

## **MANEJAR LA INFORMACIÓN DE LOS "MASS MEDIA". UNA PROPUESTA DE TRABAJO PRÁCTICO CON DEPORTISTAS Y TÉCNICOS.**

El deporte, en sus distintas especialidades, ha ido teniendo progresivamente mayor seguimiento por parte de los medios de comunicación de masas. Ésta es una de las principales razones de la enorme repercusión social que tiene el deporte actualmente. Un buen ejemplo de ello fue la reciente Olimpiada de Pekín. Televisión Española dio, por primera vez, retransmisión las 24 horas.

Hablar de fútbol profesional y no hablar de medios de comunicación de masas nos daría una idea sesgada de éste deporte. El impacto que tienen los medios sobre el fútbol y su entorno pasa a convertirse en un ingrediente más en la práctica del deporte mismo. Por ello, como profesionales de la psicología aplicada a la actividad física y el deporte, recomendamos el entrenamiento en el manejo de la información emitida y recibida por los deportistas y técnicos. No olvidemos que las habilidades psicológicas se adquieren o perfeccionan igual que las físicas, técnicas o tácticas, con entrenamiento específico.

A continuación presentamos el contenido de la ficha que pretende servir de guía básica para el trabajo práctico de ésta cuestión. Una ventaja adicional de la misma es que puede utilizarse tanto de forma individual como en colectivo (preferiblemente en grupos pequeños y no con la plantilla completa).

**LA INFORMACIÓN Y LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN TUS RESPUESTAS:**

1. Cuando te pregunten elige a qué parte de la pregunta quieres responder.  
Contesta al aspecto que más te interese.
2. Practica el "disco rayado" cuando se insista sobre algo que ya has comentado o no quieres dar más información de la que ya diste. Repite tranquilamente lo dicho con otras o las mismas palabras.
3. Con tus respuestas puedes hacer dos cosas:
  - DAR TU OPINIÓ- "Creo que el equipo está unido".
  - DAR DATOS- "Hoy tenemos doble sesión de entrenamiento".
4. Puedes utilizar "frases hechas" GENERALES como- "tenemos que seguir trabajando en ésta línea" o CONCRETAS como- "los errores defensivos se pagan caros".
5. Tu actitud al hablar puede ser:
  - INFORMATIVA- de dar información
  - FORMATIVA- de enseñar algo
  - ANECDÓTICA- contar algo divertido o curioso

En este primer apartado se recogen un breve análisis y algunas recomendaciones sobre cómo se puede responder a las preguntas de los medios de comunicación apuntadas por Alex García-Mas en diversos trabajos. Las tablas siguientes consisten en una reflexión previa sobre el impacto de la información que recibimos de los medios y unas pautas para exponernos a ella de forma crítica y racional. El objetivo de éstas últimas es que, si decidimos exponernos a la información que se divulga públicamente, lo hagamos con un cierto control sobre el impacto que pudiera tener sobre nosotros. Estas recomendaciones no pretenden ser exhaustivas ni tampoco un axioma sobre cómo recibir o manejar la información de los medios. Tan solo son una propuesta de trabajo práctico.

## CUANDO VES, ESCUCHAS O LEES: "ANÁLISIS CRÍTICO DE CONTENIDO"

1. Antes de ver, oír o leer noticias deportivas decide si estás dispuesto a pagar el precio que vale que te decepciones. Es más probable que te haga daño, ¿merece la pena arriesgarse? Pones mucho en juego. Decide antes.
2. Los medios utilizan la información para sus fines, no puedes "tragártela" tal como viene. Si vas a verla, oírla o leerla prepárate para analizarla y ser crítico con ella.
3. Si decides exponerte a "la información" de los Medios. A continuación tienes un ejercicio que te puede ayudar a planteártela de manera crítica y ayudarte a encajarla.

### CÓMO HACERLO:

- Elige un artículo y léelo con la lista de categorías al lado. Subraya cada mensaje del texto y anota a qué categoría corresponde.
- El periódico tiene que ser de la región.
- Para empezar lee sólo un artículo. Cuando hayas practicado la estrategia hazlo con cada uno que leas. Cuando la domines no será necesario que subrayes y anotes.
- Al principio haz esto con noticias que leas. El texto es un papel y lo controlas tú. Puedes leerlo o dejarlo.
- Más adelante: cuando veas u oigas cualquier noticia o comentario tienes que esforzarte por meterlo inmediatamente en alguna de las categorías.
- Puedes utilizar éstas categorías u otras que prefieras poner tú. Lo segundo sería más interesante.
- Éste ejercicio puede hacerse entre dos: con un compañero, con tu mujer, con tu madre,...

***Nota Importante: Al principio tiene que costar, con la práctica se hace más racional y automático.***

## CATEGORÍAS PARA EL "ANÁLISIS CRÍTICO DE CONTENIDO":

### DESDE EL QUE ESCRIBE

1. Datos
2. "Lo sé de buena tinta..."
3. "Tengo mis propios intereses y se me ve el plumero"
4. "Me muero de la envidia!"
5. "Soy periodista y me gusta..."
6. Crítica constructiva
7. "Da igual lo que hagas... nunca estará bien"
8. "Qué gracioso soy!"
9. Apoyo incondicional

### DESDE MI

10. "Puede ser, pero no está en mi mano resolverlo"

Como puede verse, la ficha contiene indicaciones para que el deportista pueda elaborar sobre ella de forma autónoma. Alternativamente, puede realizarse un trabajo de psicoeducación y reestructuración con el psicólogo del deporte. Éste último, tomando la ficha como referencia para una elaboración más en profundidad. Con objeto de facilitar el trabajo el anexo recoge la ficha en formato de díptico para imprimir a doble cara.

15 de Junio de 2009