de Especialistas y Expertos en PD.

Como formación en PD en España existen estudios de especialización en Psicología deportiva que se pueden cursar en programas de tercer ciclo de postgrado, master o doctorado.

INVESTIGACIÓN DE LA PD EN ESPAÑA

Durante los años 80 los estudios que se realizan son de laboratorio, fundamentalmente relacionados con el aprendizaje motor.

También van surgiendo los primeros libros de autores españoles, destacando sobre todo *Introducción a la psicología del deporte* de J. Riera.

A finales de estos años existen algunas tesis doctorales de variada temática sobre la PD.

Se celebra el I Congreso Nacional de Psicología de la Actividad física y del Deporte en Esplugues de Llobregat (Barcelona) en 1986.

Años 90

Surge la *Revista de Psicología del deporte* (1992), primera revista de esta materia publicada en castellano. La revista es editada por la Universidad de las Islas Baleares y la Universidad Autónoma de Barcelona.

Además, se produce un incremento cuantitativo y cualitativo de las investigaciones (tesis, tesinas, etc.).

En estos momentos, el panorama científico español en PD está sin lugar a dudas bastante consolidado, basándose esta afirmación en la publicación de manuales y artículos de carácter internacional, así como en la amplia participación de psicólogos del deporte en congresos nacionales e internacionales.

Asimismo, en estos últimos años se crea la revista *Cuadernos de Psicología del Deporte* (2001) editada por la Universidad de Murcia.

APLICACIÓN DE LA PD EN ESPAÑA

En la década de los años 80 es cuando se produce la incorporación de los primeros psicólogos deportivos al trabajo aplicado en instituciones públicas, siendo bastante menor la práctica privada en clubes.

Durante los años 90 se produce un impulso decisivo en la PD, un crecimiento en cuanto a la versión aplicada de la PD.

Es en el año 1992, en los Juegos Olímpicos de Barcelona dónde los psicólogos deportivos realizan asesoramiento e intervienen en diferentes federaciones y selecciones nacionales.

Desarrollo Aplicado

España no es ajena a la evolución histórica que ha existido en la PD. Inicialmente se realizaban estudios de laboratorio y descriptivos para después evolucionar, en estos últimos años, hacia la realización de programas de entrenamiento psicológico y programas aplicados a diversas áreas.

Actualmente, la intervención psicológica va enfocada mayoritariamente hacia los deportistas pero no exclusivamente, ampliándose su aplicación a todas las personas que forman parte del contexto deportivo.

Intervención directa con los DEPORTISTAS

El entrenamiento psicológico se debe desarrollar basándose en las demandas psicológicas de cada situación deportiva y supeditada a las necesidades específicas de cada deportista.

Algunos centros públicos (CAR o el CEARE), fueron los pioneros en la elaboración de programas de entrenamientos psicológicos individualizados en deportes como el atletismo, la vela, la natación sincronizada o el jockey de hierba.

A partir de 1992 ha existido una gran demanda de algún tipo de preparación psicológica por parte de las federaciones de fútbol, ciclismo, baloncesto femenino o deportes de invierno.

En cuanto a la aplicación psicológica en deportistas de clubes están más documentados los trabajos llevados a cabo con deportistas jóvenes que los realizados con profesionales.

Intervención indirecta sobre los demás miembros del “pentágono” de la iniciación deportiva, entrenadores, padres, directivos y árbitros, partes fundamentales del entorno deportivo.

- Con los ENTRENADORES

Conviene destacar la relevancia fundamental que tiene la formación psicológica que reciben los entrenadores en los diferentes cursos de las respectivas federaciones.

Asimismo, existen varias posibilidades para los psicólogos deportivos, el asesoramiento a entrenadores del deporte de base, pero también a los entrenadores profesionales.

Más específicamente, el psicólogo puede aconsejar al entrenador en el control de las variables psicológicas del rendimiento deportivo, en el estilo de toma de decisiones, el estilo de liderazgo o aspectos relacionados con la transmisión de información entre otros.

También existe la posibilidad de asesorar a entrenadores de deportistas jóvenes para que gestionen eficazmente sus relaciones con los padres y las madres de sus jugadores (Gimeno, 2000).

- Con los PADRES de los DEPORTISTAS

Un ejemplo de programa de asesoramiento:

Asesoramiento a padres para que conozcan las tareas que les son propias en la iniciación deportiva (Cruz y cols, 2001).

- Con ÁRBITROS y JUECES DEPORTIVOS.

Los psicólogos deportivos pueden:

Contribuir, junto con otros profesionales, en la modificación de los reglamentos deportivos.

Disponer psicológicamente a los jueces deportivos y a los árbitros.

Orientar psicológicamente en 4 características psicológicas, que se han considerado clave por los diferentes expertos, a los árbitros y los jueces:

- La concentración y la toma de decisiones.
- El estilo de comunicación.
- La auto-confianza.
- El autocontrol emocional.

-
- Con las ORGANIZACIONES y los DIRECTIVOS DEPORTIVOS.

Los aspectos fundamentales de asesoramiento psicológico son los vinculados con la gestión de recursos humanos del club para conseguir las metas deportivas establecidas. En concreto, la ingeniería de recursos humanos y el comportamiento organizacional.

Además, la PD también puede tener una aplicación con la POBLACIÓN GENERAL. En este contexto algunas de las funciones básicas del psicólogo deportivo pueden ser, esquematizar algunas estrategias para la iniciación y el cumplimiento de programas de entrenamiento físico o valorar los efectos de la actividad y el ejercicio físico en la salud de las personas. Siendo el objetivo último la promoción en la población de pautas de actividad física y estilos de vida saludables.

En estos **últimos años** indudablemente se ha producido un afianzamiento y desarrollo de la PD que se ha traducido, por ejemplo, en un incremento de los psicólogos deportivos o en la realización de publicaciones de contenido más aplicado.

Para terminar, conviene mencionar el **ASOCIACIONISMO** en PD, siendo la pionera la Asociación Catalana de Psicología del Deporte (ACPE) en 1983. Esta asociación organizó el 1er Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte en el año 1986.

En 1987 surge la Federación Española de Asociaciones de Psicología del Deporte y de la Actividad Física constituyéndola inicialmente las asociaciones de Andalucía, Baleares, Canarias, Cantabria, Cataluña, Galicia, Madrid, Navarra, País-Vasco y Valencia.

A nivel externo esta asociación es miembro de la Internacional Society of Sport Psychology (ISSP).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Dosil, J. (2004): *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. CAP. 2 Acercamiento a la historia de la psicología de la actividad física y del deporte.

Garcés de los Fayos, E.J.; Olmedilla A; Jara, P. (2006): *Psicología y deporte*. CAP 1 Psicología del deporte: Desarrollo histórico y perspectivas de futuro.

Dosil, J. (2007): *El psicólogo del deporte. Asesoramiento e intervención*. CAP. 1 Aplicaciones de la psicología deportiva en España; Cruz, J.