

## **El rol del psicólogo deportivo vs. el rol del entrenador en la aplicación de la Psicología en el ámbito del deporte.**

Dr. José María Buceta  
Universidad Nacional de Educación a Distancia

\* Texto expresamente elaborado para los estudios de Master y Especialista Universitarios en Psicología de la Actividad Física y del Deporte de la UNED.

La preparación psicológica de los deportistas debe integrarse en el conjunto de su preparación global, como un elemento más que tiene que interactuar, apropiadamente, con las parcelas física, técnica y táctico/estratégica; considerando todas las vías de obtención de información e influencia psicológica que permitan comprender y mejorar su funcionamiento.

Básicamente, las vías que deben tenerse en cuenta, pueden agruparse en tres grandes bloques: uno de ellos, externo al deportista, incluye procedimientos de observación de la conducta y técnicas de intervención que los entrenadores, médicos deportivos, fisioterapeutas y otras personas influyentes, pueden incorporar a su forma habitual de proceder en su relación con los deportistas; otro bloque, abarca las técnicas de autoobservación y autoaplicación que los deportistas pueden añadir a su repertorio de conductas útiles; y el tercero, contempla las estrategias de aplicación más compleja, que puede utilizar el psicólogo deportivo, trabajando, directamente, con los deportistas.

Además, el psicólogo debe responsabilizarse de detectar y evaluar las necesidades psicológicas de los deportistas; planificar, de acuerdo con el entrenador, el trabajo psicológico a desarrollar en los tres bloques señalados; entrenar a los deportistas para que desarrollen y perfeccionen las habilidades que corresponden al segundo bloque; entrenar o asesorar a los entrenadores, los médicos, los directivos, los fisioterapeutas o los padres de los deportistas, para que apliquen el conocimiento psicológico en el ámbito del primer bloque; velar por la apropiada interacción de la Psicología que se aplica en cada uno de los tres bloques; y evaluar el contenido y los efectos de la intervención psicológica por cualquier vía.

Por tanto, no es incompatible que los profesionales que tratan con los deportistas (entrenadores, médicos deportivos, etc.) incorporen el conocimiento psicológico a su método habitual de trabajo, con el cometido específico de los psicólogos deportivos. Todo lo contrario, sus roles en la aplicación de la Psicología son diferentes y complementarios, siendo conveniente que interactúen, correctamente, para que la preparación psicológica de los deportistas pueda alcanzar cotas más ambiciosas en beneficio de su rendimiento. Cuánto mejor sea el trabajo psicológico de todos los implicados en el funcionamiento de los deportistas, desde el rol

específico de cada uno, y mejor la interacción de todas estas aportaciones, habrá más posibilidades de lograr un rendimiento más alto y, como consecuencia de ello, de optar a conseguir resultados más destacados.

La incorporación de la Psicología al método de trabajo habitual de un entrenador, puede contribuir a que éste comprenda mejor las necesidades y problemas de sus deportistas, adopte las decisiones más oportunas y aplique, eficazmente, las técnicas psicológicas que, desde su rol de entrenador, resulten más apropiadas en cualquiera de las parcelas de su ámbito de actuación (la enseñanza de la técnica o la táctica en el entrenamiento, la impartición de instrucciones antes y durante la competición, la dirección del grupo, etc.); por lo que debe considerarse sumamente trascendente que los entrenadores aprendan Psicología e integren estos conocimientos en su repertorio de recursos profesionales, enriqueciendo, así, su forma de entrenar y dirigir a sus deportistas.

No obstante, los entrenadores deben comprender que, aún dominando y aplicando múltiples estrategias psicológicas desde su rol de entrenador, no pueden sustituir al psicólogo deportivo en las facetas concretas que corresponden a éste, específicamente, por su mayor grado de especialización y el tipo de relación profesional, diferente a la del entrenador, que pueden establecer con los deportistas. Por ejemplo, es difícil que dos días antes de un partido, un jugador sea lo suficientemente sincero con su entrenador como para manifestarle que se encuentra inseguro, cuando este comentario puede ocasionar que el entrenador no le incluya en la alineación titular. Sin embargo, será más fácil que confíe en el psicólogo deportivo (si éste ha trabajado correctamente, para ganarse esta confianza), al no ser la persona que toma las decisiones deportivas que le afectan, sino un profesional que puede comprender su estado psicológico y ayudarle a controlarlo para rendir bien en ese partido.

¿Qué ocurre cuando no hay un psicólogo deportivo disponible?; pues que faltará una pieza que limitará las posibilidades de funcionamiento psicológico de los deportistas, al igual que ocurre cuando, por ejemplo, no hay un médico o un fisioterapeuta. Por mucha medicina o fisioterapia deportiva que sepa el entrenador, no podrá sustituir al médico o al fisioterapeuta en los cometidos más complejos, tanto por falta de tiempo (el entrenador tiene múltiples cometidos propios que le impiden profundizar en todas las parcelas que contribuyen al rendimiento), como por falta de preparación específica al nivel exigido y, en algunas cuestiones, impedimentos legales (por ejemplo: un entrenador no puede operar a un deportista lesionado).

En el caso de la intervención psicológica, además de estas causas, debe añadirse que el rol específico del entrenador (su grado de autoridad sobre el deportista, la trascendencia de sus decisiones, etc.), aunque, en principio, puede facilitar la incorporación del entrenamiento psicológico (el aprendizaje más básico de habilidades de autoaplicación) con algunos deportistas, dificulta, decisivamente, en la mayoría de los casos, la relación apropiada de confianza y colaboración recíprocas, que es imprescindible para llevar a cabo un trabajo psicológico más intenso.

Y esto sucede, incluso, cuando se trata de un entrenador que además es un psicólogo titulado; podrá introducir e integrar, con mayor facilidad, un entrenamiento psicológico básico con algunos deportistas (no con todos), pero llegará un punto en el que los deportistas no estén dispuestos a compartir con él la información más relevante sobre sus experiencias internas (pensamientos, sensaciones, creencias, dudas, etc.) y será necesario contar con otro psicólogo, ajeno a las decisiones deportivas, que establezca con los deportistas una relación profesional de otras características.

De la misma manera, tampoco es apropiado que los psicólogos deportivos pretendan aplicar la Psicología que corresponde a los entrenadores (aunque puedan asesorarles); es decir, las estrategias psicológicas que deben integrarse en el método de trabajo habitual de éstos (por

ejemplo: que intenten corregir los movimientos técnicos de un jugador de fútbol, utilizando alguna técnica psicológica, en lugar de asumir que es el entrenador el que debe realizar esta tarea).

Debe aceptarse, en definitiva, que el entrenador tiene su papel específico aplicando la Psicología y el psicólogo deportivo el suyo, que ambos son complementarios y que los dos son necesarios si se pretende obtener el máximo rendimiento de las posibilidades que la Psicología ofrece.

### **Bibliografía**

Buceta, J.M. (1998) "Psicología del Entrenamiento Deportivo". Madrid: Dykinson.

\* Texto expresamente elaborado para los estudios de Master y Especialista Universitarios en Psicología de la Actividad Física y del Deporte de la UNED.