

CUADERNOS ACADÉMICOS

Psicología

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE CUBANA, UNA CIENCIA DE TERRENO



DR. C. JULIO ARTURO ORDOQUI BALDRICHE (La Habana, 1983). Licenciado en Psicología (2007). Máster en Psicología del Deporte (2021). Doctor en Ciencias Psicológicas (2019). Investigador Auxiliar del Instituto de Medicina del Deporte y psicólogo del equipo nacional de boxeo de Cuba.

DR. C. LUIS GUSTAVO GONZÁLEZ CARBALLIDO (La Habana, 1952). Licenciado en Psicología (1974). Doctor en Ciencias Psicológicas (1989). Investigador y Profesor Titular del Instituto de Medicina del Deporte y Presidente de la sección Deportes de la Sociedad Cubana de Psicología.

DRA. C. KLENCY GONZÁLEZ HERNÁNDEZ (La Habana, 1979). Licenciada en Psicología (2002). Máster en Psicología Educativa (2008). Doctora en Ciencias Psicológicas (2016). Investigadora y Profesora Titular de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Vicedecana de Posgrado y Relaciones Internacionales.

MSc. ANELIN DAIRYS RODRÍGUEZ OLIVERA (Matanzas, 1989). Licenciada en Psicología (2012). Máster en Psicología del Deporte (2016). Investigadora Agregada y Profesora Asistente del Instituto de Medicina del Deporte. Psicóloga del equipo nacional de judo.

MSc. CÉSAR ALEJANDRO MONTOYA ROMERO (Santiago de Cuba, 1980). Licenciado en Psicología (2005). Máster en Psicología Clínica (2019). Investigador Auxiliar del Instituto de Medicina del Deporte y psicólogo del equipo nacional de béisbol de Cuba.

**PSICOLOGÍA DEL DEPORTE CUBANA,
UNA CIENCIA DE TERRENO**

Julio Arturo Ordoqui Baldriche
Luis Gustavo González Carballido
Klency González Hernández
Anelin Dairys Rodríguez Olivera
César Alejandro Montoya Romero

Derechos © 2024 Ocean Press y Ocean Sur

Derechos © 2024 Julio Arturo Ordoqui Baldrice, Luis Gustavo González Carballido,
Klency González Hernández, Anelin Dairys Rodríguez Olivera, César Alejandro Montoya
Romero

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida,
conservada en un sistema reproductor o transmitirse en cualquier forma o por cualquier
medio electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o cualquier otro, sin previa autorización
del editor.

ISBN: 978-1-923074-45-3

Primera edición 2024

PUBLICADO POR OCEAN SUR
OCEAN SUR ES UN PROYECTO DE OCEAN PRESS

E-mail: info@oceansur.com

DISTRIBUIDORES DE OCEAN SUR

América Latina: Ocean Sur • E-mail: info@oceansur.com

Cuba: Prensa Latina • E-mail: plcomercial@cl.prensa-latina.cu

EE.UU., Canadá y Europa: Seven Stories Press

• 140 Watts Street, New York, NY 10013, Estados Unidos • Tel: 1-212-226-8760

• E-mail: sevenstories@sevenstories.com

ocean
sur



www.oceansur.com
www.facebook.com/OceanSur

ÍNDICE

Prólogo	1
Introducción	6
Encuadre de tarea y carácter interdisciplinario de la Psicología del Deporte	9
La evaluación en la preparación mental: control psicológico del entrenamiento	14
El estudio de la autovaloración	20
Autovaloración y antecedentes	21
Adecuación autovalorativa y su dimensión procesal en el deporte	26
Consideraciones finales	61
Referencias bibliográficas	63

NOS PUEDES ENCONTRAR EN DIFERENTES LIBRERÍAS EN LA HABANA

Prado N° 553, e/ Teniente Rey
y Dragones, Habana Vieja.

f **LibreríaAbrilCuba**



LIBRERÍA CUBA VA

Calle 23 esq. a J,
Vedado.

Prólogo

Cada vez que inicia un curso escolar, cuando comienzo clases con el primer año de la carrera de Psicología, tras habernos presentado y compartido un poco sobre quiénes somos, les pido que analicen el siguiente refrán: «Árbol que nace torcido, jamás su tronco endereza». Siempre hay una mayoría que argumenta por qué es cierto el refrán, y otra que dice que a medias. Es entonces cuando comienza mi más vehemente defensa del ser humano y el porvenir, argumentando por qué no es cierto. Si bien muchas condicionantes de la historia individual, grupal y social entran e invitan a reproducir comportamientos, otros tantos espacios de socialización, grupos, personas pueden redefinir, redimensionar el camino. Por eso existe nuestra ciencia, o al menos, la ciencia cubana con la que yo me identifico.

En esa misma primera clase analizamos otra afirmación, atribuida a Sartre, que es parte de un texto de la bibliografía básica de la asignatura: «Somos lo que seamos capaces de hacer con lo que han hecho de nosotros». En ese caso, el énfasis radica en el papel de las decisiones individuales, indefectiblemente vinculadas a nuestra historia. Entonces, de casi simpática manera, esos mismos estudiantes defienden cómo todo depende del individuo en cuestión. Es el momento en el que voy introduciendo situaciones dilemáticas y conflictivas en las que esas decisiones no son tan fáciles de tomar. Unas, por las complejidades de la situación; otras, por la incapacidad de los sujetos de tomar decisiones porque les faltan recursos psicológicos para poder

hacerlo, y otras, porque existen constreñimientos estructurales, procedimentales, políticos, que lo impiden. Tomar decisiones no siempre es fácil.

Y, finalmente en esa misma clase, indago su representación de los profesionales de la Psicología. La más compartida es aquella íntima, cara a cara, de uno a uno, del espacio clínico. Presento entonces a la ciencia que estudia las subjetividades, allí donde hay sujetos –en condición individual o grupal–. Es su responsabilidad estar no solo para «ayudar a resolver» situaciones vividas con displacer sino también promover bienestar, actuando en diferentes ámbitos y niveles.

Los 10 cuadernos académicos que forman parte de esta colección se han elaborado pensando especialmente en estudiantes de Psicología y de ciencias afines. Presentan temáticas actuales de nuestra ciencia y profesión. Se corresponden con temas sociales, en su mayoría tesis doctorales de sus autores, o con trabajos sostenidos en las materias en cuestión, resultado de diferentes demandas institucionales, empresariales, grupales. No son todos los temas ni autores que, desde la Psicología, tienen algo que compartir teórica, metodológica o prácticamente. Somos, en este caso, profesores de la Universidad de La Habana; con una obra que se utiliza en la docencia –pero que no cuenta con bibliografía sistematizada en un solo texto, para ser ofrecida al estudiantado– y que coloca el énfasis en la comprensión y el impacto social de la Psicología.

A pesar de haber intentado homogeneizar el estilo de la propuesta, con la realización de un taller de autores previo a la entrega final del manuscrito, se presenta una colección heterogénea. Así somos, esperamos que esta diversidad te sea de disfrute y utilidad.

Todos los cuadernos de esta colección muestran una Psicología:

- que se nutre de muchos referentes, porque multicondicionada es la subjetividad. Que impele a vivir.
- que tiene que estar actualizada, sensible, porque el contexto cambia muy rápidamente. No asume nada como permanente.
- que transita por caminos desafiantes porque muchos desafíos se presentan en nuestras propias vidas, en el trabajo de campo, en los análisis de la información, en las prácticas preprofesionales. Es posible gestionarlos.
- que desempeña un rol en diversos ámbitos, temas. No está solo en una consulta.
- que reconoce la heterogeneidad y la desigualdad social de nuestro país, pero no la naturaliza. Defiende la justicia social.
- que transforma, hace. No está para contemplarse, narcisistamente; ni para contemplar de manera pasiva.

Y que es una Psicología hecha por mujeres y hombres, adultos y jóvenes. Por eso tu lectura crítica, comprometida, que contribuya a tus ejercicios de curso, al desempeño de tu rol dentro de la Federación Estudiantil Universitaria, entre otros, cuenta.

Sus autoras y autores, tus profes, la hemos redactado en medio de escaseces, apagones, enfermedades, pérdidas. También con compromiso, ilusión, alegría. Ojalá eso lo puedas sentir.

Finalmente, quiero despedirme compartiendo una canción de Silvio Rodríguez, que mucho me dice siempre, más en estos momentos. La compartí como intertexto de mi discurso a la

4 Psicología del Deporte cubana, una ciencia de terreno

graduación de mis primeros estudiantes de Psicología, en el año 2006. ¡Deseo que la Psicología sea para ti, canción!

*En el borde del camino hay una silla,
la rapiña merodea aquel lugar.
La casaca del amigo está tendida,
el amigo no se sienta a descansar.
Sus zapatos de gastados, son espejos
que le queman la garganta con el sol.
Y a través de su cansancio pasa un viejo
que le seca, con la sombra, el sudor.*

(...)

*El que tenga una canción tendrá tormenta,
el que tenga compañía, soledad.
El que siga buen camino tendrá sillas
peligrosas que lo inviten a parar.
Pero vale la canción buena tormenta,
y la compañía vale soledad.
Siempre vale la agonía de la prisa,
aunque se llene de sillas la verdad.*

*Daybel Pañellas Álvarez
Coordinadora
Abril de 2024.*

OCEAN SUR EN LA WEB

UNA EDITORIAL LATINOAMERICANA

www.oceansur.com
www.facebook.com/OceanSur

Un amplio e interactivo catálogo de publicaciones que abarca textos sobre la teoría política y filosófica de la izquierda, la historia de nuestros pueblos, la trayectoria de los movimientos sociales y la coyuntura política internacional.

Ocean Sur es un lugar de encuentros.



Introducción

Referirse a la evolución de la Psicología del Deporte en Cuba, a lo largo de casi 60 años de existencia, exige un análisis del contexto en que se introdujo su estudio y capacitación en la Escuela Superior de Educación Física Manuel Fajardo, bajo la orientación y liderazgo científico de psicólogos y entrenadores provenientes del desaparecido campo socialista.¹ Aquellos intercambios bilaterales permitieron que destacados especialistas de Europa del Este instruyeran a profesionales cubanos y que, algunos de estos últimos —relevantes autores y profesores a lo largo de su carrera—, obtuvieran sus grados científicos en universidades e institutos soviéticos. Hasta aquí, hay una génesis común con la mayoría de las ciencias aplicadas a partir de 1959 en Cuba, sus procesos de gestión y la voluntad política de su desarrollo.

No fue forzada la asesoría del bloque soviético, se aprendió con algunos de los mejores. Este gremio exhibía una sólida práctica profesional y cuidadosos diseños de investigación ajustados a las demandas del entrenamiento, cuyas acertadas direcciones de trabajo también se constataban en resultados deportivos internacionales y, por supuesto, en el creciente y valioso número de materiales publicados.

¹ Francisco García: *Formación y Psicología del Deporte Profesional en Cuba*.

Obras como *Psicología del Deporte* de Chernikova en 1958, *Psicología* de Rudik en 1957, *Psicología de la educación física y el deporte* de Rudik en 1960, y *Ensayos de Psicología del Deporte* de Puni en 1959 establecieron sistemas teóricos y metodológicos sobre la base de resultados científicos, para conducir la preparación psicológica del deportista de alto rendimiento, proceso subordinado a los principios y planificación del entrenamiento deportivo. Esta última idea será desarrollada más adelante en este texto.

Algunos de los manuales de Psicología de la actividad física y el deporte y artículos científicos más difundidos, reconocen el impacto de la obra de Macak en 1962, Vanek en 1963, Meinel en 1960, Kunath en 1963, y Vanek y Cratty en 1970. Los antes mencionados, junto a otros, conforman un grupo de autores que marcaron pautas en la denominada etapa de consolidación de la Psicología del Deporte, próximos a la realización del Primer Congreso Mundial organizado en Roma.²

De regreso al escenario cubano, la creación de un departamento de Psicología en los años 1973 y 1974 en el Instituto de Medicina del Deporte marcó un hito en la aplicación de esta ciencia en los deportes y equipos nacionales. Tal decisión contribuyó a la consolidación de conceptos de la preparación deportiva en equipos multidisciplinarios y constituyó un nuevo motivo de identidad para el joven gremio.

Los orígenes de las prácticas académicas y profesionales, sus causas y contribuciones en la estructuración de una

² Richard Cox: *Psicología del deporte*; Joaquín Dosil: *Psicología de la actividad física y el deporte*; Eugenio Pérez y Omar Estrada: «Historia de la Psicología del Deporte»; Robert Weinberg y Daniel Gould: *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico*.

Psicología del Deporte científica, operacional y aplicada —principalmente al alto rendimiento deportivo— están disponibles para lectores interesados en particularizar autores, aportes, hechos y enfoques epistemológicos de partida.³ No constituye un tema acabado o desprovisto de disonancias entre investigadores.

³ Francisco García: *Psicología del Deporte. Enfoque cubano*; Francisco García: «Historia y actualidad de la Psicología del Deporte en Cuba»; Misael González: «Breve bosquejo histórico acerca de la psicología cubana, desde una perspectiva del Instituto Superior de Cultura Física»; Laura Rojas: «Psicología del Deporte en Cuba. Las posibilidades de la subjetividad».

Encuadre de tarea y carácter interdisciplinario de la Psicología del Deporte

Un contexto dominado por ciencias de corte positivista como la Medicina, Fisiología, Biomecánica y las propias ciencias de la Cultura Física y el Deporte, no frenaron la incorporación de la Psicología ni la obligaron a renunciar al contenido psicológico del deportista; a pesar de las ideas de ciertas comunidades académicas (¿academicistas?) que —desde fundamentos legítimos pero radicales— defendían su pulcritud y manera de hacer Psicología de un modo más subjetivo, narrativo, etc.

El contexto de las ciencias aplicadas al deporte en Cuba ha estimulado en la Psicología la construcción de modelos comprensivos propios e instrumentos ajustados a su campo de estudio,⁴ alternando enfoques positivistas, dialécticos y fenomenológicos (casuísticos), complementos indispensables de la preparación psicológica.

Hay que diferenciar el desarrollo de la ciencia y la práctica de sus profesionales. En no pocas ocasiones la adherencia a

⁴ René Barrios: *Elaboración de un instrumento para evaluar estados de ánimo en deportistas de alto rendimiento*; Liliana del Monte: *Autovaloración y dinámica de autoperfeccionamiento en deportistas cubanos de combate de alto rendimiento*; Francisco García: *Autovaloración y rendimientos deportivos en jugadoras de voleibol*; Luis González: «Enfrentamiento al stress competitivo en atletas de alto rendimiento»; Luis González: *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento ante el reto competitivo*; Luisa Vidaurreta: *Comportamiento táctico del Baloncesto Femenino cubano de Alto Rendimiento (1974-2000). Gestión por la rapidez mental*.

enfoques únicos, la entropía epistemológica, el limitado acceso a la información, problemas en los sistemas de capacitación, etc. impiden el aprovechamiento del arsenal teórico-metodológico acumulado (ciencia \neq profesión).

La definición de variables psicológicas en los procesos del aprendizaje deportivo, el perfeccionamiento técnico, las manifestaciones subjetivas particulares en las circunstancias de las competencias, los fenómenos psicosociales que intervienen en el funcionamiento de los equipos deportivos, entre otros aspectos, distinguieron desde su génesis tres áreas claves de desempeño de los profesionales de la Psicología: la labor de preparación psicológica dirigida a los deportistas, la investigación científica y en tercer lugar la docencia, en interdependencia metodológica y estructural.

Es, y sigue siendo vital, brindar cobertura psicológica a los deportistas, cuya instrumentación depende de la preparación del capital humano y profesional, erigida sobre una práctica científica diversa, esencialmente positivista en su aplicación pero con predominio fenomenológico y dialéctico en su interpretación. Por eso se afirma que la Psicología del Deporte se encuentra inequívocamente en una posición interdisciplinaria, dialógica, sistémica y multimetódica, «obligada» a definir su objeto de estudio con especial cuidado y fundamentar constantemente sus métodos, encontrando —en aparente paradoja— que muchas de las respuestas a sus preguntas requieren un vínculo posterior de sus variables con otras de la actividad.

La acumulación de suficiente material científico en el terreno del deporte ha permitido comprender las peculiaridades de la actividad física y los modos en que se manifiestan características y estados psicológicos vinculados al desarrollo muscular y químico del organismo. Ninguna otra actividad humana persi-

que como objetivo romper la homeostasis o estado de equilibrio funcional de los diferentes sistemas del organismo humano, agotando las fuentes energéticas, es decir provocando intencionalmente un menoscabo en su compleja actividad endocrina y nerviosa central para lograr el desarrollo. En otras actividades la fatiga se manifiesta como consecuencia no deseada de la ejecución, mas no como su objeto. Una premisa de este material es la definición de cuatro condiciones que distinguen las demandas que el deporte impone a los practicantes:

1. Intensa actividad muscular y fisiológica (estrés físico y fatiga).
2. Dimensión temporal de la ejecución (déficit de tiempo).
3. Rivalidad deportiva estructural (siempre hay un oponente que derrotar, o se emula consigo mismo).
4. Amplia evaluación social a la que están expuestos los resultados de la actividad, tanto más en la medida que se asciende en la profesionalización.

Es interesante cómo estos rasgos de la actividad física y el deporte requieren especialización en los modelos comprensivos, metodologías e intervenciones en las condiciones de entrenamientos y competencias. El alcance del rol, la capacidad de las herramientas, las relaciones profesionales a lo interno del colectivo técnico posicionan a las ciencias aplicadas al deporte en un escenario de definiciones y retos.

Tomando como base trabajos de Bleger y la experiencia cubana en la labor de preparación psicológica, se definió el término encuadre de la tarea como la forma en que se debe estructurar el trabajo para que la actuación del psicólogo o la de otros vinculados a ella no interfieran en los objetivos que se

persiguen. Este encuadre se instrumenta mediante un conjunto de operaciones y condiciones que conducen a la mejor obtención de informaciones y a la aplicación de intervenciones psicológicas efectivas.

Los aspectos que aseguran un efectivo encuadre de la tarea son: 1) garantía de la efectividad de sus funciones, 2) expectativas de su labor; 3) naturaleza de las relaciones entre los participantes en el proceso, 4) compromiso emocional y 5) relaciones con otros especialistas y profesionales.⁵ Por otra parte, desarrollando las aristas éticas del trabajo del psicólogo del deporte se ha expresado que el encuadre de la tarea responde al enfoque social e institucional que se adopte, tomando como primera aproximación la autoconciencia del psicólogo acerca de su relación con la institución para la cual trabaja: por iniciativa de ella o por mandato de autoridades superiores.⁶

A los psicólogos corresponde la aplicación del control psicológico del entrenamiento, psicodiagnóstico deportivo y la intervención psicológica (con nombres y apellidos). Por su parte, los entrenadores desarrollan la labor psicopedagógica rectora, asumiendo acciones específicas desde los medios y métodos del aprendizaje y perfeccionamiento deportivo; estimulan la aparición de estados, actitudes, emociones, reflexiones; intencionan liderazgos, etc., solo que lo hacen desde su sistema de estímulos principal: la carga de entrenamiento. Esta última es más que un estímulo físico, es un contenido pedagógico complejo, con implicaciones en todos los sistemas, incluyendo la psiquis.

Un ejemplo puede ilustrar la manera en que desde los medios y métodos de entrenamiento se generan impactos psi-

⁵ Francisco García: «La Psicología del psicólogo del Deporte».

⁶ Luis González: «Algunas tareas de terreno de un psicólogo en atletismo».

cológicos intencionados: la realización de un salto de compleja ejecutoria para un clavadista a diez metros de altura, cuando la última experiencia condujo a una equivocada maniobra y dolorosa caída, puede caracterizarse por emociones de ansiedad y estados de miedo.

Al percatarse de la resistencia y el temor en su deportista, el entrenador, quien posee información científica sobre la personalidad del primero, brindada por el psicólogo o psicóloga, recuerda que es esta una situación con matices de barrera mental. Inmediatamente, puede reducir el nivel de complejidad previo para generar nuevos niveles de seguridad en el atleta, o bien mantener el reto y aproximarse de manera enfática a la ejecución con un grupo de orientaciones y estrategias conductuales que mejoren el salto. Ello tiene un impacto psicológico indudable, pero no es intervención psicológica técnicamente hablando.

El sistema de comunicación y el sistema de actividades son dirigidos por los entrenadores, los más expertos entre estos últimos se hacen acompañar en sus colectivos técnicos de profesionales de la Psicología y otras ciencias afines, pues conocen de los efectos subjetivos de su gestión pedagógica y trabajan por individualizarla y potenciarla. No se sienten amenazados, se instruyen y toman sus decisiones a partir de la información que obtienen de su equipo multidisciplinario.

La evaluación en la preparación mental: control psicológico del entrenamiento

La evaluación sistemática de variables subjetivas en el deporte se define como control psicológico del entrenamiento deportivo:

(...) sistema de procedimientos que permite evaluar el estado de las cualidades psicológicas que interactúan con la carga deportiva, facilitando de esta manera la comparación de los resultados reales con los planificados. Ello posibilita la adopción a tiempo de acciones correctivas, ya sea para modificar los objetivos de la actividad o para superar las desviaciones.⁷

Su utilización permite diagnosticar los factores subjetivos que inciden sobre el proceso de preparación deportiva, valorar su evolución e intervenir con acciones que contribuyan a alcanzar los objetivos del entrenamiento, instrumentados en los planes de preparación en forma de contenidos y métodos. La efectividad que logran en cada mesociclo, se mide a través del control científico (psicológico, médico y pedagógico) del entrenamiento. Sin este, las conclusiones acerca de la apropiación que logra el deportista de las cargas administradas, resulta apreciativo y empírico.

El control se facilita ya que los procesos y propiedades psicológicas sufren cambios mensurables entre períodos de

⁷ Francisco García: «Control psicológico del entrenamiento en equipo deportivo», p. 3.

entrenamiento. Estos son indicadores de la dirección que está tomando el desarrollo del atleta, si tiene sentido progresivo, si se estanca o está en proceso de regresión.

La evaluación psicológica en el campo de la Psicología general, educativa, organizacional o incluso clínica posee la peculiaridad de que los especialistas no suelen permanecer con las personas a las que brindan asesoría o intervención durante el curso de la actividad vital de estas últimas, a menos que responda eventualmente a objetivos específicos.

¿Qué ocurre en el caso de la Psicología del Deporte? El análisis de la tabla I, muestra los diversos ámbitos de operacionalización para evaluar al deportista.

Tabla I. Diseño de control psicológico del entrenamiento en los tres ámbitos evaluativos.

EVALUACIÓN	FECHA	PROCESO PSICOLÓGICO	OBJETIVOS	FORMA DE CONTROL
Laboratorio de Psicología	enero febrero	Tiempo de reacción simple y complejo. Test Anillos de Landorf. Test Mcquarrie.	Evaluar y controlar el tiempo de reacción simple y complejo como exigencias del deporte. Evaluar y controlar el índice de productividad y eficiencia de la atención. Evaluar y controlar cualidades como la precisión y la velocidad motriz.	Multitest PC

Pruebas psicométricas	marzo abril	Caracterización de la personalidad. Motivación. Autovaloración. Ansiedad. Respuesta de estrés.	Conocer e intervenir sobre las cualidades básicas de la personalidad: tendencia temperamental, ansiedad rasgo-estado, rasgos caracterológicos. Evaluar e intervenir las cualidades motivacionales deportivas (Motivación intrínseca, extrínseca, motivación de logro, expectativa de éxito y de eficacia). Diagnosticar e intervenir la adecuación de la autovaloración. Evaluar el eutrés, distrés y el estrés total.	EPI EPQ 16PF Entrevistas, composiciones. Cuestionario de cualidades motivacionales deportivas. IDARE Módulo de estrés
Pruebas de terreno	Por mesociclos	Prueba de adecuación autovalorativa (PAAB).	Diagnosticar el nivel de adecuación de las autovaloraciones parciales de rendimiento por boxeadores y por mesociclos de la preparación.	Adecuación óptima, suficiente e inadecuación
		Cualidades del sistema nervioso central (SNC).	Evaluar el equilibrio de los procesos de excitación e inhibición del SNC antes de competir.	Tapping Test
		Atención concentrada.	Conocer el nivel atencional del atleta antes de competir.	Tabla de 38 dígitos
		Activación psicofisiológica.	Conocer si existe una activación excesiva o disminuida antes de competir.	Estimación del tiempo en 10 segundos.

En la tabla se relacionan para cada ámbito de evaluación, un grupo de instrumentos, procesos evaluados y etapas de la preparación. Lo importante en este momento no son los contenidos

sino el diseño del control psicológico. Posiblemente los lectores se encuentren relativamente familiarizados con los ámbitos de laboratorio experimental en Psicología y el de psicometría. Sin embargo, el de terreno puede resultar un campo más ambiguo, o sugerir que se trata de un instrumento psicométrico que se lleva al espacio de entrenamiento y se aplica allí, «en el terreno».

Se debe establecer que las evaluaciones psicológicas en el deporte se realizan fundamentalmente en los ámbitos de laboratorio y psicometría, mientras que en el terreno deportivo se emplea la metodología observacional,⁸ todos de carácter «tónico».⁹ Con tal denominación, se han definido múltiples procedimientos de la Psicología cuando, por necesidades y características de su desempeño, no les queda otra alternativa que inferir —con el elevado margen de error que ello implica— lo que ocurriría cuando la persona abandona el laboratorio o el aula de psicometría para insertarse en el mundo real.

El elemento científico novedoso que implica la noción de prueba de terreno radica en la operacionalización de algunas variables psicológicas desde diseños cuasiexperimentales, teniendo en cuenta que se controlan variables en las condiciones de la actividad, en el escenario natural en que el potencial psicológico se está expresando a través de la ejecución. Si bien resulta altamente complejo el proceso de operacionalización en las mencionadas condiciones, el beneficio de esta laboriosidad científica es muy alto.

En el ámbito motivacional, el deportista disfruta mucho la interacción con los especialistas dentro del terreno, mantiene elevada la autoeficacia, se divierte y puede levantar menos

⁸ María Anguera y Antonio Hernández: «La metodología observacional en el ámbito del deporte».

⁹ Martin Seligman: *Authentic Happiness*.

resistencias conscientes cuando se están obteniendo los datos. Por otra parte, teniendo en cuenta el principio de la actividad, y conociendo previamente las potencialidades atencionales de un lanzador en el béisbol (índices de rendimiento obtenidos en el laboratorio), se puede identificar las variables que en el contexto real de ejecución interfieren o movilizan su capacidad, las conocidas «barreras psicológicas»; por ejemplo, cuando enfrenta al bateador que le ha pegado jit en las dos últimas ocasiones.

Por tanto, puede afirmarse que la prueba psicológica de terreno es un sistema de evaluación diseñado sobre la base del principio de la actividad y el análisis de sus resultados, que operacionaliza la(s) variable(s) subjetiva(s) en su expresión específica mediante la ejecución deportiva y sus condiciones y, a su vez, participa activamente en la regulación de la conducta deportiva cuando está teniendo lugar.

La diferencia principal entre los ámbitos de evaluación no está en la sencillez, el tipo de variable, ni el espacio físico en que se realiza; si no en la manera en que una variable —que puede ser compartida en varios diseños— es operacionalizada. Véanse los ejemplos a continuación:

- Variables: percepciones especializadas de los deportes, cualidades de la atención, toma de decisiones, autovaloración, autoeficacia, niveles de aspiración, respuesta de estrés, observación directa de la conducta, tiempo de reacción, entre otras.
- Ejemplo: Estudio del tiempo de concentración para los lanzamientos en el béisbol, para los saltos en el atletismo¹⁰

¹⁰ Luis González: «Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento».

y Prueba de Anillos de Landolt; Módulo de Estrés¹¹ y estudio de la respuesta de estrés mediante retroalimentación frustrante;¹² Prueba de Adecuación Autovalorativa de Boxeo¹³ y Escalas de Cualidades de Rendimiento en Boxeo.¹⁴ Se observa que una misma variable psicológica puede evaluarse en el terreno y en otro escenario, aportando informaciones que permiten la triangulación.

La Psicología del Deporte, tal como está estructurada en el alto rendimiento en Cuba, permite a los especialistas esta «exclusividad» instrumental, que sin una adecuada fundamentación teórica y metodológica puede conducir a cierto reduccionismo de su objeto de estudio, pero investido de ellas, las posibilidades son promisorias. ¿Vale la pena correr el riesgo de operacionalización y análisis multidisciplinario en el terreno? La Psicología cubana aplicada al deporte comprendió su singularidad y tempranamente aceptó el reto.

¹¹ Luis González: *Estrés y deporte de alto rendimiento*.

¹² Luis González: *Estudio de la respuesta de stress de tiradores adolescentes*.

¹³ Julio Ordoqui: *Autovaloraciones parciales de rendimiento y efectividad competitiva de boxeadores cubanos de alto rendimiento*.

¹⁴ Liliana del Monte: *Autovaloración y dinámica de autoperfeccionamiento en deportistas cubanos de combate de alto rendimiento*.

El estudio de la autovaloración

En el campo axiológico, el deporte de alto rendimiento posee un carácter agonístico explícito y estructural. Los entrenamientos y competencias constituyen una «verdadera lucha» (muchas veces por superarse a sí mismo) que permiten cumplir objetivos y obtener victorias.

Teniendo en cuenta que el reto a la capacidad es una constante, la manera en que el deportista evalúa y se relaciona afectivamente con la complejidad de sus metas y, con especial interés para este cuaderno, el modo en que se representa a sí mismo, en sus recursos generales y particulares para ser exitoso, entraña un valor científico elevado.

Los antecedentes de la autovaloración en el deporte son numerosos, conformando un área de estudio definida, con diversos objetos y aplicación. Se expondrá más adelante un ejemplo de investigación que refrenda los principios de la Psicología histórico social, así como el carácter interdisciplinar que se ha destacado desde el inicio en el presente material, pero antes, se definirán algunos aspectos conceptuales de la autovaloración como categoría psicológica.

Autovaloración y antecedentes

Como punto de referencia conceptual, la autovaloración constituye:

(...) la representación que tenemos de nuestra propia persona, elaborada en base a nuestras principales necesidades y motivos; es decir, a partir de las aspiraciones más significativas de la persona, lo cual constituye el sentido de identidad e incluye asimismo el sentido de autoestima, referido este último a cuánto nos queremos y aceptamos tal como somos, a nuestro nivel de autocrítica en tanto seamos capaces de reconocer nuestras virtudes pero también nuestros defectos y a la necesidad de autoperfeccionamiento como posibilidad de trazarnos determinados propósitos encaminados a ser mejores personas.¹⁵

Nótese que esta definición revela nexos con contenidos esenciales de su antecedente conceptual clásico,¹⁶ pero se encuentra enriquecida con precisiones relativas a los sentidos de identidad y autoestima, al nivel de autocrítica y a la necesidad de autoperfeccionamiento, teniendo en cuenta la experiencia investigativa de la autora con nuevas poblaciones de estudio.

La adecuación autovalorativa parcial de rendimiento, por su parte, constituye el elevado nivel de precisión y sentido de realidad que caracteriza a las autovaloraciones parciales sobre la ejecución. Estas son fragmentos de la autovaloración general y están constituidas por juicios autovalorativos muy específicos

¹⁵ Laura Domínguez: *¿Qué es la Personalidad?*, p. 10.

¹⁶ Fernando González: *Motivación profesional en adolescentes y jóvenes*.

y detallados, implicados en la autorregulación de la conducta deportiva.¹⁷

Adecuación de la autovaloración. Antecedentes de su estudio y su valor teórico metodológico para la explicación de fenómenos deportivos

El estudio de la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento se sustenta en fundamentos teórico-metodológicos a partir de la interacción de la Psicología del Deporte y la Psicología General. La génesis social del reflejo psicológico, las funciones reguladoras de los procesos autovalorativos sobre la subjetividad de los deportistas, y el desarrollo de técnicas de registro y análisis de contenidos afectivos y cognitivos asociados al «sí mismo», constituyen antecedentes para el estudio de la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento.

Una revisión cuidadosa de la literatura hasta 2019 refiere que varios autores – Allport, 1971; Brandem, 2003; Cardenal, 1999; Domínguez, 2003, 2007, 2017; Duval, Desgranges, Eustache y Piolino, 2009; Erikson, 1968; González, 1982, 1985, 1995, 2002; Horneffer, 2006; Lalwani, Shrum y Chiu, 2009; Marcos, 2003; Maslow, 1979; Reyes, 2008; Rogers, 1989; Roloff, 1995; Sebastian, Burnett y Blakemore, 2008 –, a pesar de su heterogeneidad epistemológica, han conferido un rol esencial a los procesos de relación de las personas consigo mismas para un efectivo desarrollo individual.¹⁸

Colocarse a sí mismos como centro de reflexión, alcanzar integridad, vivenciar valía personal, aceptar cualidades posi-

¹⁷ Luis González: «Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento».

¹⁸ Julio Ordoqui: *Autovaloraciones parciales de rendimiento y efectividad competitiva de boxeadores cubanos de alto rendimiento*, p. 9.

tivas y negativas con flexibilidad, y tomar las riendas de su proyección futura depende de la riqueza y adecuación de la autovaloración.

La personalidad constituye el nivel superior de integración de los contenidos y funciones de la subjetividad humana con base funcional en la unidad cognición-afecto, en cuyo núcleo regulador se estructuran motivos superiores estrechamente relacionados, contentivos de un profundo sentido personal, denominados formaciones motivacionales complejas. La autovaloración es una de ellas, y su práctica investigativa reporta resultados de evaluaciones e intervenciones en disímiles campos de aplicación de la Psicología.

Los contenidos asociados a la autovaloración se nutren de un sistema de creencias y juicios que conforman la concepción del mundo, referente desde donde las personas se piensan a sí mismas, y se orientan hacia los modelos de autorregulación (ideales) en los diversos campos de su acción y práctica social. Si estas últimas confluyen en la actividad deportiva, de manera particular en el alto rendimiento, su carácter competitivo concede a la autovaloración una función protagónica en la regulación de la conducta.

En el caso del boxeo, por ejemplo, la rivalidad y la aspiración a lograr niveles superiores del desempeño y derrotar a los oponentes, no son resultantes de la interacción entre los practicantes en la dinámica comunicación-actividad, sino constituyen el objetivo central que le da sentido, con demandas permanentes sobre el esquema autovalorativo. Al afrontar el reto, la primera interrogante que surge es con qué se cuenta para salir exitoso.

El enfoque histórico cultural para una orientación epistemológica

Con la intención declarada de estudiar los dominios de la subjetividad de manera sistémica, Vygotski (1896-1934) dejó sentadas las bases para comprender que la visión compleja del ser humano, a partir de la Psicología, no se concibe de forma abstracta, al margen de la personalidad o de las condiciones educativas en que se desarrolla.¹⁹ El origen de las funciones psíquicas superiores reside en la relación con un otro como dominio compartido mediante el sistema de comunicación y actividad.²⁰ Los procesos superiores refractan contenidos, influencias e instrumentos culturales que pueden integrar el dominio intrapersonal, a través del proceso activo de apropiación que da lugar al desarrollo psíquico y al aprendizaje.

La comprensión de la propuesta teórica acerca del desarrollo y la educación de los procesos psicológicos que postula el enfoque histórico cultural puede lograrse a través de su sistema categorial, entre los que destacan la vivencia, la mediación, la zona de desarrollo próximo y la situación social del desarrollo como conceptos centrales.²¹

Procesos de enseñanza-aprendizaje y de desarrollo en la dimensión motriz protagonizan y confluyen en el entrenamiento deportivo, espacio en que el pedagogo-entrenador aplica cargas (sistema de actividad) que influyen sobre el desarrollo físico y mental de su entrenado.

¹⁹ Gloria Fariñas: *Psicología, Educación y Sociedad y Aprendizaje y desarrollo humano desde la perspectiva de la complejidad: la teoría en la práctica*; Carl Ratner: *Desde Vygotski a la Psicología Macrocultural*; Michelle Venet y Enrique Correa: «El concepto de zona de Desarrollo próximo: un instrumento psicológico para mejorar su propia práctica pedagógica».

²⁰ Lev Vygotski: *Pensamiento y lenguaje*.

²¹ Ídem.

El colectivo técnico y los compañeros de equipo se convierten en mediadores para la internalización de los contenidos en la preparación de los deportistas, asociada a moderadores contextuales, temporales y culturales. La atención voluntaria, el pensamiento, la metacognición y la autovaloración, surgen y se desarrollan en el contacto con la colectividad del equipo deportivo, a través de las interacciones de colaboración y rivalidad con otras personas, de las experiencias sociales (derrotas y victorias, evaluaciones recibidas) y de las vivencias, tanto de éxito como de fracaso, que experimenta el atleta durante la realización de la actividad.

Teniendo en cuenta que el ejemplo de investigación que aparece en el apartado final es con el equipo nacional de boxeo, algunas referencias desde este momento se circunscriben a este deporte como vía para facilitar la comprensión. El estudio de las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento se inscribe en la concepción vygotskiana,²² pues permite comprender la manera en que los boxeadores utilizan dicho concepto para desarrollarse en el plano deportivo integral y específico.²³

El control psicológico del entrenamiento documenta e interpreta tan importante potencialidad subjetiva, en este caso, a través de la toma de consciencia de su propio desempeño durante la actividad.

²² Lev Vygotski: *El método instrumental*.

²³ Carmen Álvarez: «La relación teoría-práctica en los procesos de enseñanza-aprendizaje».

Adecuación autovalorativa y su dimensión procesal en el deporte

Los estudios clásicos acerca de la autovaloración fueron realizados por la Psicología cubana en contextos educativos.²⁴ Sus premisas, posteriormente, fueron constatadas y sistematizadas desde diseños metodológicos propios del deporte.

Estudios pioneros sobre autovaloración en el deporte²⁵ que involucraron al polo acuático, gimnasia, voleibol, boxeo, judo y karate, definieron como objeto de su indagación el sentido de realidad de los procesos autovalorativos en su relación con contenidos motivacionales, niveles de aspiración, estimación de pronósticos en competencias, rendimiento deportivo, etc. Es en la adecuación del proceso autovalorativo donde radica la capacidad del deportista para reflejar con la mayor precisión posible sus fortalezas y debilidades, tanto en un ámbito general como en el propio curso vertiginoso, fatigoso y emocional de las acciones deportivas.

Se cuenta con evidencia experimental para demostrar que cuando el deportista cuenta con una certera y realista autovaloración de sus habilidades, aumenta sus posibilidades de éxito aun cuando los niveles de dificultades de las tareas resulten elevados.²⁶

²⁴ Gerardo Roloff: *La autovaloración y los métodos para su estudio*.

²⁵ Antonio Fernández: *Estudio de la autovaloración en atletas de alto rendimiento*; Roberto León: *Estudio de la autovaloración y el nivel de aspiración en un grupo de jóvenes gimnastas*; Roberto Pérez: *Estudio de la autovaloración de los aspectos técnicos en judokas*; Fernando Rodríguez: *Un estudio de la autovaloración de las cualidades personales de alumnos de Karate*.

²⁶ Julio Ordoqui y Rolando Acebal: «Apuntes para una revisión teórica de la autovaloración en el deporte»; Luis González: «Autovaloración y pretensiones. Elementos de alto nivel regulador para el deportista».

Contar con un conocimiento preciso acerca de sus fortalezas, así como de sus habilidades menos desarrolladas, parece relacionarse con la conformación de estrategias funcionales y personalizadas para el logro de las metas deportivas, adopción de niveles progresivos de aprendizaje y definición de expectativas y niveles de aspiración alcanzables. Adecuar la autovaloración es uno de los principales objetivos que debe proponerse la preparación psicológica en el deporte.

Por su parte, la inadecuación autovalorativa —representada por un concepto distorsionado de sí mismo— posee dos direcciones, sub y sobrevaloración. La primera está representada por un concepto disminuido de sí mismo e integra juicios excesivamente críticos de la persona acerca de sus capacidades, con consecuentes y habituales mermas de su autoestima. Su presencia en un deportista puede conducir a la asunción de metas inferiores a su capacidad potencial, provocada por afectaciones en las expectativas y por la atenuación que provoca en la disposición psicofisiológica para enfrentar tareas complejas.

No obstante, errores autovalorativos pequeños con tendencia a la subvaloración, han sido reportados en saltadores (atletismo) y tiradores deportivos de élite.²⁷ Esta tendencia se explica por una disposición fuerte a la autocrítica, derivada del enriquecimiento del alfabeto sensorial, del progreso de los ámbitos referenciales técnicos y de la proximidad de los compromisos competitivos y su connotación personal-social.

La sobrevaloración se identifica con una tendencia a sobreestimar las habilidades y capacidades propias, expresadas a través de un concepto excesivamente aumentado o positivo de

²⁷ Luis González: «Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento» y *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento ante el reto competitivo*

sí mismo, y resulta la que más comúnmente se registra en los estudios del deporte competitivo. Acerca de su impacto sobre el desempeño deportivo, se han planteado dos hipótesis:

1. Las evaluaciones excesivamente positivas que los deportistas emiten acerca de sus habilidades y cualidades de rendimiento constituyen atributos psicológicos facilitadores del desempeño.²⁸ Evidencias que la apoyan demuestran que una elevada autoestima y metas de rendimiento muy ambiciosas, favorecen el acceso a niveles superiores de desempeño y se convierten en variables predictivas de excelencia futura.²⁹
2. Los juicios autovalorativos excesivamente positivos pueden relacionarse de manera negativa con el posterior desempeño en tareas cognitivas y motrices de alto nivel de complejidad.³⁰ Una valoración aumentada acerca de las capacidades propias puede conducir a los deportistas a proponerse metas que se encuentran por encima de sus posibilidades reales. De ahí que los fracasos parciales que experimentan tiendan a amplificarse, y reaccionen de una manera irascible y descontrolada ante ellos, lo que había sido documentado por L. Bozhovich y colaboradores como afecto de inadecuación.³¹

²⁸ Dominique Johnson and James Fowler: «The evolution of overconfidence»; Chris Beaumont, Ian Maynard and Joanne Butt: «Effective ways to develop and maintain robust sport-confidence: strategies advocated by sport psychology consultants».

²⁹ Tynke Toering, Marije T. Elferink-Gemser, Geir Jordet, Gert-Jan Pepping and Chris Visscher: «Self-regulation of learning and performance level of elite youth soccer players».

³⁰ Raquel Costa, Miguel Serrano y Alicia Salvador: «Importance of self-efficacy in psychoendocrine responses to competition and performance in women».

³¹ Luis González: *Mente de campeones*.

Los resultados se muestran polémicos e inacabados, y motivan a continuar las indagaciones acerca de esta interesante temática. El hecho de que una u otra hipótesis explique mejor algunos datos, guarda estrecha relación con la forma de operacionalizar las variables y el set en que se investiga, así como el deporte estudiado y las demandas psicológicas que impone esa disciplina (entrenamientos y competencias) sobre los practicantes.

Por último, una mayor o menor adecuación tendrá determinado impacto sobre las tres funciones que ejerce la autovaloración sobre la conducta: subjetivo-valorativa, reguladora y autoeducativa. La función valorativa consiste en la posibilidad de la persona en el curso de su vida de enjuiciar su comportamiento, manera de ser y cualidades personales, con un sentido positivo o negativo. La función reguladora se define como la incidencia que tienen los contenidos autovalorados sobre el dinamismo, la direccionalidad de la actividad y la conducta propia. La función autoeducativa destaca la fuerza transformadora de esta configuración psicológica en su nivel de organización y poder regulador más elevado.

Evaluaciones e instrumentación de la adecuación autovalorativa en el deporte

Para el logro de una hazaña deportiva —un récord mundial, por ejemplo—, el deportista pone en juego toda su personalidad y subsistemas reguladores, que le permiten abrazar la meta (tendencia orientadora), dotándola de sentidos personales. Tiene que lograr, además, que la posibilidad real del fracaso no afecte la entrega total del movimiento a realizar con seguridad y precisión. Ello es posible solo si el atleta se sabe poseedor de las cualidades necesarias para satisfacer tan elevada demanda, vivencia derivada de la adecuación de su autovaloración en

interacción con los resultados previos de su desempeño en la actividad, como progresos en el entrenamiento, intentos de récords anteriores, etc.

Uno de los retos está relacionado con la forma de evaluar la adecuación autovalorativa. Experiencias clásicas han favorecido un andamiaje metodológico predominantemente cualitativo, que se sitúa en el estudio de la autovaloración general del deportista, como fue el caso de los medallistas masculinos cubanos en los Juegos Olímpicos de Moscú en 1980.³² Se emplearon como herramientas composiciones y entrevistas, y se concluyó que la adecuación autovalorativa de los atletas olímpicos en las tareas deportivas se encontraba muy influida por la fuerte intensidad de sus motivos para el éxito deportivo y por su nivel de aspiraciones.

Una investigación realizada en el voleibol femenino combinó herramientas cualitativas y cuantitativas que se subordinaron al método clínico. Algunos de los procedimientos utilizados fueron: entrevistas a entrenadores y atletas, análisis del producto de la actividad, observación dirigida, escalas autovalorativas, prueba de diez deseos, entre otros. Una de las fortalezas de este trabajo resultó la estrategia adoptada para el análisis de los resultados por el número elevado de instrumentos que fueron utilizados. En relación con la adecuación autovalorativa general, se concluyó que algunos de sus indicadores se asociaron a rendimientos deportivos altos y estables en este deporte. Demostró que la adecuación autovalorativa parcial regula desempeños deportivos exitosos cuando se asocia a motivos intrínsecos del deporte.

Otros resultados concluyen que la autovaloración adecuada permite que un deportista pueda planificar las acciones técnico-

³² Marta Domínguez: *La autovaloración en atletas olímpicos*.

tácticas de manera correcta, así como las metas y movilización de recursos psicológicos, técnicos, físicos y tácticos para desarrollar un efectivo accionar ofensivo y defensivo.³³

Teniendo en cuenta el carácter agresivo de las cargas de entrenamiento administradas tempranamente a practicantes de deportes, y el riesgo de salud que ello implica a mediano y largo plazo, una de las temáticas centrales que involucra la adecuación autovalorativa se relaciona con la capacidad de los atletas para discriminar sus esfuerzos físicos durante entrenamientos y competencias, en cuya evaluación se han retomado y desarrollado algunos procedimientos.

Un examen de confiabilidad y validez del test Godin-Child Questionnaire (GCQ) fue desarrollado para evaluar los niveles de intensidad de la actividad física en niños y adolescentes mediante el autoreporte.³⁴ Los datos sugieren que el cuestionario es válido para evaluar la adecuación autovalorativa del esfuerzo en ambos grupos, pero más en la adolescencia. Este hecho es coherente con el carácter crítico e introspectivo que distingue a este período del desarrollo psicológico, durante el cual se consolidan los procesos autovalorativos.³⁵

Altos niveles de actividad física encuentran consistentes y positivas asociaciones con la adecuación autovalorativa y la autoestima de los deportistas.³⁶ El carácter concreto y

³³ Francisco García y Marta Domínguez: «La autovaloración y su significado para el rendimiento deportivo».

³⁴ Jacqueline Zelener and Margaret Schneider: «Adolescents and Self-Reported Physical Activity: An Evaluation of the Modified Godin Leisure-Time Exercise Questionnaire».

³⁵ Laura Domínguez: *¿Yo, sí mismo, o autovaloración?*

³⁶ Stuart Biddle and Mavis Asare: «Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews»; Ilona Tilindienė y colaboradores: «Evaluation of educational school environment and academic self-evaluation of adolescent athletes and non-athletes».

cuantificable de los resultados de la práctica de la mayoría de los deportes, mediante la retroalimentación de los entrenadores y el contraste con los frutos de la actividad, parece tributar a la adecuación de los juicios autovalorativos.

Un estudio realizado en Grecia demostró el impacto de la adecuación autovalorativa de entrenadores de tenis sobre expectativas realistas y positivas acerca del desempeño propio, el que se expresó en un uso funcional de los conocimientos teóricos y prácticos sobre el deporte, la instrumentación novedosa de metodologías y la elevación de los niveles de cooperación durante el entrenamiento.³⁷

Una evaluación de la adecuación autovalorativa y de la autodeterminación en relación con el compromiso deportivo involucró a casi 1 000 estudiantes de nueve universidades con alto rendimiento deportivo.³⁸ Se empleó la Escala de Motivación Deportiva, que evalúa motivación intrínseca, extrínseca y apatía, y el Cuestionario de Compromiso Deportivo con cinco tipos de compromiso: deportivo, disfrute deportivo, inversiones personales, compulsión social e implicación.

El análisis de trayectoria concluyó que aquellos deportistas con mejor balance entre la motivación extrínseca, intrínseca y la adecuada autovaloración, tienden a establecer compromisos deportivos altos y desarrollarse con celeridad en el deporte.

La relación entre la adecuación autovalorativa, la autorreflexión y la toma de consciencia fue estudiada con respecto a

³⁷ Ioannis Athanailidis y colaboradores: «Self- assessment of tennis coaches relating to athletes, parents and their educational level. The case of Greece».

³⁸ Gdonteli Krinanthi y colaboradores: «Self-determination and sport commitment: An evaluation by university intramural participants».

la resiliencia y al estrés competitivo en tenistas sudafricanos.³⁹ Mediante la regresión multivariada se conoció que la adecuación autovalorativa y su concientización se convirtieron en predictores significativos de la resiliencia y del distrés, en sentidos opuestos. Puede inferirse que una óptima adecuación autovalorativa y su concientización por parte de los deportistas, incrementa la capacidad de atenuar los efectos del distrés, en virtud de la actualización de fortalezas disponibles y del reconocimiento de estrategias funcionales para su gestión.

Por su parte, una experiencia fundamentada en la intervención psicológica se instrumentó mediante el uso de la visualización motriz y el análisis de videos.⁴⁰ Se propició la elevación de las adecuaciones autovalorativas relacionadas con aspectos técnicos y educativos en atletas de gimnasia aeróbica, para quienes la velocidad y ejecución perfecta del hábito motor resultan imprescindibles en la obtención de una elevada calificación de los jueces.

Se utilizó un grupo de control y uno experimental para analizar elementos obligatorios de la selección de movimientos. El análisis realizado en el primer grupo se hizo con el profesor y con anotaciones sobre una pizarra (acciones habituales). En el grupo experimental el análisis se realizó paso a paso, los errores fueron localizados en los materiales de video y junto al entrenador se dotó a los gimnastas de estrategias instructivas para perfeccionar la ejecución del hábito motor.

Mediante la visualización, los atletas se representaron su movimiento –previamente corregido– para superar los elementos

³⁹ Richard Cowden y Anna Meyer-Weitz: «Self-reflection and self-insight predict resilience and stress in competitive tennis».

⁴⁰ Salvatore Napolitano: «The use of video analysis for self-assessment in aerobics».

de mayor dificultad. El 80% de los atletas del grupo experimental incrementó su puntuación entre 0,1 y 0,3 unidades, y el grupo control incrementó su puntuación media en 0,1, confirmando el valor de la intervención.

Teniendo en cuenta los resultados de las investigaciones presentadas, a nuestro juicio, el análisis de las características del deporte estudiado y de las condiciones en que desarrollan su entrenamiento y competencias, resulta necesario para que los lectores de este Cuaderno se apropien de las ventajas de un diseño investigativo ecológico. Tal es el caso de los resultados que se presentarán en el apartado final, cuyo contexto de investigación se comenta.

Fueron seleccionados momentos y condiciones de prueba en que la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento se operacionalizó y se registró de forma inmediata, vertebrada a la ejecución técnico-táctica del boxeador, durante combates de entrenamiento en condiciones naturales. Resultó útil el empleo de escalas autovalorativas discretas y continuas con elevado poder operativo en la estandarización del proceso de obtención de datos, capaz de favorecer análisis inter e intra individuales de esta variable en la población del equipo nacional de boxeo.

Por otra parte, para comprender e ilustrar la dinámica individualizada de este proceso en los boxeadores participantes de la investigación, fueron incluidas en los análisis variables de personalidad y otras que surgieron en el proceso investigativo. Los instrumentos que se seleccionaron desde esta perspectiva fueron cerrados y abiertos, con protagonismo para entrevistas, observaciones y composiciones, los que poseen esencialmente una aproximación cualitativa e interpretativa.

Por tanto, la complejidad del estudio de la adecuación de la autovaloración demandó de un diseño mixto, capaz de ar-

ricular los paradigmas cuantitativo y cualitativo como válidos y complementarios modos de abordaje de lo que acontece en la práctica real del boxeo. A continuación, se relacionan aspectos constitutivos determinantes de este deporte.

El boxeo: sus aspectos generales como actividad

El boxeo, atendiendo a su estructura funcional, se clasifica como un deporte de combate.⁴¹ La actividad boxística constituye un duelo individual de interacciones motrices directas, en los que la naturaleza del blanco (la anatomía del adversario) y los medios para alcanzarlo se convierten en factores determinantes. Tales medios son, en su expresión más acabada, las acciones ofensivas y defensivas, integradas por desplazamientos, tipología de golpes y su técnica de ejecución, giros y fintas.

Aspectos relativos al desarrollo de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, aplicados a las peculiaridades morfológicas, psicológicas y socioculturales del boxeador cubano, han consolidado una concepción propia de la preparación, reconocida mundialmente como Escuela Cubana de Boxeo. Se consideran aportes a la concepción teórica y didáctica del boxeo, la ampliación de las tres distancias de combate a cinco;⁴² la organización y sustitución de contenidos de lateralidad del boxeador que dotó de mayor universalidad a la comunicación durante la enseñanza⁴³ y la introducción del período directo a competencia en el entrenamiento del boxeo.⁴⁴

⁴¹ Maykel Balmaseda: *Análisis de las acciones técnico-tácticas del boxeo de rendimiento.*

⁴² Ivan Degtiariov: *Boxeo. Libro destinado a los institutos de cultura física.*

⁴³ Rolando Zamora: *El boxeo. Con lo nuevo y lo tradicional.*

⁴⁴ Alcides Sagarra: *El período directo a competencia en el boxeo cubano, un método moderno de planificación del entrenamiento deportivo.*

El número de asaltos de un combate y el tiempo de duración de cada uno de ellos están normados por la Asociación Internacional de Boxeo (IBA) para cada categoría de edad. Particular interés tiene para la presente investigación la modalidad olímpica, empleada en campeonatos mundiales y juegos regionales. Esta se desarrolla durante tres asaltos de combate de tres minutos cada uno, con un minuto de descanso intermedio. Se reconocen las figuras del árbitro y los jueces, quienes se ocupan en la competencia de hacer cumplir las reglas y determinar de modo imparcial un ganador, respectivamente.

La dimensión técnico-táctica y la efectividad en el boxeo

La forma de interactuar entre los boxeadores recibe un ordenamiento denominado desempeño táctico. La preparación táctica está dirigida al desarrollo y dominio de matrices comportamentales que solucionan de modo creativo las demandas ofensivas y defensivas durante los combates. La táctica dota de identidad los estilos propios de pelea, entrena y amplía los modos de ejecución ofensiva-defensiva e instruye en las condiciones para conformar y modificar el plan estratégico y técnico-táctico durante las acciones competitivas.⁴⁵

La amplia variedad de combinaciones de acciones y estrategias en el boxeo hace que sea un deporte predominantemente táctico. ¿Significa que las variables físicas y técnicas no son importantes en el desempeño del boxeador? Por supuesto que lo son, pues capacidades como la velocidad, la fuerza, la resistencia a la fuerza, a la velocidad, y la coordinación motriz son

⁴⁵ Julio Ordoqui: «Fundamentos psicológicos de la acción táctica en el boxeo. Acercamiento teórico» y «Actualidad investigativa de los fundamentos psicológicos de la acción táctica en el boxeo».

necesarias para golpear con efectividad y conservar la mejor defensa posible.

Sin embargo, el objetivo de golpear al rival plantea una situación problémica que discurre en aspectos como: tipo de golpes y formas en que se combinan, distancia, velocidad y fuerza con que se ejecutan, acciones distractoras o fintas que se utilizan, entre otros. El boxeador tiene que ser rápido para golpear y defender, fuerte para atacar, resistente para soportar un accionar táctico sostenido a lo largo del tiempo del combate. Pero son las acciones ofensivas y defensivas los contenidos que ocupan las dimensiones espaciales y temporales de la interacción sujeto-objeto de la actividad, mientras el resto de cualidades de la preparación las asisten.

El boxeador que en su gestión ofensiva y defensiva es capaz de impactar de manera válida un número significativo de sus golpes recibiendo pocos de su oponente, establece temprana ventaja en competencias, conserva por más tiempo sus reservas energéticas, dificulta la capacidad del rival para iniciar ataques y puede provocar en este último desequilibrio físico y psicológico.

La obtención de victorias en los combates puede ser tomada como un indicador importante de la calidad del desempeño, sin embargo, la observación apreciativa de los jueces puede estar sometida a sesgos en la determinación de un ganador. Es oportuno mencionar la sanción aplicada a los 36 árbitros y jueces de boxeo que trabajaron en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016, por evidencias de corrupción y aceptación de sobornos. Esta penosa práctica, así como errores no intencionales de quienes asumen estos roles, pueden contaminar las inferencias acerca de la calidad de la ejecución de un boxeador.

Los resultados o frutos de la actividad pueden ser tomados como indicadores del desempeño, destacándose el socorrido

criterio de la efectividad en el boxeo.⁴⁶ La propuesta acerca de la efectividad competitiva mediante el procedimiento KecVAM⁴⁷ —sus siglas significan coeficiente de efectividad competitiva y las tres últimas son las iniciales de sus autores—, cobra especial relevancia para esta investigación, pues fue validado con boxeadores del equipo nacional de mayores y distingue el balance integral de las dimensiones ofensiva y defensiva, determinando un coeficiente de efectividad competitiva (Kec).

Antecedentes de las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento. Pertinencia de su estudio en el boxeo

Las autovaloraciones parciales de rendimiento son las representaciones detalladas que posee el deportista acerca de cualidades propias muy específicas para el desempeño en su actividad fundamental, que incluye la capacidad de autovalorar, con alto grado de discriminación, los momentos y efectividad de las acciones en curso y sus microsegmentos. Analícese el siguiente fragmento:

Si un deportista cree infundadamente que está rápido, planificará y ejercerá sus acciones técnico-tácticas a partir de ese criterio erróneo, y descuidará la posibilidad de imponerse de manera realista, apelando a otros elementos que posea más desarrollados, como la fuerza o la técnica. Por el contrario, si subestima el desarrollo de determinada cualidad, no podrá explotarla plenamente y sus rendimientos quedarán por debajo de su potencial.

⁴⁶ Leonel Viciado y Michel Álvarez: «La efectividad competitiva de los boxeadores cubanos de alto rendimiento».

⁴⁷ Leonel Viciado: *Efectividad Competitiva de los boxeadores del Equipo Nacional de Mayores*.

Algunos boxeadores suelen insistir en ataques con golpes de fuerza que carecen del efecto deseado sobre la anatomía de su rival, evidenciándose dificultades para percatarse de su inefectividad. La inadecuada autovaloración de estos detalles puede conducirlos a reiterar acciones erráticas, o a que sus ejecuciones exitosas y buenos momentos durante los combates suelen resultarles inadvertidos.

Otros, enfrentando a rivales en la distancia media con éxito, al recibir un golpe efectivo de su oponente sobrevaloran el impacto del mismo. Esto da lugar a una modificación en sus intenciones tácticas, desplegando peligrosamente ataques en la distancia corta. La entrevista *a posteriori* revela que el boxeador no se percató del dominio que estaba ejerciendo sobre su rival hasta ese momento. El enfrentamiento psicológico ante una derrota suele ser menos productivo en boxeadores cuyos juicios autovalorativos lo retroalimentan desafortunadamente acerca de la justeza de la decisión emitida por los jueces. Estas actitudes, desprovistas del carácter crítico necesario, son reforzadas en ocasiones por figuras claves para el atleta, con lo cual puede acentuarse el sesgo autovalorativo.

El grado de especificidad y adecuación que pueden alcanzar las autovaloraciones parciales de rendimiento es elevado, como el dominio de elementos técnicos de alta especialización en diferentes etapas de la vida deportiva. Las autovaloraciones parciales pueden evaluarse en el deporte mediante escalas, cuestionarios, entrevistas, etc.

Quedó demostrado que las adecuaciones autovalorativas parciales y la general, en atletas destacados, gozan de elevada riqueza de contenidos ejerciendo una función autoeducativa eficaz sobre la «dinámica de autoperfeccionamiento». Este término fue acuñado para referirse a la correspondencia entre la

autovaloración, los ideales y las demandas de la tarea. Por su parte, en los deportistas menos destacados predominó la inadecuación autovalorativa de cualidades de rendimiento previa a las competencias, y afectaciones en la función autoeducativa de la autovaloración general.

Al estudiar la relación entre la adecuación autovalorativa de rendimiento y el nivel de pretensiones en una muestra bipolar de tiradores deportivos, se formuló la siguiente interrogante: ¿Es suficiente que la meta ambiciosa exista para alcanzar el éxito, aunque no cuente con el respaldo de un juicio autovalorativo adecuado? Para conocerlo, se diseñó una prueba de terreno que obligó a los participantes a comprometerse con ciertos rendimientos y cumplirlos. El éxito no correspondía al que tirara mejor sino al que cumpliera sus compromisos de rendimiento. Los resultados fueron ilustrativos:

(...) los tiradores destacados obtuvieron una puntuación significativamente mayor; es decir, fueron más capaces de apreciar con justeza sus posibilidades reales. Los destacados solo fracasaron en 8 compromisos, mientras los no destacados lo hicieron en 19, es decir, en más del doble de las ocasiones. Estos últimos fueron más incumplidores porque se sobrevaloraron e ignoraron sus limitaciones técnicas. Por otra parte, la oscilación alrededor de la media del nivel de compromiso fue significativamente mayor entre los no destacados, lo cual revela que son más inestables en los propósitos de ejecución.⁴⁸

⁴⁸ Luis González: «Autovaloración y pretensiones. Elementos de alto nivel regulador para el deportista».

Un esfuerzo similar dio lugar al diseño de una prueba de terreno para estudiar la adecuación de los juicios autovalorativos durante los entrenamientos en la modalidad de saltos del atletismo. Sus principales hallazgos fueron: a) disminución del índice de error autovalorativo cuando el atleta se acerca a la obtención de la forma deportiva y b) el índice de ese error tendió a ser negativo, lo cual evidencia que el atleta se evalúa con mayor rigor que los expertos.

Las dos investigaciones anteriores llevaron el estudio de la adecuación autovalorativa parcial a un nivel de operacionalización de «carácter fásico»,⁴⁹ con lo cual el concepto ganó en mayor especificidad, adaptabilidad e integración con la actividad, adoptando el calificativo «de rendimiento» para este material.

La ejecución boxística está compuesta por decenas de momentos y acciones técnico-tácticas diferenciables, de los cuales resulta la efectividad ofensiva y defensiva del boxeador para alcanzar la victoria. Por ejemplo, este debe reconocer si mantuvo la velocidad de las acciones en la transición de una distancia de combate a otra, o del accionar ofensivo al defensivo. Debe identificar los síntomas de su estado físico y los del contrario para tomar decisiones en relación con la intensidad del ritmo que está imponiendo a sus acciones. Debe seleccionar las combinaciones de golpes apropiados a la distancia y momento preciso de su ejecución, así como percatarse de cuándo un sistema táctico está resultando efectivo y en qué medida.

El reconocimiento autovalorativo de estos detalles técnicos, tácticos, físicos y psicológicos de la ejecución fundamentó la selección de la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento como indicador psicológico vertebrado con la actividad,

⁴⁹ Martin Seligman: *Authentic Happiness*.

para cuya evaluación y posterior intervención fue pertinente desarrollar un soporte teórico-metodológico.

Las autovaloraciones parciales de rendimiento se nutren del esquema autovalorativo general como deportista, pero varios de sus componentes gozan de relativa autonomía y regularidad propia, pues estos se encuentran muy influidos por el efecto coyuntural del entrenamiento, del mesociclo de preparación por el que transita el boxeador y cuán en forma deportiva se encuentra, de si ha sufrido lesiones que lo han separado del proceso de preparación, etc.

Un boxeador puede exhibir una elevada adecuación autovalorativa general, tener conocimientos precisos y profundos de las cualidades propias en los aspectos físicos, técnicos y tácticos de su deporte; puede conocer que lo distinguen la rapidez y coordinación de movimientos. Sin embargo, presentar afectaciones en las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento relativas al sentido de la distancia, por ejemplo, por haberse incorporado recientemente de unas vacaciones.

En este caso, no se retroalimenta adecuadamente de ese aspecto de su propia ejecución, sobrevalora o subvalora la calidad de un elemento ofensivo o defensivo por una insuficiente actualización de los enlaces corticales temporales que regulan la acción.⁵⁰ Puede creer que lo tiene desarrollado en una medida exagerada e incorporarlo equivocadamente en la ejecución, exponiéndose a recibir una peligrosa acción ofensiva de su oponente, todo ello, preservando una alta adecuación autovalorativa general.

⁵⁰ Luis González: «Sin determinado stress no se pueden mejorar los rendimientos deportivos».

Control psicológico en boxeo

Como se ha establecido, el control psicológico del entrenamiento constituye el cuidadoso proceso de evaluación de categorías subjetivas que experimentan variaciones por el efecto de los ejercicios de la preparación, y se convierten en indicadores de la efectividad de estos últimos sobre el deportista: «(...) en el entrenamiento se ponen de manifiesto la unidad de lo psíquico y lo biológico. Hay un proceso mutuo de desarrollo, perfeccionamiento y estructuración de funciones».

Para el análisis de variables científicas en el deporte, el control psicológico permite contar con un criterio evaluativo de mayor concreción y comunicar a entrenadores y metodólogos resultados prácticos relativos a la preparación psicológica antes, durante y después de entrenamientos o competencias. Se logra gracias a la determinación y evaluación de variables demostradamente asociadas a las demandas psicológicas de la actividad deportiva y a la individualidad del deportista.

Un colectivo de entrenadores logra mayor aprovechamiento de los resultados del control psicológico del entrenamiento en la medida que las variables son estudiadas y comunicadas con rigor investigativo, mediante diseños metodológicos que se acercan a las condiciones reales de la actividad y cuyos resultados se relacionan con aspectos del rendimiento, permitiendo con ello posibles intervenciones para desarrollarlas antes de las competencias.⁵¹

El boxeador es entrenado para golpear cada vez con mayor frecuencia y precisión a un rival durante tres minutos en cada asalto de combate conservando su sistema defensivo, tanto

⁵¹ Julio Ordoqui: «Acercamiento epistemológico a la Psicología del deporte».

como lo permitan las condiciones del combate y el rival. Para alcanzar la forma deportiva, se somete a una complicada y multifacética combinación de contenidos y medios de la preparación variables en cada etapa, para lograr cambios psicológicos y fisiológicos favorables, cuya expresión deberá emerger de forma oportuna en los eventos competitivos planificados.

Un amplio desarrollo de la temática del control psicológico se refiere a su sujeción a la planificación del entrenamiento deportivo, en virtud de lo cual puede realizarse a largo, mediano y corto plazo; con protagonismo del análisis del producto de la actividad como recurso metodológico.⁵²

El control a largo plazo abarca el período más extenso en que se organiza el entrenamiento deportivo, cuyo término lo constituye una competencia fundamental. En algunos sistemas de periodización se le denomina macrociclo de preparación. El control psicológico a mediano plazo se enmarca en los conocidos mesociclos de preparación y, para esta investigación, su término coincide con alguna competencia preparatoria o clasificatoria a los eventos principales. Contribuye a la conformación de un criterio diagnóstico, con el objetivo de diseñar intervenciones que optimicen el estado de la preparación del deportista de cara a la competencia fundamental.

El control psicológico programado para una sesión de entrenamiento es el denominado a corto plazo. Aporta una información «viva» e inmediata acerca de los estados psicológicos que con mayor sensibilidad reaccionan a las cargas de entrenamiento, y permite un profundo nivel de integración práctica del psicólogo(a) con entrenadores, deportistas y miembros de la tríada médica. Precisamente este marco —la sesión de entre-

⁵² Francisco García: *Motivación del deportista peruano*.

namiento— sirvió para el diseño y operacionalización de las variables principales de la presente investigación: la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento y la efectividad competitiva.

Durante un combate real, el boxeador realiza múltiples combinaciones de distancia, cantidad y tipología de golpes con las que logra determinada efectividad ofensiva y defensiva, cuyo sistema táctico regulador recibe una importante contribución de la adecuación de los juicios autovalorativos referidos a los detalles altamente especializados de la ejecución en desarrollo. Al mismo tiempo, los referentes autovalorativos se actualizan mediante la efectividad lograda durante el desempeño, expresión de una relación de interdependencia de las variables.

La dinámica entre la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento y la efectividad competitiva, debe integrarse de forma operativa al curso vertiginoso e infinitamente cambiante de las condiciones del combate, que implica la aparición de imprevistos y la presencia de estresores de diferente naturaleza, interpretados desde los esquemas autovalorativos y la efectividad constatada. Frente a estos, el competidor debe emitir respuestas adaptativas y creativas (inversiones metamotivacionales) por medio de ajustes en los componentes y temporalidad de las acciones, para aspirar a la victoria.

En la labor de preparación psicológica realizada a lo largo de 15 años con el equipo nacional de boxeo de Cuba, se han registrado ejecuciones competitivas inefectivas en participantes protegidos por una elevada adecuación autovalorativa parcial de rendimiento. Aunque poco frecuentes, tales comportamientos resultaron muy relevantes por sus manifestaciones casuísticas, por generar resultados inferiores a lo esperado durante algunas de las competencias estudiadas y, sobre todo, se

produjeron sin que los avances logrados en los estudios sobre la respuesta de estrés competitivo ofrecieran una explicación satisfactoria.⁵³

Inversiones metamotivacionales.

Promisorio campo investigativo en el boxeo

La Teoría de la Inversión (TI) de Apter posee valor específico para la Psicología del Deporte,⁵⁴ con la posibilidad de analizar, mediante el concepto inversiones metamotivacionales, datos de la dinámica autovalorativa necesitados de explicación.

Las inversiones son los cambios que tienen lugar entre pares de estados metamotivacionales y reflejan la labilidad del sistema psicológico ante diferentes demandas internas o externas. No son modificaciones sutiles o a medias, son drásticas y bipolares en las intenciones del boxeador. Como conductas deportivas, pueden resultar funcionales o no, denotando con ello la posibilidad de reflejar apropiadamente la realidad, y al propio deportista dentro de esta.

Los estados metamotivacionales o perfil metamotivacional se organizan en cuatro pares biestables, y cada uno representa una valencia motivacional (valor psicológico) opuesta a la del compañero, referido al modo en que los sujetos interpretan y reaccionan ante la realidad en curso:

Estado télico/paratélico: El primero está relacionado con un comportamiento serio y orientado a metas. Su proyección al futuro implica una cuidadosa planificación de las acciones.

⁵³ Robert Karasek, Scott Russell and Tores Theorell: «Physiology of stress and regeneration in job related cardiovascular illness».

⁵⁴ Michael Apter: «Reversal theory and personality: A review»; *An introduction to reversal theory* y «Developing reversal theory: some suggestions for future research».

Su opuesto paratético se distingue por comportamientos que tienden a ser espontáneos, impulsivos y orientados por las sensaciones. Este par de estados metamotivacionales contrasta dos modos diferentes de experimentar el arousal.⁵⁵ aquel en que altos niveles resultan displacenteros y se perciben en forma de ansiedad (estado télico) y otro, en que se experimenta como excitación, disfrute y regocijo (estado paratético).⁵⁶

Estado negativismo/conformismo: se orienta alrededor de la respuesta de los participantes ante las normas o reglas implícitas y explícitas. En el estado de conformismo la experiencia está orientada al valor de pertenecer y satisfacer las expectativas y normas sociales. En el estado negativista la experiencia está orientada al valor esencial de la libertad. Se reaccionará contra las reglas, experimentando el deseo de ser autónomo e «ir contracorriente».

Estado autocéntrico/alocéntrico: Cuando opera el autocentrismo, las interpretaciones favorables del éxito individual en una interacción deportiva proveen de experiencias placenteras. En el caso opuesto, la percepción del éxito alcanzado por otros participantes inducirá sentimientos de placer y satisfacción.

Estado de maestría/simpatía: El primero está asociado a la vivencia de sentirse experto y poderoso con el objetivo de derrotar a su oponente. Predomina una elevada disposición a competir, a controlar, a ser tenaz y fuerte frente a su contrario, público presente en la instalación y otros elementos que integran la experiencia de competición. En el segundo caso, el atleta necesita simpatizar a otros, puede tratarse de compañeros de equipo, espectadores, etc.

⁵⁵ Arousal es «el grado de excitación o de intensidad emocional que experimenta la persona acerca de aquello que está haciendo».

⁵⁶ John Kerr: *Counselling athletes: Applying reversal theory*, p. 97.

La TI capta el dinamismo de condiciones y circunstancias a las que está expuesto un boxeador durante las acciones de los combates reales. Son imprevistos comunes en estos últimos: arribar a un estado físico desfavorable producto de un golpe contundente recibido o de una fatiga temprana, ejecuciones antideportivas de los contrarios o modos ofensivos inesperados y efectivos por parte de estos. También ocurren heridas riesgosas (mayormente en el rostro), se presentan dolores físicos que pueden llegar a ser intensos, y pueden recibir la influencia de desempeños injustos por parte de árbitros y jueces. La ejecutoria de los entrenadores en la esquina genera efectos sobre los boxeadores y sus resultados parciales (positivos y negativos).

Frente a las condiciones cambiantes de los combates, la inversión metamotivacional puede facilitar o entorpecer la expresión de la potencialidad reguladora adecuación autovalorativa/efectividad competitiva. Se impone superar las concepciones estáticas de las destrezas psicológicas universales para el éxito deportivo, pues los competidores exitosos –de acuerdo con la TI– deben estar aptos para controlar y realizar modificaciones (inversiones metamotivacionales) en su estado psicológico en cualquiera de las etapas de la ejecución.

La TI permite continuar de una manera determinante el giro que, en favor de concepciones dinámicas dentro de la psicología y la fisiología, se produce a partir de los estudios de estrés en el deporte en nuestro país, particularmente por medio del enfoque psiconeuroendocrino.

A modo de ilustración del valor de la TI para la Psicología del Deporte, véase el siguiente ejemplo de un boxeador cubano durante un combate de la VI Serie Mundial (2016). La inversión que realiza pertenece a una combinación de estados

metamotivacionales «maestría/simpatía» y «conformismo/negativismo»:

El boxeador aplicó las indicaciones recibidas de su entrenador (polo conformismo de la dimensión conformismo/negativismo) y mantuvo a distancia a un rival de menor estatura, agresivo e insistente (polo maestría de la dimensión metamotivacional maestría/simpatía), que intentó atacar su abdomen con certeros ganchos. Sin embargo, los vítores y loas de la afición que pedía a gritos un golpe espectacular que derribara al contrario, provocó en él una inversión hacia los polos simpatía y negativismo. Desatendió arbitrariamente las indicaciones e intentó complacer a la afición, aceptando un peligroso cuerpo a cuerpo que terminó en un fracaso.

En la entrevista posterior al combate, el boxeador aseguró haberse percatado (elevada adecuación autovalorativa parcial de rendimiento) de que estaba aplicando modos ofensivos efectivos (alto control de la tarea) y sus entrenadores se lo reforzaron. Sin embargo, vivenció con vergüenza el reclamo del público por mantenerse en polo maestría, y realizó la inversión metamotivacional simpática⁵⁷ (complaciente) y negativista (opuesta a lo orientado por su esquina), de carácter disfuncional, facilitadora de una experiencia de orgullo, valentía y autonomía que lo llevó a la derrota.

Se trata de un fenómeno psíquico en el estudio del boxeo que apenas comienza a registrar datos, cuya visibilización, pertinencia y orientaciones generales de estudio se reportan por experiencia profesional en escenarios olímpicos y mundiales, y no

⁵⁷ Jonathan Males, John Kerr and Joanne Hudson: «Elaborating the Mastery State and the Confidence Frame».

debe ser ignorado como prolegómeno de futuras investigaciones. Cabe esperar que una elevada adecuación autovalorativa parcial de rendimiento se acompañe de inversiones metamotivacionales funcionales y viceversa, con especificidades relacionadas con los estados metamotivacionales en que ellas se producen. Estas reflexiones acentúan la necesidad de desarrollar tan importante cuerpo teórico para incorporar cuanto antes en el estudio e intervención de la respuesta psicológica competitiva la categoría inversión metamotivacional.

Prueba de Adecuación Autovalorativa de Boxeo: Psicología dentro de un ring

Desde 2009 hasta la fecha, en la conducción de la preparación psicológica del equipo nacional de boxeo de Cuba, el sistema de control psicológico del entrenamiento se ha enriquecido y complejizado. Constituye un reto la evaluación psicológica de los boxeadores para el análisis de los estados parciales de su preparación y de la forma deportiva: «(...) el estado de disposición óptima del deportista para obtener la marca deportiva, la cual se logra en determinadas condiciones en cada ciclo grande de entrenamiento».⁵⁸

La planificación del entrenamiento desarrollada por el colectivo técnico nacional de este deporte, ha recibido marcadas influencias de enfoques teóricos y métodos de probada efectividad,⁵⁹ no empleados con anterioridad, los que se vertebraron de forma creativa con los tradicionales⁶⁰ para dar lugar a un

⁵⁸ Lev Matveev: *Fundamentos del entrenamiento deportivo*, p. 284.

⁵⁹ Vladimir Issurin: *Entrenamiento Deportivo. Periodización en bloques*; Yuri Verhoshansky: *Bases of special physical preparation of athletes*.

⁶⁰ Jesús Domínguez y José Llano: *Preparación básica del boxeador*; Misael González y Alcides Sagarra: «Escuela cubana de boxeo, desarrollo de

sistema de entrenamiento novedoso y propio. Este se encuentra en proceso de consolidación práctica, como se constata en los resultados alcanzados en eventos de alto nivel competitivo, pero se está sistematizando desde el punto de vista teórico-metodológico.

Como se ha esbozado en el presente material, esta investigación en boxeo se propuso determinar si la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento, cuya importancia para la autorregulación del desempeño deportivo fue demostrada en algunos deportes de arte competitivo, fuerza rápida y combate, posee valor regulador en la ejecución deportiva del boxeo. Al mismo tiempo, si es capaz de revelar modificaciones que tienen su origen en la administración de los contenidos del entrenamiento en sus diferentes mesociclos, apelando a la reconocida interrelación entre las potencialidades psicológicas y los frutos de la acción práctica.

En cualquier medio, en particular, los agonísticos y de rendimientos, antes de observar cualitativamente diversos ángulos de las respuestas humanas y pretender conclusiones de las observaciones que de ellas se hagan, resulta imprescindible demostrar que no tienen carácter singular o circunstancial antes de creer en la existencia de una regularidad, o extrapolarla desde escenarios investigativos y poblaciones diferentes.

La primera parte de la ruta investigativa demandó la operacionalización de un Índice de Error Autovalorativo (IEA), para cuya evaluación se elaboró un instrumento en condiciones ecológicas (Prueba de Adecuación Autovalorativa de

Boxeo o PAAB), cuya interpretación de resultados fue dotada de validez, confiabilidad⁶¹ y normalización.⁶²

En un segundo momento, se seleccionó la efectividad competitiva o Kec (balance de efectividad ofensiva y defensiva) de los boxeadores como indicador que expresa la calidad del desempeño boxístico. Su utilización permitió constatar y describir el efecto regulador de la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento, de sus avances y retrocesos, sobre la ejecución técnico-táctica en combates de boxeo. Con ello se reúnen evidencias para que el proceso psicológico estudiado cobre la dimensión metodológica necesaria, que la incluye en el sistema de control científico del entrenamiento con el equipo nacional de este deporte.

La interacción entre las variables de estudio se vio reforzada por el alcance del propio proceso investigativo. Se trata de la posibilidad de establecer intervalos de predicción de la efectividad competitiva para una ocasión futura, a partir de los indicadores de adecuación autovalorativa de los mismos participantes del estudio, si la planificación de cargas y las condiciones de la actividad del combate se preservan. Lo anterior posee valor inferencial acerca de la evolución, obtención y mantenimiento del estado de forma deportiva de los boxeadores.

El IEA refleja el contraste entre lo que el boxeador cree haber logrado y lo que hizo en realidad, sobre la base de su capacidad para juzgar aspectos y momentos altamente especializados de la ejecución en curso. Dicha capacidad se encuentra muy influida por la actividad deportiva y su impacto sobre la subjetividad.

⁶¹ Robert DeVellis: *Scale development: theory and applications*; Larry Price: *Psychometric Methods: Theory into Practice*.

⁶² Barry Cripps: *Psychometric Testing. Critical perspectives*.

Se utiliza un diseño no experimental longitudinal de panel, desde una perspectiva mixta con ejecutoria secuencial,⁶³ que emplea una fase principal de carácter cuantitativo y una segunda, desarrollada mediante un estudio de casos múltiples,⁶⁴ como válidos y complementarios modos de abordaje de lo que acontece en la práctica real del boxeador.

Este tipo de aproximación permitió aportar al control psicológico del boxeo un indicador subjetivo de terreno comprobadamente asociado al desempeño técnico-táctico, inexistente hasta ese momento. Asumió la complejidad de su integración y operacionalización en la ejecutoria técnico-táctica de los participantes (interacción entre las variables de estudio mediante modelación).

El diseño no se aleja de la postura epistemológica histórico-social del autor (verticalización mediante casos), al sostener que la actividad boxística y los procesos psíquicos a ella vinculados trascienden las regularidades encontradas, pues tienen un sentido personal y expresión singular para cada uno de los participantes, amparados en la irrepetible configuración de su personalidad.

La investigación se desarrolló en las condiciones habituales de la preparación deportiva para cuatro Campeonatos Mundiales y dos Juegos Olímpicos. La obtención de los datos tuvo lugar durante el entrenamiento libre con guantes (ELCG) o «sparring», actividad modeladora de la competencia. Ello permitió estudiar las autovaloraciones parciales de rendimiento en el momento en que están regulando la conducta técnico-táctica en combates de entrenamiento. Se determinó el valor predictivo de la adecuación autovalorativa parcial de rendimiento,

⁶³ Roberto Hernández y colaboradores: *Metodología de la Investigación*.

⁶⁴ Robert Yin: *Case Study Research Design and Methods*.

obtenida mediante el control psicológico, respecto a la efectividad competitiva de los boxeadores del equipo nacional cubano en combates de entrenamiento.

El valor práctico a partir de esta formulación radicó en que la PAAB como instrumento para evaluar las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento, permitió al psicólogo adentrarse en los análisis interdisciplinarios con indicadores claros, disponer de espacios de tiempo en el complejo y contabilizado escenario de entrenamientos y competencias, y participar con legitimidad a la hora de seleccionar a un boxeador para determinado evento, diagnosticar el progreso del estado de forma deportiva y emitir pronósticos de desempeño con un razonable margen de predictibilidad.

Tras la evaluación en un grupo piloto del contenido autovalorativo, de la consigna, de las condiciones de prueba y de los evaluadores participantes, se estableció el procedimiento para aplicar la PAAB durante los combates de entrenamiento, actividad más cercana a la competencia de boxeo. Este resultó un complejo proceso de coordinación y entrenamiento de los expertos participantes que implicó, incluso, la demostración de que la intervención del psicólogo en la esquina del ring para la obtención de la información demoró una media de 13,4 segundos, de los 60 disponibles entre asaltos de combate, sin reportes de interferencia por parte de los usuarios.

La tarea de la PAAB consiste en solicitar al boxeador una autoevaluación acerca de su desempeño táctico ofensivo y defensivo (por separado), empleando escalas Likert continuas de 5 niveles, desde 1. (desempeño táctico muy inefectivo) hasta 5. (desempeño táctico muy efectivo) durante ELCG. Simultáneamente, un grupo de expertos del deporte evaluaron el mismo comportamiento táctico, empleando una escala similar.

La diferencia entre la autoevaluación y los valores de referencia otorgados por los expertos permitió identificar un índice de error autovalorativo, justamente la medida de adecuación del juicio autovalorativo regulador de la acción deportiva.

Varias preguntas surgieron. ¿En qué se diferencian los esquemas autovalorativos de los campeones de aquellos que no lo son? ¿Es la adecuación parcial de rendimiento una variable con capacidad diagnóstica del estado de forma deportiva? ¿Sobre la base de qué indicador era posible afirmarlo? Algo aún más importante, ¿determinado movimiento de la adecuación autovalorativa se acompañaba de variaciones en el desempeño táctico?

Es decir, percatarse de la calidad de la ejecución era una de las premisas para regular la ejecución en curso. Para responder esta última interrogante se introdujo el declarado procedimiento del KecVAM, capaz de determinar en los combates evaluados con la PAAB la efectividad ofensiva y defensiva de los participantes del estudio para correlacionar la variable subjetiva con la cantidad y efectividad del golpeo.

El instrumento se aplicó durante nueve años en cada una de las fases de entrenamiento para determinar los valores de las variables de manera inter e intraindividual, y establecer comparaciones entre períodos del entrenamiento para un proceso de obtención de forma deportiva.

Los resultados apoyaron tres núcleos hipotéticos de la investigación. Primero, la media de los valores del IEA fue de 0,42 para la muestra total (cuanto más pequeño ese error mayor es la adecuación). El 50% de las observaciones registradas se encontró por debajo del valor promedio del grupo, y el 75% de las observaciones se ubicó de 0,5 hacia abajo, valores que

representan una regulación autovalorativa muy precisa por parte de los boxeadores.

Al comparar los valores de IEA obtenidos en entrenamientos libres con guantes entre boxeadores destacados y no destacados, se evidenció que los participantes del subgrupo de boxeadores destacados obtuvieron valores significativamente más bajos ($p < 0,05$) que los no destacados, y que estos últimos presentaron mayor variabilidad de tales valores.

La presencia de una elevada adecuación autovalorativa en boxeadores campeones del mundo y la significativamente menor adecuación en sus homólogos menos destacados (apenas medallistas en torneos locales), dotó a la PAAB de pertinencia y valor metodológico en el campo de los estudios sobre el control psicológico aplicado al boxeo, y destaca a las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento como objeto a tener en cuenta en la preparación psicológica del boxeador en este nivel de la pirámide de rendimiento. Estos resultados son coherentes con los reportados por estudios con saltadores, tiradores deportivos, judocas, esgrimistas y luchadores.

Por medio de la entrevista de cierre de la PAAB se confirmó la capacidad de los mult campeones de identificar rápidamente y con suficiente adecuación las acciones exitosas de los contrarios. Sus autoreportes fueron muy detallados y coherentes con las autoevaluaciones emitidas durante los ELCG, con referencias muy específicas a acciones que tuvieron lugar durante los combates.

Segundo, al comparar los valores de IEA entre los mesociclos A, T y R para la muestra total del estudio, se obtuvo que las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento se distribuyeron de manera significativamente diferente ($p < 0,05$)

entre los mesociclos de preparación, observándose una disminución de los valores del IEA en la medida que esta avanza.

Se constató que el IEA fue significativamente mayor durante el mesociclo de acumulación de cargas (al inicio) que durante los mesociclos transformación (intermedio) y realización (competitivo). Aun cuando la mediana de menor valor del IEA se produjo en el mesociclo de realización, las diferencias dejaron de ser significativas entre los dos últimos. Este hallazgo sugiere que las autovaloraciones parciales de rendimiento, en lugar de alcanzar su máximo potencial en vísperas de la competencia fundamental, preservan una adecuación lograda a finales del mesociclo precedente.

Las variaciones en las medianas del IEA de un mesociclo de entrenamiento al siguiente, entraña un valor metodológico relevante para el control psicológico del entrenamiento: el IEA y la PAAB constituyen recursos demostrados para determinar progresos en los estados parciales y final de la forma deportiva. Este hallazgo permite al psicólogo disponer de un indicador científicamente comprobado en el análisis de la preparación.

Tercero, para verificar el efecto de las variaciones de las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento sobre los cambios en la efectividad competitiva de boxeadores del equipo nacional cubano, se correlacionaron los valores del IEA y el Kec de los boxeadores evaluados para identificar variaciones concomitantes entre las variables.

El coeficiente de correlación de Pearson (-0,45; $p < 0,05$) entre ambas variables posee un carácter estadísticamente significativo para el tamaño de muestra. Esto confirma la hipótesis de que los valores del IEA varían concomitante e inversamente respecto a los del Kec. Cuando los primeros aumentan los segundos disminuyen y viceversa.

Los boxeadores con mayor adecuación autovalorativa (destacados), cuyos valores de IEA son bajos, poseen una retroalimentación reguladora de las acciones técnico-tácticas, capaz de incorporar aspectos muy detallados de la ejecución y de la reserva energética de la que disponen. Ello les permite identificar acciones infructuosas, preservar modos ofensivos exitosos y los provee de un mayor control sobre las acciones del combate. Esta riqueza y multiplicidad de contenidos autovalorativos se nutre de los resultados de las acciones combativas, y contribuye a emitir respuestas tácticas que elevan su efectividad.

Por el contrario, la inadecuación de las autovaloraciones parciales contribuye a que el boxeador aproveche de forma inestable sus potencialidades técnico-tácticas. Se conduce con mayor inseguridad, extiende su latencia de respuesta, reitera errores o modifica esquemas tácticos exitosos. Enjuiciar con poca precisión aspectos relevantes de su desempeño, se acompaña de disminución en la efectividad competitiva.

Habiendo demostrado la relación inversa y significativa del IEA y el Kec, no resultó difícil calcular los intervalos de predicción de los valores del Kec a partir de los valores del IEA de boxeadores del equipo nacional cubano obtenidos en entrenamientos libres con guantes. Por su extensión y especificidad estadística, la construcción, análisis de los modelos y residuos para su ajuste pueden consultarse en la investigación de origen.

Existe evidencia de la variación del efecto atribuido al IEA como variable explicativa del Kec. El porcentaje de la variabilidad intra-sujetos del Kec explicado por el efecto del IEA es de un 16,6%. Al agregarle la variable moderadora de nivel 1, mesociclo de preparación, y la variable moderadora de nivel 2, condición muestral, se logra explicar una proporción del 46,3% de la varianza total del Kec solamente determinando la variable

autovalorativa, que transversaliza todos los componentes de la preparación deportiva.

A juicio de estos autores, la proporción resultó elevada debido a la calidad y oportuna retroalimentación del desempeño que se logró, lo que contribuyó a la mejor regulación de la adecuación autovalorativa sobre la efectividad. Sin embargo, no se puede pretender que la vivencia de un desempeño deficiente asegure su mejoría, especialmente si no se dispone de las capacidades y habilidades necesarias para ello.

Es decir, un boxeador con precisión autovalorativa acerca del desempeño técnico-táctico, se encuentra en mejores condiciones de aprovechar el potencial adquirido durante el entrenamiento, pero no es capaz de compensar posibles afectaciones de este último.

Si se han alejado del entrenamiento producto de una lesión y han dejado de recibir contenidos determinantes en un mesociclo de transformación, por ejemplo, pueden presentar problemas en el desarrollo de la resistencia a la fuerza y de la velocidad del golpeo, y dificultades para resistir desplazamientos de piernas continuados. En esos casos, la adecuación de las autovaloraciones parciales de rendimiento participa en ajustes de carácter táctico para optimizar el estado físico con el que cuentan, tributando en todo lo posible a elevar la efectividad competitiva.

Al terminar un combate de boxeo al más alto nivel competitivo, un boxeador puede referirse con claridad conceptual a los aspectos que debió desarrollar y no pudo, debido a causas subjetivas o físicas, implicadas directamente en la efectividad competitiva. No bastó con saberlo para hacerlo bien, aunque los datos demostraron que se trata de un importante primer paso, un proceso de reconocimiento especializado de la acción.

Tomando como base el valor del IEA de una ocasión futura, en dependencia de la condición muestral y del mesociclo de entrenamiento en que se encontraban los boxeadores, el sistema de predicción construido permitió estimar intervalos en los que quedarán contenidos los valores del Kec. Es decir, conociendo el IEA de un boxeador mediante los resultados de la PAAB es posible dotar a entrenadores y boxeadores de un conocimiento predictivo acerca de la efectividad competitiva.

Para finalizar, la fuerza de la asociación entre el IEA y el Kec es mayor en los boxeadores destacados, aun cuando la correlación es negativa y significativa para ambos. La medida en que la efectividad competitiva se beneficia de la adecuación autovalorativa es más alta en los boxeadores destacados que en los no destacados. Estos últimos parecen regularse desde fuentes menos controlables, de forma más circunstancial debido a su posible limitación de recursos técnico-tácticos, por causas de carácter físico y situacional, y por la influencia de otras cualidades subjetivas que deberán investigarse en el futuro. Teniendo en cuenta lo anterior, en ellos el valor de la orientación atinada de los entrenadores en la esquina durante los combates cobra una relevancia mayor. Se explica así, además, la relativa emancipación que logran los boxeadores destacados de las orientaciones de sus entrenadores.

Consideraciones finales

Son necesarias algunas precisiones acerca de lo anterior. Los intervalos de predicción no constituyen una camisa de fuerza, sino inferencias probabilísticas. Existen variables situacionales relacionadas con el combate (entrenadores, árbitros y jueces, etc.), con la personalidad, los estados del boxeador, y las características de su oponente que pueden ejercer una influencia relativa mayor sobre la ejecución, alejando los valores reales del Kec de los esperados.

No obstante, los intervalos son lo suficientemente amplios y fueron estimados tomando como base la regularidad mostrada en cerca de 4 500 observaciones de ambas variables a lo largo de nueve años, en que los participantes enfrentaron contrarios nacionales y foráneos, representativos del amplio diapasón de calidad deportiva y estilos de combates.

Las posibilidades predictivas que poseen las adecuaciones autovalorativas parciales de rendimiento no se refieren tácitamente a los intervalos predichos del Kec, sino al carácter representativo de este último respecto a la preparación deportiva adquirida por los boxeadores. La cuantificación, en este caso, fue un recurso disponible capaz de representar la importancia o impacto de las adecuaciones autovalorativas sobre el desempeño boxístico. Por tanto, la connotación o sentido de la predicción se refiere a la capacidad de alerta (científicamente comprobada en las ejecuciones deportivas) que poseen las adecuaciones autovalorativas en el control psicológico del entrenamiento, para

orientar acciones de intervención que superen las desviaciones o consoliden logros y potencialidades de los atletas.

El propósito de la preparación psicológica, específicamente desde la evaluación de la adecuación autovalorativa, no consiste en predecir un número relativo a la efectividad, sino que el análisis del complemento entre la función subjetiva y su impacto en la regulación de la efectividad se observe en el escenario ideal para su constatación, que en un momento posterior regresará de manera central al proceso psicológico y a las regularidades de su desarrollo. Lo anterior convoca a una mayor profundidad y diversificación de la investigación científica aplicada a la preparación psicológica de los deportistas. Queda a disposición de los lectores un grupo de materiales bibliográficos estimulantes y la absoluta disposición de los autores para generar espacios de debate sobre ciencia y sus aplicaciones a la Psicología del Deporte.

Referencias bibliográficas

- ÁLVAREZ, CARMEN: «La relación teoría-práctica en los procesos de enseñanza-aprendizaje», *Educatio Siglo XXI*, 30(2), 2012, pp. 383-402.
- ANGUERA, MARÍA Y ANTONIO HERNÁNDEZ: «La metodología observacional en el ámbito del deporte», e-balonmano.com: *revista de Ciencias del Deporte*, 9 (3), 135-161, Málaga, 2013.
- APTER, MICHAEL: «An introduction to reversal theory», en: *Motivational styles in everyday life: A guide to reversal theory*, America Psychological Association, Washington DC, 2001, pp. 3-35.
- _____ : «Developing reversal theory: some suggestions for future research», *Journal of Motivation, Emotion and Personality*, no. 18, 2013.
- _____ : «Reversal theory and personality: A review», *Journal of Research in Personality*, no. 18, 1984.
- ATHANAILIDIS, ILONA; ATANASIO LAIOS; VASILEIA ARVANITIDOU; CHRISTO MOURTZIOS AND GEORGE ZAGGELIDIS: «Self- assessment of tennis coaches relating to athletes, parents and their educational level. The case of Greece», *Journal of Physical Education and Sport*, 16(3), 2016, pp. 901-904.
- BALMASEDA, MAYKEL: *Análisis de las acciones técnico-tácticas del boxeo de rendimiento*, Tesis de doctorado, Deportes, Universidad del País Vasco, 2011.

- BARRIOS, RENÉ: *Elaboración de un instrumento para evaluar estados de ánimo en deportistas de alto rendimiento*, Tesis de doctorado, Cultura Física, Universidad de las Ciencias de la Cultura física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana, 2011.
- BEAUMONT, CHRIS; IAN MAYNARD AND JOANNE BUTT: «Effective ways to develop and maintain robust sport-confidence: strategies advocated by sport psychology consultants», *Journal of applied sport psychology*, 27 (3), 2015, pp. 301-318.
- BIDDLE, STUART AND MAVIS ASARE: «Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews», *British Journal of Sports Medicine*, no. 45, 2011, pp. 886-895.
- COSTA, RAQUEL; MIGUEL SERRANO AND ALICIA SALVADOR: «Importance of self-efficacy in psychoendocrine responses to competition and performance in women», *Psicothema*, vol. 28, no. 1, 2016, pp. 66-70.
- COWDEN, RICHARD AND ANNA MEYER-WEITZ: «Self-reflection and self-insight predict resilience and stress in competitive tennis», *Social Behavior and Personality*, 44(7), 2016, pp. 1133-1150.
- CRIPPS, BARRY: *Psychometric Testing. Critical perspectives*, John Wiley & Sons Edition, West Sussex, 2017.
- DEGTIARIOV, IVAN: *Boxeo. Libro destinado a los institutos de cultura física*, Editorial Ráduga, Moscú, 1983.
- DEL MONTE, LILIANA: *Autovaloración y dinámica de autoperfeccionamiento en deportistas cubanos de combate de alto rendimiento*, Tesis de doctorado, Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo, La Habana, 2010.
- DE VELLIS, ROBERT: *Scale development: theory and applications*, Editorial SAGE, Los Angeles, 2017.

- DOMÍNGUEZ, JESÚS Y JOSÉ LLANO: *Preparación básica del boxeador*, Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1987.
- DOMÍNGUEZ, LAURA: «¿Yo, sí mismo, o autovaloración?», en: *Pensando en la Personalidad*, Editorial Félix Varela, La Habana, 2003.
- DOMÍNGUEZ, MARTA: *La autovaloración en atletas Olímpicos*, Tesis de Diploma, Facultad de Psicología, Universidad de la Habana, La Habana, 1981.
- JOHNSON, DOMINIQUE AND JAMES FOWLER: «The evolution of overconfidence», *Nature*, vol. 477, 2011.
- DOSIL, JOAQUÍN: *Psicología de la actividad física y el deporte*, 2ª ed., Editorial McGraw Hill, Madrid, 2008.
- FARIÑAS, GLORIA: *Aprendizaje y desarrollo humano desde la perspectiva de la complejidad: la teoría en la práctica*, Editorial Félix Varela, La Habana, 2018.
- : *Psicología, Educación y Sociedad*, Editorial Félix Varela, La Habana, 2005.
- GARCÍA, FRANCISCO Y MARTA DOMÍNGUEZ: «La autovaloración y su significado para el rendimiento deportivo», disponible en: <https://uchablogia.com/2007/022806>.
- GARCÍA, FRANCISCO: «Control psicológico del entrenamiento en equipo deportivo», Asociación de Psicología del Deporte Argentina, *apda@psicodeportes.com*, único número, Buenos Aires, 2001.
- : «Formación y Psicología del Deporte Profesional en Cuba», *Revista de Actualidad de la Psicología del Deporte*, no. 5, 2002.
- : «Historia y actualidad de la Psicología del Deporte en Cuba», *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, vol. 4, no. 2, julio-diciembre, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España, 2009, pp. 307-316

_____ : *Autovaloración y rendimientos deportivos en jugadoras de voleibol*, Tesis de doctorado, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, La Habana, 1987.

_____ : *Motivación del deportista peruano*, Universidad de San Martín de Porres, Lima, 2001, pp. 108-114.

_____ : *Psicología del Deporte. Enfoque cubano*, Cubadeportes S.A., La Habana, 1997.

GONZÁLEZ, FRANCISCO : «La Psicología del Psicólogo del Deporte. “Encuadre de la tarea”», bitácora científica, disponible en: <http://psicologia-deldeporte.space/articulo/la-psicologia-del-psicologo-del-deporte-encuadre-de-la-tarea/#:~:text=La%20estrategia%20general%20seguida%20por,dificulten%20los%20objetivos%20que%20se,2005>.

GONZÁLEZ, LUIS : «Algunas tareas de terreno de un Psicólogo en atletismo», *Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física*, vol. 3, no. 1, 1998, pp. 23-28.

_____ : «Autovaloración y pretensiones. Elementos de alto nivel regulador para el deportista», *Lecturas: Educación Física y Deportes*, año 7, no. 41, Argentina, 2001.

_____ : «Enfrentamiento al stress competitivo en atletas de alto rendimiento», *Lecturas: Educación Física y Deportes*, año 6, no. 32, Argentina, 2001.

_____ : «Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento», *Lecturas: Educación Física y Deportes*, año 6, no. 33, Argentina, 2001.

_____ : «Sin determinado stress no se pueden mejorar los rendimientos deportivos», *Lecturas: Educación Física y Deportes*, año 7, no. 37, Argentina, 2001.

_____ : *Estrés y deporte de alto rendimiento*, ITESO, México, 2001.

- _____ : *La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento ante el reto competitivo*, Editorial de la Universidad Autónoma de Yucatán, México, 2007.
- _____ : *Mente de campeones*, documental científico de cinco capítulos presentado en el programa Todo Deportes de la televisión cubana, 1999.
- GONZÁLEZ, MISAEL Y ALCIDES SAGARRA: «Escuela cubana de boxeo, desarrollo de una concepción científica para gestionar el trabajo metodológico en la preparación. Aportes e impactos», *Conrado*, 8 (33), 2012, pp. 27-34.
- GONZÁLEZ, MISAEL: «Breve bosquejo histórico acerca de la psicología cubana, desde una perspectiva del Instituto Superior de Cultura Física», disponible en: <http://www.efdeportes.com>, no. 127, diciembre, Argentina, 2008.
- HERNÁNDEZ, ROBERTO, CARLOS FERNÁNDEZ Y MARÍA BAPTISTA: *Metodología de la Investigación*, Mc-Graw Hill, 2014.
- ISSURIN, VLADIMIR: *Entrenamiento Deportivo. Periodización en bloques*, Editorial Paidotribo, 2012.
- KARASEK, ROBERT; SCOTT RUSSELL AND TORES THEORELL: «Physiology of stress and regeneration in job related cardiovascular illness», *Journal of Human Stress*, 1 (8), 1982, pp. 29-42.
- KERR, JOHN: *Counselling athletes: Applying reversal theory*, Routledge, London, 2001.
- KRINANTHI, GDONTELI; MOUNTAKIS KONSTANTINOS AND GAVRIILIDIS ANDREAS. «Self-determination and sport commitment: An evaluation by university intramural participants», *International Journal of Fitness*, 6 (1), 2010.

- LEÓN, ROBERTO: *Estudio de la autovaloración y el nivel de aspiración en un grupo de jóvenes gimnastas*, Tesis de Diploma, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, La Habana, 1980.
- MALES, JONATHAN; JOHN KERR AND JOANNE HUDSON: «Elaborating the Mastery State and the Confidence Frame», *Journal of Motivation, Emotion, and Personality*, vol. 4, 2015, p. 33-44.
- MATVEEV, LEV: *Fundamentos del entrenamiento deportivo*, Editorial Ráduga, Moscú, 1983.
- NAPOLITANO, SALVATORE: «The use of video analysis for self-assessment in aerobics», *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 2016, pp. 1207-1210.
- ORDOQUI, JULIO Y ROLANDO ACEBAL: «Apuntes para una revisión teórica de la autovaloración en el deporte», *Alternativas cubanas en Psicología*, vol. 6, no. 17, La Habana, 2018.
- ORDOQUI, JULIO: «Acercamiento epistemológico a la psicología del deporte», *Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física*; vol. 9, no. 1, La Habana, 2014.
- ORDOQUI, JULIO: «Actualidad investigativa de los fundamentos psicológicos de la acción táctica en el boxeo», *Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física*, vol. 6, no. 3, La Habana, 2011.
- : «Fundamentos psicológicos de la acción táctica en el boxeo. Acercamiento teórico», *Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física*, vol. 6, no. 3, La Habana, 2011.
- : *Autovaloraciones parciales de rendimiento y efectividad competitiva de boxeadores cubanos de alto rendimiento*, Tesis de Doctorado, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, La Habana, 2019.
- PÉREZ, EUGENIO Y OMAR ESTRADA: «Historia de la Psicología del Deporte», *Apuntes de Psicología*, vol. 33, no. 1, España, 2015, pp. 39-46.

- PÉREZ, ROBERTO: *Estudio de la autovaloración de los aspectos técnicos en judokas*, Tesis de Diploma, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, La Habana, 1981.
- PRICE, LARRY: *Psychometric Methods: Theory into Practice*, The Guilford Press, New York, 2017.
- RATNER, CARL: *Desde Vygotski a la Psicología Macrocultural. Obras escogidas*, UdG Publicacions, 2013.
- RODRÍGUEZ, FERNANDO: *Un estudio de la autovaloración de las cualidades personales de alumnos de Karate*, Tesis de Diploma, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, La Habana, 1982.
- ROJAS, LAURA: «Psicología del Deporte en Cuba. Las posibilidades de la subjetividad», *Teoría y Crítica de la Psicología*, no. 12, Universidad de Brasilia, Brasil, 2019, pp. 57-80.
- ROLOFF, GERARDO: «La autovaloración y los métodos para su estudio» en: Rey González: *Algunas cuestiones teóricas y metodológicas sobre el estudio de la Personalidad*, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1982.
- SAGARRA CARÓN, ALCIDES: *El período directo a competencia en el boxeo cubano, un método moderno de planificación del entrenamiento deportivo*, Tesis de doctorado, Pedagogía, Universidad Pedagógica Enrique José Varona, La Habana, 1991.
- SELIGMAN, MARTIN: *Authentic Happiness*, Ediciones B, España, 2006.
- TILINDIENĖ, ILONA; SAULIUS ŠUKYS AND SAULIUS KAVALIAUSKAS: «Evaluation of educational school environment and academic self-evaluation of adolescent athletes and non-athletes», *Baltic Journal of Sport & Health Sciences*, 3(102), 2016, pp. 52-57.
- TOERING, TYNKE; MARIJE T. ELFERINK-GEMSER; GEIR JORDET; GERT-JAN PEPPING AND CHRIS VISSCHER: «Self-regulation of learning and performance level of elite youth soccer players», *International Journal of Sport Psychology*, 43(4), 2012, pp. 312-325.

- VENET, MICHELLE Y ENRIQUE CORREA: «El concepto de zona de Desarrollo próximo: un instrumento psicológico para mejorar su propia práctica pedagógica», *Pensando Psicología*, 10(17), 2014, pp. 7-15, disponible en: <http://dx.doi.org/10.16925/pe.v10i17.775>
- VERHOSHANSKY, YURI: *Bases of special physical preparation of athletes*, FiS Publisher, Moscú, 1988.
- VICIEDO, LEONEL Y MICHEL ÁLVAREZ: «La efectividad competitiva de los boxeadores cubanos de alto rendimiento», *Acción*, vol. 15, enero-diciembre, 2019.
- VICIEDO, LEONEL: *Efectividad Competitiva de los boxeadores del Equipo Nacional de Mayores*, Tesis de maestría, Deportes, UCCFD Manuel Fajardo, La Habana, 2003.
- VIDAURRETA, LUISA: *Comportamiento táctico del Baloncesto femenino cubano de alto rendimiento. Gestión por la rapidez mental*, Tesis de doctorado, UCCFD Manuel Fajardo, La Habana, 2005.
- VYGOTSKI, LEV: «El método instrumental», en: Amelia Álvarez y Pablo del Río (eds.): *Obras Escogidas*, vol. 3, Madrid, 1995.
- : «Pensamiento y lenguaje», en: Amelia Álvarez y Pablo del Río (eds.): *Obras Escogidas*, vol. 3, Madrid, 1995.
- YIN, ROBERT: *Case Study Research Design and Methods*, SAGE, 2014.
- ZAMORA, ROLANDO: *El boxeo. Con lo nuevo y lo tradicional*, Editorial Oriente, Santiago de Cuba, 1997.
- ZELENER, JACQUELINE AND MARGARET SCHNEIDER: «Adolescents and Self-Reported Physical Activity: An Evaluation of the Modified Godin Leisure-Time Exercise Questionnaire», *International Journal of Exercise Science*, 9 (5), 2016, pp. 587-598.



ocean sur

una editorial latinoamericana

www.oceansur.com • info@oceansur.com

Ocean Sur es una casa editorial latinoamericana que ofrece a sus lectores las voces del pensamiento revolucionario de América Latina de todos los tiempos. Inspirada en la diversidad étnica, cultural y de género, las luchas por la soberanía nacional y el espíritu antimperialista, desarrolla múltiples líneas editoriales que divulgan las reivindicaciones y los proyectos de transformación social de Nuestra América.

Nuestro catálogo de publicaciones abarca textos sobre la teoría política y filosófica de la izquierda, la historia de nuestros pueblos, la trayectoria de los movimientos sociales y la coyuntura política internacional.

El público lector puede acceder a un amplio repertorio de libros y folletos que forman sus doce colecciones: Che Guevara, Fidel Castro, Revolución Cubana, Nuestra América, Cultura y Revolución, Roque Dalton, Vidas Rebeldes, Historias desde abajo, Pensamiento Socialista, Biblioteca Marxista, El Octubre Rojo y la Colección Juvenil.

Ocean Sur es un lugar de encuentros.

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE CUBANA, UNA CIENCIA DE TERRENO

El contexto de las ciencias aplicadas al deporte en Cuba ha estimulado en la Psicología la construcción de modelos comprensivos propios e instrumentos ajustados a su campo de estudio, alternando enfoques positivistas, dialécticos y fenomenológicos (casuísticos), complementos indispensables de la preparación psicológica.

La definición de variables psicológicas en los procesos del aprendizaje deportivo, el perfeccionamiento técnico, las manifestaciones subjetivas particulares en las circunstancias de las competencias, los fenómenos psicosociales que intervienen en el funcionamiento de los equipos deportivos, entre otros nichos, distinguieron desde su génesis tres áreas claves de desempeño de los profesionales de la Psicología: la labor de preparación psicológica dirigida a los deportistas, la investigación científica y la docencia, en interdependencia metodológica y estructural. Sobre estos temas profundiza el presente cuaderno.

