

HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA DEPORTIVA.

MsC. Osmani Evelio Mercadet Portillo¹

1. Universidad de Matanzas – Sede “Camilo Cienfuegos”, Vía
Blanca Km.3, Matanzas, Cuba. osmani.mercadet@umcc.cu



CD de Monografías 2015
(c) 2015, Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”
ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

Resumen

La *Psicología del Deporte en su calidad de ciencia aplicada* trata de identificar, comprender y explicar aquellas teorías y técnicas psicológicas que pueden ser utilizadas en el deporte con objeto de mejorar el rendimiento y el desarrollo personal de los deportistas, por lo que tiene como objetivo primordial la comprensión de los factores psíquicos que intervienen en el ejercicio físico y el deporte, permitiendo valorar sus efectos en el comportamiento del organismo. El presente trabajo tiene como objetivo exponer una reseña desde su surgimiento hasta la actualidad, a través, de trabajos y eventos, así como, profundizar en las fases o etapas que enmarcan su historia. Las conclusiones nos muestran como la psicología deportiva a pesar de ser una disciplina joven, ha experimentado un desarrollo tal, que la convierte en materia de referencia tanto en el ámbito teórico como en el práctico. Suscitando una irradiación de estudios y publicaciones.

Palabras claves: Psicología del Deporte, etapas, antecedentes.



Introducción

Pensamos que la *Psicología del Deporte* es, sobre todo y antes que nada, una subdisciplina de la psicología, una especialidad de esta controvertida ciencia que trata de aplicar los principios del saber psicológico al campo de la actividad física y el deporte, y no, como se ha especulado, una disciplina perteneciente al campo de las ciencias del deporte y del ejercicio físico. Sin embargo, también somos de la opinión de que la Psicología del Deporte ha de contemplar todos aquellos cambios que se están produciendo en la organización y manifestaciones de las actividades deportivas, recreativas y competitivas como consecuencia del acceso a la práctica deportiva de nuevos grupos sociales en su tiempo de ocio. Como acertadamente señala Lorenzo (1997), la psicología, como ciencia de apoyo al deporte y al deportista que es, “*está destinada a suministrar un análisis de la vertiente psicológica de la actividad física y deportiva, para ayudar a la solución de los múltiples problemas asociados con la práctica del deporte*” (p. 35).

Por todo ello, consideramos que la *Psicología del Deporte* ha de ocuparse, por un lado, de los factores psicológicos que determinan el ejercicio y la práctica deportiva; y, por otro, de los efectos psicológicos que se derivan de tal participación. Precisamente, la mayoría de los estudios actuales sobre el tema apuntan a estos dos objetivos: a) aprender el modo en que los factores psicológicos afectan al rendimiento físico de los individuos, y b) comprender la forma en que la participación en el deporte afecta al desarrollo, la salud y el bienestar personal. Así las cosas, podemos afirmar que la *Psicología del Deporte* surge como un esfuerzo sistematizado para estudiar y potenciar el comportamiento deportivo, y aunque sus primeras manifestaciones aparecen asociadas al deporte de competición, posteriormente se ha ocupado también de todas aquellas expresiones de la práctica deportiva relacionadas con el aprendizaje motor, el ocio, la salud o la integración social.

La *Psicología del Deporte* es una ciencia dedicada fundamentalmente al estudio del comportamiento del ser humano antes, durante y después de la práctica deportiva, sobre todo en la situación de competición, donde los deportistas tratan de aprovechar al máximo sus recursos y su potencial. Precisamente, en su calidad de ciencia aplicada, la *Psicología del Deporte* trata de identificar, comprender y explicar aquellas teorías y técnicas psicológicas que pueden ser utilizadas en el deporte con objeto de mejorar el rendimiento y el desarrollo personal de los deportistas. Ahora bien, esta especialidad psicológica también se ocupa de la investigación y del abordaje de todos aquellos problemas psicológicos asociados a la práctica deportiva que representan dificultades de interacción sana con los demás, tanto en lo que se refiere a la percepción del mundo, las actitudes hacia uno mismo, la tensión psíquica o el control del estrés, como a la incapacidad para alcanzar las metas propuestas, la insatisfacción personal o las dificultades para manejarse convenientemente



en el contexto deportivo. Tanto es así que, haciendo abstracción de las lógicas e inevitables diferencias individuales, podemos afirmar que la *Psicología del Deporte* tiene como objetivo primordial la comprensión de los factores psíquicos que intervienen en el ejercicio físico y el deporte y la explicación de sus efectos en el comportamiento y en el organismo.

Desarrollo

Podemos comenzar señalando que, pese a contar con una serie de trabajos pioneros realizados en Europa y en Estados Unidos a finales del siglo XIX, el reconocimiento oficial de esta ciencia no tuvo lugar hasta la celebración del I Congreso Mundial de Psicología del Deporte en Roma (1965), y que, de hecho, su aceptación académica e institucional no se produjo hasta el año 1986, fecha en la que la American Psychological Association (APA) creó la división 47: Exercise and Sport Psychology. No obstante, es importante recordar que ya en el primer cuarto del siglo XX se manifiesta un considerable interés por la aplicación de los principios de la psicología al deporte, y que, desde entonces, ese interés ha ido creciendo de tal forma que, en la actualidad, se puede hablar de la *Psicología del Deporte* como de una especialidad psicológica consolidada.

Por lo demás, y de acuerdo con el criterio de mayor utilidad, podemos decir que en el desarrollo de la *Psicología del Deporte* se pueden distinguir, al menos, cuatro fases o etapas:

1) En primer lugar, la que se ha dado en llamar etapa de los *Precursores* (1890-1919), una etapa en la que se recogen y detallan los intuitivos trabajos de algunos autores pioneros que tratan de poner de relieve la importancia de los factores psicológicos en la práctica del deporte y el ejercicio físico. En general, son trabajos aislados, muy centrados en los intereses personales de los investigadores y realizados con el rudimentario arsenal metodológico de la época.

2) La segunda etapa, que puede ser considerada como una fase preparatoria para la cristalización de la Psicología del Deporte, es la denominada etapa de *Formación* (1920-1944). Se trata, a grandes rasgos, de un intervalo histórico caracterizado por la formulación de distintas concepciones teóricas y de investigación específicamente ideadas para dar respuesta a las demandas provenientes del entorno deportivo. En esta etapa destacan los trabajos de los psicólogos que son mayoritariamente considerados como los “padres” de



esta ciencia: Alexander Puni y Peter Rudik en la extinta Unión Soviética, y Coleman Griffith en los Estados Unidos.

3) La tercera etapa, llamada de **Crecimiento** (1945-1964), se inicia tras la Segunda Guerra Mundial con aportaciones sistemáticas a esta especialidad de la Psicología aplicada al deporte, sobre todo en el campo del aprendizaje motor, de la evaluación y de la personalidad.

4) La cuarta y última etapa es denominada fase de **Consolidación** (1965- Actualidad), un período histórico, todavía sin concluir, en el que se observa la aparición de estudios dedicados tanto a la investigación como a la evaluación y la intervención.

Este ordenamiento histórico, que a pesar de su precisión no deja de ser una propuesta forzosamente provisional, ha sido elaborado en función de tres criterios fundamentales: a) la docencia académica impartida; b) la investigación realizada; y c) la literatura publicada; tres criterios que nos garantizan, cuando menos, un abordaje profundo y exhaustivo del tema.

A continuación se describen algunos de los principales acontecimientos que caracterizan y dan contenido a cada uno de estos cuatro períodos históricos en los países con mayor tradición en *Psicología del Deporte*.

ETAPA DE LOS PRECURSORES (1890-1919)

En cualquier caso, tal y como señala Lorenzo (1997), es importante destacar que los primeros trabajos de esta etapa fueron fundamentalmente teóricos y que, por este motivo, la mayoría de ellos no contaban con una base experimental que los pudiera legitimar. Generalmente, eran trabajos “*basados en reflexiones personales, trabajos que intentaban explicar por qué los expertos en la actividad física y los deportistas debían tener en cuenta los factores psicológicos y qué beneficios podrían obtenerse de la práctica del deporte y el ejercicio físico*” (p. 18). De hecho, algunas de las propuestas teóricas más interesantes en este campo intentaban explicar por qué los seres humanos juegan y por qué el juego afecta positivamente a su desarrollo. Así, por ejemplo, en el libro de Lesgaft *Guía de la educación física de los niños en edad escolar* (1901) se señala, por una parte, la necesidad de elaborar,



desde una perspectiva científica, las bases de la actividad física y, por otra parte, se describen los beneficios de la educación física en el desarrollo mental infantil.

En lo que a la investigación experimental se refiere, los trabajos pioneros hay que situarlos en Estados Unidos a finales del siglo XIX y comienzos del XX. Fundamentalmente, son experimentos centrados en el aprendizaje motor (tiempo de reacción, programación de la práctica, transferencia del aprendizaje, etc.), un tema que por su importancia y su calado resulta esencial para entender todo lo que acontece en el entrenamiento y la competición deportiva. A continuación, se resumen las cuatro investigaciones que consideramos más importantes por las implicaciones que tienen para los dominios de la *Psicología del Deporte*:

_ En el primer trabajo, George W. Fitz (1895) construyó un aparato para medir los tiempos de reacción en la situación de velocidad y precisión de tocar un objeto, presentado repentinamente en una posición inesperada para el sujeto. Este estudio, realizado “*para evaluar el poder de un individuo para tocar con rapidez y precisión un objeto que se le presentaba de repente, en una posición inesperada*” (Fitz, 1895, p. 37), puso de manifiesto algo obvio: que los deportes que precisan respuestas rápidas y exactas para una buena ejecución se ven favorecidos por la rapidez en la percepción de un estímulo.

_ En el segundo estudio, que algunos consideran el primer experimento en *Psicología del Deporte*, Norman Triplett (1898), un investigador de la Universidad de Indiana entusiasta del ciclismo, observó que los ciclistas corrían más rápido cuando iban en compañía de otros y más rápido aún cuando competían contra otros ciclistas. A partir de sus propias observaciones y de la obtención del registro de los tiempos oficiales de varios ciclistas en diferentes pruebas de la temporada de 1897, Triplett comprobó que estos corrían más rápidamente cuando competían con otros ciclistas que cuando participaban solos. De estas observaciones concluyó que la presencia de otro competidor ejercía un efecto dinamizador que hacía surgir la motivación competitiva y se traducía en una mejor actuación y rendimiento.

_ En el tercer trabajo, W.G. Anderson (1899), descubrió que la fuerza ganada levantando pesos con un solo brazo se transfiere al otro brazo. Al estudiar la transferencia de la fuerza muscular, encontró que los sujetos que levantaban un peso determinado con el brazo derecho, una serie de veces, durante varios días, obtenían no sólo ganancia de fuerza en dicho brazo, sino también en el brazo izquierdo con el que no practicaba.



_ En el cuarto y último estudio de los mencionados, R.A. Cummins (1914), un profesor de psicología de la Universidad de Washington, realizó uno de los primeros experimentos encaminados a analizar el valor que tiene el deporte en el desarrollo de diferentes habilidades físicas y psicológicas. En concreto, Cummins trataba de evaluar los efectos de la práctica del baloncesto en las reacciones motrices, la atención y la sugestibilidad, mediante una serie de tests que se administraban al comienzo de la temporada y al cabo de tres meses. Desafortunadamente, los resultados del trabajo de Cummins no permiten extraer conclusiones claras, sin embargo, pensamos que su trabajo merece ser citado aquí porque implica un enfoque empírico del tema.

Como resumen de este apartado, podemos señalar que los estudios experimentales sobre el aprendizaje y el rendimiento motor son los que aportan en este período histórico las contribuciones más concretas al ámbito de lo que hoy se conoce como *Psicología del Deporte*. Por este motivo, tal y como sugieren Riera (1989), Browne y Mahoney (1982) y Lowe y Walsh (1978)), nuestro punto de vista es que la psicología deportiva tiene sus raíces en el área del aprendizaje y la ejecución motora, un área que con el paso del tiempo ha llegado a ser punto de obligada referencia en las investigaciones sobre el rendimiento deportivo. Por otra parte, también es preciso señalar que el interés de la psicología por el fenómeno deportivo adquiere en esta época un gran impulso debido, principalmente, al movimiento olímpico que se origina a finales del siglo XIX gracias a la iniciativa y al esfuerzo del barón Pierre de Coubertin, quien consigue que, en 1896, se retome el espíritu de las olimpiadas de Grecia con la aparición de los Juegos Olímpicos modernos.

ETAPA DE FORMACIÓN (1920-1944)

Este intervalo histórico, de apenas veinticinco años de extensión, se puede considerar como una fase preparatoria, rudimentaria pero necesaria, para la cristalización de la Psicología del Deporte. Es un período caracterizado, fundamentalmente, por la aparición de ciertos estudios e investigaciones sobre la formación del hábito motor, los tiempos de reacción y la influencia del deporte en la personalidad, que actualmente son considerados como: “*los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte*” (Cruz, 1997, p. 18).

Estos trabajos, todavía esporádicos y sin un programa de investigación coordinado, fueron realizados por algunos de los autores que, aún hoy en día, siguen siendo considerados como los “padres” de la *Psicología del Deporte*: A. Puni y P. Rudik en la antigua Unión Soviética, y C. Griffith en los Estados Unidos. En general, son trabajos aislados,



informales, sin apenas continuidad, específicamente ideados, eso sí, para dar respuestas concretas a las demandas provenientes del entorno deportivo.

Antecedentes de la Psicología Deportiva en Europa (1920-1944)

La *Psicología del Deporte* se inició de forma sistemática en Europa en el primer cuarto del siglo XX. Al parecer, unos años después de haber finalizado la Primera Guerra Mundial, varios Institutos de Educación Física europeos introdujeron cursos obligatorios de psicología deportiva en el currículo de los futuros profesionales de la actividad física. En este aspecto, recuerdan Riera y Cruz (1991), destaca la labor de un equipo de investigadores de los Institutos de Educación Física de Leipzig y Berlín: R.W Schulte, N. Sippel y F. Giese, tres profesionales de la psicología que, durante el período comprendido entre los años 1921 y 1928, escribieron varias obras sobre psicología de la actividad física y el deporte que cubrían tanto aspectos filosóficos como experimentales y aplicados. Asimismo, en el período anterior a la Segunda Guerra Mundial, destacan las investigaciones de Otto Klemm sobre aprendizaje motor en la Universidad de Leipzig. Este autor, junto a F. Krueger, escribió *Motorik* (1938), un libro que, según afirman los especialistas, constituye uno de los primeros manuales modernos sobre aprendizaje motor. También es importante señalar que, en esta época, se crea en Berlín el que puede ser considerado como el primer laboratorio de *Psicología del Deporte*. Ideado y realizado por Carl Diem en 1920, la aparición de este laboratorio marca para algunos el comienzo de la Psicología deportiva a nivel mundial.

En la antigua Unión Soviética, en cambio, después de los escritos pioneros de Lesgaft (1901) sobre los beneficios psicológicos derivados de la práctica de la actividad física, apenas si se publicaron trabajos importantes en el ámbito de la *Psicología del Deporte* hasta el comienzo de los años veinte. De hecho, la Revolución Rusa de 1917 condicionó y supuso un forzado paréntesis no sólo para la investigación, sino también para la participación en actividades deportivas, un paréntesis que terminó cuando los bolcheviques emprendieron la tarea de la educación físico-deportiva del pueblo. Sus primeras realizaciones, ya entrados en los años veinte, fueron los Institutos de Cultura Física, unos flamantes centros oficiales especializados en la formación y preparación de deportistas de alto nivel. En cada uno de estos Institutos se creó un Departamento de Psicología de la Educación Física y de las Actividades Deportivas, organismo que asumió y emprendió la investigación y la aplicación de los principios del saber psicológico al ámbito de la actividad física y el deporte. Así, por ejemplo, P. Rudik realizó varios experimentos en Moscú (1925) sobre el tiempo de reacción; A.Z. Puni estudió en Leningrado (1929) la influencia que la participación en un determinado deporte –el esquí, en su caso tenía en el desarrollo de la personalidad del deportista; Y. Hanin, también en Leningrado, comenzó en esta época sus



investigaciones sobre el fenómeno de la ansiedad y su relación con el rendimiento deportivo; y así un breve pero productivo etcétera de autores y temas de investigación.

En este sentido, un hecho tremendamente importante para el desarrollo de la *Psicología del Deporte* en la Unión Soviética fue la creación del Instituto Central de Investigación Científica para el Estudio de la Educación Física en Moscú (1930). El objetivo principal de este Instituto era coordinar las investigaciones que se realizaban en las diferentes ciencias aplicadas al deporte (biología, fisiología, biomecánica, psicología, medicina...) a fin de mejorar, en todos los aspectos posibles, la preparación del deportista para la competición.

Durante los primeros años, la investigación psicológica del Instituto se centró, principalmente, en el estudio de diferentes técnicas de evaluación psicológica: tests de inteligencia, tests de personalidad y tests de reacción motora; más tarde, derivó hacia el estudio del concepto, algo confuso, de “poder mental”, un concepto que estaría formado por rasgos de personalidad tan significativos como el valor, la determinación, la tenacidad, la resistencia o la autodisciplina; para, finalmente, orientar su rumbo hacia el estudio de las tensiones que los atletas presentan en los momentos previos a la competición.

La coordinación y supervisión de la investigación psicológica realizada por este Instituto le fue encomendada a uno de los padres de la *Psicología del Deporte*: Peter Rudik, quien, en 1936, publicó *Psychologie: ein lehrbuch für turnlehrer, sportlehrer und trainer*, uno de los primeros manuales de *Psicología del Deporte*.

En cuanto a la investigación, a pesar de la pretendida coordinación del Instituto Central de Moscú, “*el número de tópicos era extenso y con poca relación entre ellos*” (Riera y Cruz, 1991, p. 18). En cambio, a nivel aplicado se empiezan a concretar los tres temas de estudio que harán inconfundible a este período histórico: a) las motivaciones e intereses de los atletas por la práctica deportiva; b) las características de personalidad que dan significado al concepto de “poder mental”; y c) las tensiones de los atletas previas a la competición, tres temas que, paulatinamente, permitirán que se vaya concretando el campo de estudio de la *Psicología del Deporte* como disciplina autónoma.

Así pues, la *Psicología del Deporte* de esta época gira fundamentalmente en torno a los conceptos de ansiedad y personalidad como los puntos clave de estudio e investigación. Es,



en estos momentos previos a la Segunda Guerra Mundial, “una disciplina descriptiva y especulativa que prácticamente no ha desarrollado formas específicas de intervención que resulten replicables y sean eficaces” (Gil y Delgado, 1994, p. 3). Técnicas de actuación global como la relajación o la hipnosis figuran entre sus herramientas de trabajo, mientras que el empleo de conceptos pobremente definidos como personalidad, dominancia, frustración, etc., hacen difícil el trabajo de corte científico desde sus presupuestos. Con todo, es necesario subrayar que la mayor parte de los psicólogos del deporte de los Países del Este conceden, como característica distintiva de esta etapa, una atención cada vez mayor a la preparación psicológica del deportista para la competición.

Antecedentes de la Psicología Deportiva en Norteamérica (1920-1944).

En Estados Unidos, la figura más sobresaliente en este período histórico fue, sin lugar a dudas, Coleman Griffith, un investigador de la Universidad de Illinois que, ya en 1918, había realizado varias observaciones informales sobre los factores psicológicos implicados en el fútbol y el baloncesto. Considerado por muchos como el “padre” de la *Psicología del Deporte* en Norteamérica.

Aunque Griffith dedicó la mayor parte de su tiempo a la investigación experimental de laboratorio, también recurrió a las observaciones de campo y a las entrevistas cuando el tema de estudio así lo exigía. Asimismo, diseñó numerosos tests y fue el primer profesor americano en impartir, en 1923, un curso sobre *Psicología del Deporte* en la universidad: *Psychology of athletics*. entre 1919 y 1931, publicó cerca de veinticinco artículos sobre *Psicología del Deporte* –la mayoría de ellos en el *Athletic Journal*- y dos libros ya clásicos: *Psychology of Coaching* (1926) y *Psychology of athletics* (1928).

La principal conclusión que se desprende de la revisión del trabajo de Griffith es que sus contribuciones, aunque importantes, tuvieron muy poca incidencia en el ámbito de la *Psicología del Deporte* de la época. El núcleo principal de sus investigaciones se orientó principalmente hacia las áreas del aprendizaje (atención, memoria, emoción, motivación, etc.) y de las habilidades motrices (coordinación, tiempos de reacción, equilibrio, plasticidad, etc.) y sólo, en menor medida, hacia el área de la personalidad (ansiedad, agresividad, confianza, imagen de sí mismo, etc).

Por otra parte, también es importante señalar que en este período histórico, concretamente en 1930, se crearon los primeros laboratorios de aprendizaje motor. Los iniciadores fueron



John Lawther, en la Universidad de Pennsylvania, y Clarence Ragdale, en la Universidad de Wisconsin En resumen, en esta etapa de “formación” de la *Psicología del Deporte*, una etapa que comprende desde 1920 hasta la terminación de la Segunda Guerra Mundial en 1944, unos cuantos profesionales de la Psicología pusieron de manifiesto la relevancia de los factores psicológicos en la práctica deportiva, realizaron numerosas investigaciones en este campo y consiguieron, aunque la psicología deportiva no había surgido aún como disciplina independiente, sentar las bases de lo que hoy es una especialidad aplicada de la Psicología.

ETAPA DE CRECIMIENTO (1945-1964)

A partir de la Segunda Guerra Mundial, y quizá como resultado de la influencia del conductismo –corriente que dominaba de forma casi exclusiva la psicología de la época-, se produjo en Norteamérica y, en menor medida, en Europa, un notable aumento de las investigaciones sobre aprendizaje y desarrollo motor (Cruz, 1997).

Hay que destacar las investigaciones de M. Howel (1953) sobre la influencia del estrés en el rendimiento deportivo, los trabajos de W. Johnson (1949) sobre las reacciones emocionales de los deportistas y, especialmente, los estudios de Neumann (1957) sobre las diferencias de personalidad entre deportistas que compiten, deportistas que practican deportes recreativos y no deportistas. Sin embargo, no fue hasta comienzos de los sesenta cuando los psicólogos, al menos los americanos, comenzaron a trabajar directamente con deportistas. Los pioneros fueron Bruce Ogilvie y Thomas Tutko, que utilizaron tests y escalas de evaluación para estudiar los rasgos de personalidad de los deportistas de elite.

Avances de la Psicología Deportiva en Estados Unidos (1945-1964).

Según los datos recopilados por Schmidt (1982), durante la Segunda Guerra Mundial se realizaron en Estados Unidos numerosas investigaciones sobre el aprendizaje motor, investigaciones que, en su mayoría, estaban pensadas para seleccionar pilotos de aviación en función de sus habilidades perceptivo-motrices e intelectuales. Arthur Melton, por ejemplo, elaboró un sofisticado programa de evaluación psicomotriz para las Fuerzas Aéreas, un programa que, una vez finalizada la contienda, continuó ampliándose y desarrollándose gracias al concurso y la financiación del Departamento de Defensa.



Como acertadamente señala Schmith (1982), el considerable aumento de las investigaciones sobre el aprendizaje motor en este período puede deberse a dos razones concretas: a) que los estudios dedicados a seleccionar pilotos, pese a no alcanzar el éxito esperado, demostraron a los investigadores que el entrenamiento es más importante que la selección cuando se trata de conseguir unos pilotos de aviación hábiles; y b) que las modernas teorías del aprendizaje, especialmente la de Hull (1943), inspiraron nuevas hipótesis para efectuar investigaciones en el campo de las destrezas motrices. a finales de los años cincuenta, ya existían suficientes investigaciones sobre aprendizaje y desarrollo motor como para que Robert y Carol Ammons fundaran una revista específica: *Perceptual and Motor Skills*, Sin embargo, a pesar de esta ventajosa circunstancia, los trabajos sobre aprendizaje motor realizados por psicólogos disminuyeron de forma alarmante a comienzos de los sesenta.

Al mismo tiempo que disminuía el interés por el aprendizaje motor entre los psicólogos, aumentaba el número de profesionales de la educación física interesados por el tema. Poco después de finalizar la Segunda guerra Mundial, ya se habían introducido cursos sobre *Aprendizaje y Desarrollo Motor* en las Facultades de Educación Física.

Como consecuencia de la introducción de estos cursos sobre aprendizaje y desarrollo motor, se iniciaron a comienzos de los cincuenta varios proyectos de investigación y varias tesis doctorales sobre *Psicología del Deporte*.

Entre dichas investigaciones sobresalen una serie de estudios sistemáticos – Jonson (1949); Harmon y Johnson (1952); Howel (1953); Ryan (1961); Ulrich (1957); Hennis y Ulrich (1958) y Ulrich y Burke (1957)- enfocados a evaluar los efectos del estrés en la personalidad y en el rendimiento deportivo.

Sin embargo, a pesar de todas estas investigaciones sobre el aprendizaje motor, el estrés y el rendimiento deportivo, a finales de los años cincuenta los psicólogos del deporte americanos no habían iniciado todavía los trabajos de asesoramiento a entrenadores ni de preparación de deportistas de cara a la competición, al contrario de lo que estaba sucediendo en la Unión Soviética y en los demás países de la Europa del Este.



No obstante, dos psicólogos clínicos americanos, Bruce Ogilvie y Thomas Tutko, empezaron a trabajar a comienzos de los sesenta directamente con deportistas de elite: nadadores olímpicos, jugadores de béisbol y de fútbol americano de equipos universitarios y profesionales. sus trabajos despertaron a mediados de los sesenta un creciente interés por la *Psicología del Deporte* en estados Unidos y Canadá. Un pequeño grupo de profesionales acudieron al I Congreso Internacional de Psicología del Deporte que se celebró en Roma, en 1965.

Avances de la Psicología Deportiva en Europa Occidental. (1945-1964).

Si bien hasta 1945 sólo se habían editado estudios sistemáticos de *Psicología del Deporte* en Alemania, a partir de 1956 se produjo un aumento progresivo de las publicaciones sobre el tema en la mayoría de los países de Europa Occidental, aunque, como oportunamente nos recuerdan Riera y Cruz (1991), “*todavía se notaba en esta época la falta de una reflexión teórica y metodológica sobre este nuevo ámbito de aplicación de la psicología, aspecto éste que no se subsanó hasta mediados de los años setenta*” (p. 27).

Aparte de los trabajos sobre personalidad y deporte realizados por Neumann, los principales estudios sobre *Psicología del Deporte* realizados en Alemania Federal en este período histórico, según indica Gabler (1972), estuvieron vinculados fundamentalmente al aprendizaje motor, pero tenían un carácter mucho más teórico que los llevados a cabo por los psicólogos de la Europa del Este.

En Italia los temas de investigación estuvieron dirigidos a la evaluación de la personalidad del deportista y al tratamiento clínico-psiquiátrico de sus patologías.

En Francia existió también una íntima y provechosa relación entre la Psicología del Deporte y la Medicina Deportiva. Estas favorables circunstancias permitieron a Bouet, Digo y Missenard (1965) presentar una comunicación en el I Congreso Mundial de *Psicología del Deporte*, celebrado en Roma, sobre evaluaciones médico psicológicas hechas a esquiadores federados.

En España, la licenciatura en Psicología no se instauró hasta el año 1968, por lo que no resulta nada extraño que las primeras contribuciones a la *Psicología del Deporte* provengan



de profesionales que trabajaban en áreas afines a esta disciplina. Entre dichos profesionales hay que destacar a tres ilustres personajes: J. M^a Cagigal, el pensador español más brillante en el campo de la Educación Física y el deporte (Galilea, 1986), el psiquiatra Joseph Ferrer-Hombravella y el pedagogo Joseph Roig-Ibañez, vinculado este último al Centro de Investigación en Medicina Deportiva de la Residencia Blume de Barcelona.

Avances de la Psicología Deportiva en Europa del Este (1945-1964).

La *Psicología del Deporte* surgió como disciplina de estudio en Europa del Este en el período histórico comprendido entre los años 1945 a 1957, aunque anteriormente ya existían importantes trabajos en el campo de la evaluación y adquisición de destrezas motrices, en el de la motivación y en el de las tensiones precompetitivas de los deportistas.

Cruz (1997), plantea que en esta etapa se desarrolló “*una Psicología del Deporte aplicada a la preparación del deportista para la competición, siguiendo las líneas marcadas por los padres de la Psicología deportiva soviética: Alexander Puni y Peter Rudik*”. Precisamente, Rudik (1960) esquematiza de una forma muy clara e ilustrativa cómo se estructuran los contenidos de la Psicología del Deporte en la antigua Unión Soviética.

Desde la terminación de la Segunda Guerra Mundial, los psicólogos deportivos de la Europa del Este han dedicado gran parte de su tiempo y sus esfuerzos a la preparación psicológica del deportista para la competición. Generalmente, estos esfuerzos van dirigidos al comienzo con el estudio de las tensiones previas a la competición, un tema de investigación predominante en el período 1946-1960, para continuar con un entrenamiento básico para el control de la ansiedad y finalizar con el establecimiento de un programa de aprendizaje de habilidades y estrategias para incrementar el nivel de activación.

Al igual que en la Unión Soviética, en la República Democrática Alemana ya existían desde antes de la Segunda Guerra Mundial centros con una buena implantación de la *Psicología del Deporte*, como es el caso del Instituto de Cultura Física de Leipzig. Entre los temas estudiados en Leipzig durante los años cincuenta y comienzo de los sesenta, Vanek y Cratty (1970) destacan: a) el aprendizaje motor, a partir de los trabajos de Paulov; b) las relaciones entre la activación fisiológica y la preparación para la competición, utilizando aparatos de telemetría; y c) la evaluación de atletas mediante técnicas de observación, ya



que, los psicólogos de Leipzig, en general, siempre se han mostrado reacios a utilizar tests de personalidad para dicho cometido.

En la antigua Checoslovaquia, concretamente en Praga, ya existía un Instituto para la formación de profesores de educación física en 1887. Este Instituto se convirtió en Facultad después de la Segunda Guerra Mundial. Las dos principales figuras de la psicología deportiva en Checoslovaquia: Miroslav Vanek e Ivan Macak. Destaquemos, en este aspecto, los trabajos sobre *entrenamiento modelado* desarrollados por Vanek a partir de 1964 y una adaptación del método de entrenamiento autógeno de Schultz desarrollada por Macak en 1962 (Vanek y Cratty, 1970).

ETAPA DE CONSOLIDACIÓN (1965-Actualidad)

En esta fase de consolidación, se aprecia un interés generalizado por delimitar el campo del psicólogo deportivo y por el establecimiento de los criterios de competencia profesional del mismo. El comienzo de esta etapa, como recuerda Lorenzo (1997), se acostumbra a establecer o bien por la fecha de celebración del I Congreso Internacional de *Psicología del Deporte*, que tuvo lugar en Roma en 1965, o por la aparición de la primera asociación americana de *Psicología del Deporte*, en 1967. En ambos casos, la trascendencia y la repercusión científica del evento ha hecho que los psicólogos deportivos, dependiendo, claro está, de su orientación profesional y de su país de origen, consideren que en la *Psicología del Deporte* existe un antes y un después de estos hechos.

La Psicología Deportiva en Norteamérica y Europa Occidental. (1965-1979)

En los países situados políticamente en el bloque occidental, destacan en este período histórico dos temas de estudio: los experimentos de laboratorio sobre aprendizaje motor y la evaluación de la personalidad de los deportistas.

A partir de trabajos como los de Feltz (1987), Martens (1979), Salmela (1979) o Williams y Straub (1986) se pueden establecer las siguientes características en los estudios de *Psicología del Deporte* de los años setenta:



a) Un interés prioritario por consolidar la disciplina, consolidación que habría de alcanzarse mediante el logro de unos conocimientos básicos obtenidos a través de experimentos de laboratorio.

b) Una falta de definición teórica y de concreción empírica sobre cuáles debían ser estos conocimientos básicos, carencia que trajo consigo un cambio frecuente en los temas de investigación y, consecuentemente, la realización de pocos programas de investigación continuados.

c) Un predominio de investigaciones sobre tareas motrices simples, fáciles de medir y registrar, pero poco relevantes para el aprendizaje deportivo.

d) Un número todavía elevado de estudios sobre la personalidad de los deportistas, estudios basados en la administración de tests generales de papel y lápiz, que paulatinamente comienza a descender, a partir de 1975, a causa de las críticas recibidas sobre su validez predictiva y los problemas teóricos y prácticos no resueltos.

La Psicología Deportiva en Estados Unidos y Europa Occidental. (1965-1979)

1965 - Se celebra en Roma el I Congreso Internacional de Psicología del deporte.

1965 - Se funda la International Society of Sport Psychology. F. Antonelli es su presidente.

1966 - B. Ogilvie y T. Tutko publican *Problem athletes and how to handle them*.

1967 - Se publica el manual *Motor learning and human performance* de R. Inger.

1967- J. Oxendine escribe el manual sobre aprendizaje motor *Psychology of motor learning*.

1969- Nace la *Fédération Européenne de Psychologie des Sports et des Activités Corporelles*.

1970 - Comienza a publicarse el International Journal of Sport Psychology.



CD de Monografías 2014

(c) 2015, Universidad de Matanzas "Camilo Cienfuegos"

ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

1979 - Inicia su andadura el Journal of Sport (and Exercise) Psychology.

La Psicología Deportiva en la Europa del Este (1965-1979)

En este período histórico, los psicólogos del deporte de los países de Europa del Este orientaron todos sus esfuerzos a la preparación psicológica del atleta para lograr la maestría deportiva y obtener el rendimiento máximo, siguiendo, eso sí, el esquema propuesto por Rudik en 1960. De acuerdo con este esquema, la preparación psicológica –equivalente al entrenamiento mental de los autores norteamericanos- ha de realizarse en función de dos factores: a) las necesidades específicas de cada deportista, y b) las demandas psicológicas de cada deporte y de cada competición.

Hay que recordar que la República Democrática Alemana fue, sin lugar a dudas, el país que logró mayores progresos en el deporte olímpico durante este período –de tres medallas de oro, siete de plata y seis de bronce en los Juegos Olímpicos de Tokio (1964) se pasó a cuatro de oro, veinticinco de plata y treinta y cinco de bronce en Montreal (1976)-. durante este período de consolidación , los temas centrales de estudio en los países del bloque comunista fueron los referentes a la preparación psicológica del deportista para la competición ,campo en el que aventajan a los países occidentales no sólo por los años de trabajo sistemático sino también por el número de psicólogos dedicados al mismo.

A partir del Congreso Mundial del Deporte en la Sociedad Contemporánea, celebrado en Moscú (1974), se produjo una etapa de apertura y los psicólogos de los países de Europa del Este pudieron conocer mejor los trabajos de los psicólogos occidentales, especialmente de los americanos.

La Psicología Deportiva en Europa del este (1965-1979)

1966-1967- Los psicólogos del Instituto de Cultura Física de Leipzig trabajan en altura con la selección olímpica de la R. D. A. de cara a las Olimpiadas de México (1968).

1966-1968- Vanek y sus colaboradores trabajaron con los deportistas olímpicos checos.



CD de Monografías 2014

(c) 2015, Universidad de Matanzas "Camilo Cienfuegos"

ISBN: XXX-XXX-XX-XXXX-X

1968- Vanek asiste como psicólogo del equipo checo a los Juegos Olímpicos de México.

1970- Se publica *Psychology of the Superior Athlete*, de Vanek y Cratty.

1973- Se traduce al ruso el libro de B. J. Cratty *Psychology in Contemporary Sport*.

1974- Se celebra el Congreso Mundial del Deporte en la Sociedad Contemporánea (Moscú).

Evolución de la Psicología del Deporte a partir de 1980.

Si la psicología deportiva de los años setenta se caracterizaba por la falta de delimitación del campo de estudio y el eclecticismo teórico imperante, la década de los ochenta representa la ampliación del marco teórico, la salvaguardia del rigor metodológico y el incremento de las investigaciones de campo, tres sustanciales modificaciones que han supuesto la consolidación de la *Psicología del Deporte* como materia de estudio y ha forzado su reconocimiento institucional.

La década de los ochenta y los primeros años de los noventa se consideran años de consolidación para esta disciplina, años en los que, realmente, se intenta dar el paso definitivo de la teoría a la práctica (Dosil, 2004). En efecto, de una primera fase en la que predominan las investigaciones de laboratorio sobre aprendizaje motor y los estudios descriptivos sobre la personalidad del deportista, se pasa a una fase de aplicaciones prácticas, una fase en la que se concede la máxima importancia a la preparación psicológica de los atletas, tanto con vistas a aumentar su rendimiento como su bienestar.

Es una década en la que, siguiendo la tendencia de la etapa anterior, se crean varias asociaciones supranacionales para promover y desarrollar la *Psicología del Deporte*. En Estados Unidos, por ejemplo, nace la *Association for the Advancement of Applied Sport Psychology* (AAASP), una asociación creada en 1986 para impulsar la psicología deportiva aplicada. Ese mismo año, en Sudamérica, surge la *Sociedad Sudamericana de Psicología del Deporte* (SOSUPE), una entidad encargada de velar por el desarrollo y la difusión de la *Psicología del Deporte* en los países de América Latina. Los países árabes, por su parte, se agrupan en la *Arabic Federation of Sport Psychology* (AFSP), una prestigiosa institución que desarrolla su actividad en Oriente Medio desde 1987. Finalmente, como nexo de unión entre Asia y Oceanía, surge la *Asiatic South Pacific Association of Sport Psychology*



(ASPASP), una dinámica organización que agrupa, entre otros, a los profesionales de China, Japón, Singapur, Australia y Nueva Zelanda.

Es importante destacar que en este período histórico se produce un significativo aumento de las publicaciones sobre *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*.

Por último, no podemos dejar de señalar el enorme avance que ha supuesto la aparición de Internet para el progreso y la difusión de las ciencias en general y de la *Psicología del Deporte* en particular, un espectacular avance que ha traído consigo un aumento considerable de trabajos sobre *ciberpsicología del deporte* (ver Gackenback, 1999; Gordo-López y Parker, 1999).

Conclusiones.

La *Psicología del Deporte* es una de las ciencias que se ocupa de estudiar y explicar el comportamiento humano en el ámbito de la actividad física y el deporte, sobre todo, con vistas a facilitar el desarrollo de las personas que intervienen en estos contextos, tanto en lo que concierne a su bienestar personal como a su rendimiento. Aunque es todavía una disciplina joven, la psicología deportiva ha experimentado en los últimos años un crecimiento sin precedentes, convirtiéndose en materia de referencia tanto en el ámbito teórico/académico como en el práctico/aplicado (Dosil, 2004). La misma ha tenido un progresivo desarrollo, debido al interés creciente de la sociedad por encontrar respuestas a sus problemas y por el avance que se ha logrado en el conocimiento del comportamiento humano y la forma de controlarlo en beneficio de las personas. El número de publicaciones y la calidad de la mismas ha alcanzado altas cotas, la docencia y la especialización en el área han aumentado sustancialmente, los congresos se han consolidado y la proporción de psicólogos que se dedican a la formación, investigación e intervención es muy superior al de otras épocas, aunque también hay que reconocer que, en líneas generales, se sigue en índices muy bajos.



Bibliografía

CRUZ, J. Psicología del deporte en España: estado actual y perspectivas de futuro. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 1995, n° 48, pp.5-13.

CRUZ, J. *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis. 1997.

DOSIL, J. A modo de introducción: visión diacrónica de la psicología del deporte en España. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 2003, n° 56 (4), pp. 407-412.

LORENZO, J. *Psicología del deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.1997.

LÓPEZ GARCÍA, E. Y GARCÉS DE LOS FAYOS, E. Desarrollo histórico de la psicología del deporte. En A. Olmedilla, E. Garcés de los Fayos y G. Nieto (eds.) *Manual de psicología del deporte*. Murcia: Diego Martín. 2002.

TORTOSA, F. Y VERA, J. Historia e historiografía de la psicología. En F. Tortosa (ed.) *Una historia de la psicología moderna*. Madrid: McGaw Hill. 1998.

WIGGINS, D.K. The history of sports psychology in North America. En J.M. Silva y R.S. Weinberg (eds.) *Psychological foundations of sport*, pp.9-2. Champaign: Human Kinetics. 1984.

WILLIAMS, J. & STRAUB, W. Psicología del deporte: pasado, presente y futuro. En J. Williams (ed.) *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva. 1991.

