



REVISTA CUBANA DE MEDICINA DEL DEPORTE Y LA CULTURA FÍSICA

Versión On-line ISSN 1728-922X

VOLUMEN 13 NÚMERO 2, La Habana, mayo-agosto, 2018.

ARTICULO ORIGINAL

Título: El control de la actividad psicodinámica de las acciones técnico-tácticas en la optimización del desempeño deportivo.

Title: Psychodynamics activity control of technical-tactical actions in sport performance optimization.

Fuentes Parra. ME*.

*Dra .C. de la Cultura Física, Profesora Titular. Subdirección de Psicología, Instituto de Medicina Deportiva.

Recibido: Marzo 18 de 2018

Aprobado: Mayo 7 de 2018

RESUMEN

La información acerca de las características temperamentales del deportista es muy importante en el tratamiento psicológico para su mejor desarrollo y actuación. M.E. Fuentes Parra ha creado la Metodología para la determinación de la idoneidad temperamental (MEDITEM), a través de la cual es posible identificar las cualidades del temperamento y elaborar Modelos Temperamentales para deportes de conjunto. Durante ese procedimiento, se emplea un instrumento de evaluación que refleja las acciones técnico-táctica más importante de cada deporte y que llevan implícitas los indicadores del temperamento que son ideales para contribuir a la óptima ejecución de las mismas.

La MEDITEM también puede ser útil en la selección de posibles talentos de cualquier deporte y en la designación de atletas para determinadas modalidades o posiciones en el equipo, entre otros beneficios.

El objetivo de éste trabajo, es explicar, cómo a través de la metodología referida se pueden determinar las dificultades de la actividad psicodinámica que conspiran contra la adecuada ejecución de una acción técnico-táctica. Para ello tomamos como base la Teoría del Dr. Friedrich Mahlo en su obra “La acción táctica en el juego” (1985), aprovechando la división en fases de la acción táctica que él plantea para el análisis de todos los factores que influyen en dicha acción, lo cual facilita la identificación e intervención en las dificultades que puede presentar el deportista durante su desempeño.

Palabras claves: Deporte, control del temperamento, acción táctica

Abstract

The information about athlete's temperamental characteristics is very important during the psychological treatment for his best development and performance. M.E. Fuentes Parra has created the Methodology for the determination of the temperamental suitability (MEDITEM), through which is possible to identify the temperamental models for teams sport. During that procedure, it is applied an assessment instrument which reverberates the most important technical-tactical actions in each sport and it has implicit the ideal temperamental indicators contributing to the optimal execution of them.

Also, MEDITEM can be useful in the selection of the possible talented athletes in every sport and in the allocation of the sportsman for determined disciplines or positions in the team, among other advantages.

The objective of this work is to explain how, through the referred methodology, it is possible to determine the psychodynamics activity difficulties which conspire against the suitable execution of a technical-tactical action. For this, we take as a base the Dr. Friedrich Mahlo theory in his work "The tactical action in the game" (1985), taking advantage of the division in the stages of the tactical action he proposed for analyzing every factor which makes influence in that action. It makes easy the identification and intervention in the difficulties that might present the athletes during their development.

Key words: Sport, temperamental control, technical-tactical action.

INTRODUCCIÓN

Entre los múltiples factores de que depende la gloria de llegar a alcanzar altos resultados competitivos, está la maestría con que se ejecuten las acciones técnico-tácticas. En esta actividad se conjugan, entre otros, conocimientos, habilidades motrices deportivas, capacidades físicas e intelectuales, así como características muy específicas de la personalidad, donde la actividad psíquica tiene un lugar destacado; al respecto, es muy importante que tanto el entrenador como el deportista conozcan su contenido, cuáles son sus potencialidades y en particular la

dinámica con que transcurren los procesos, por cuanto de ésta, depende en gran medida el éxito de la acción táctica.

La dinámica de la actividad psíquica está determinada por la forma en que se combinan las propiedades del sistema nervioso y las propiedades psicodinámicas, manifiestas en forma de cualidades del temperamento¹, también llamadas modos de conducta o indicadores del temperamento²; de lo que puede inferirse que sería de gran utilidad determinar aquellas que intervienen en una determinada acción táctica fallida.

El propósito principal de este trabajo es justamente proponer una vía para determinar los indicadores del temperamento que hasta ahora han sido identificados por la autora y que intervienen en las acciones deficientes, su control y regulación, a fin de complementar el trabajo pedagógico del entrenador para superar estas dificultades. Para profundizar científicamente en este contenido y analizar la factibilidad de aplicar nuestra propuesta, tomamos como base la teoría del Dr. Friedrich Mahlo en su obra “La acción táctica en el juego” (1985)³.

Según este autor, para ejecutar con efectividad las acciones técnico-tácticas, es necesario el desarrollo de capacidades físicas e intelectuales, habilidades motrices deportivas, conocimientos técnicos, y un adecuado nivel de los procesos psíquicos, lo cual puede advertirse al estudiar las fases que él denominó:

1ª. Percepción y análisis de la situación.

2da. Solución mental del problema.

3ra. Solución motriz del problema³.

Se trata de determinar las peculiaridades de la actividad psicodinámica que conspiran contra la adecuada ejecución de una acción técnico-táctica, aprovechando la factibilidad, que como recurso didáctico ofrece la división en fases que el Dr. Mahlo³ plantea, para el análisis de los factores que influyen en dicha acción; lo cual facilita, al mismo tiempo, la identificación de los indicadores del temperamento que

afectan una determinada acción táctica y así, tomar las medidas necesarias para poder corregir el error.

DESARROLLO

El temperamento en la personalidad

La Personalidad es la organización e integración más compleja, estable y sistémica de contenidos y funciones psíquicas construidas individualmente por el sujeto en el proceso de su actividad bajo una determinación histórico-cultural, que interviene y caracteriza la regulación y autorregulación del comportamiento en las esferas más relevantes de su vida.

En las formaciones psicológicas de la personalidad se manifiesta la unidad de lo afectivo y lo cognitivo, de lo inductor y lo ejecutor en su expresión más plena, posibilitando así el mayor nivel de regulación psíquica de la actividad del individuo. De esta manera, las formaciones psicológicas pueden caracterizarse por ser predominantemente inductoras o predominantemente ejecutoras. En el caso de las formaciones generalizadoras, el *carácter* constituye la formación psicológica que generaliza el predominio de la esfera de la regulación inductora de la personalidad, donde están presentes los procesos afectivos y el **temperamento**; Asimismo, también existen otras formaciones psicológicas, como son: la concepción del mundo, las convicciones, los ideales, el sentido de la vida, las intenciones, las aspiraciones y la autovaloración. Por el otro lado, las *capacidades* que son aquellas que generalizan el predominio de la esfera de la regulación ejecutora, donde funcionan los procesos cognitivos. Son la condición para realizar con éxito los diferentes tipos de actividad. Están vinculadas al desarrollo psíquico general del sujeto y al proceso de adquisición de conocimientos, hábitos y habilidades.

Las particularidades psicológicas individuales más importantes por su influencia en la actividad psíquica y en sus diferentes formas de manifestación, incluidas las formaciones psicológicas, son las correspondientes al **temperamento**. Él se distingue por su permanencia y estabilidad en el comportamiento del hombre, donde

tiene una fuerte influencia biológica del tipo general de sistema nervioso, por tanto se relaciona con las especificidades como individuo, como formación genotípica. El temperamento se expresa en la fuerza, rapidez, ritmo y tiempo del comportamiento psicomotriz; es decir, en la sensibilidad afectiva, en la energía de la actividad intelectual, en el hablar, en la marcha, la mímica, la pantomímica y las acciones prácticas. Sus propiedades se combinan y relacionan entre sí determinando una peculiar estructura en cada persona. Por tanto se puede definir como aquellas “... *particularidades psicológicas individuales de la personalidad que caracterizan de forma estable la dinámica de la actividad psicológica de los sujetos en las más variadas actividades humanas, independientemente de los contenidos, objetivos, motivaciones y estados psíquicos que ellas generan.*” (ME Fuentes y Sánchez ME. (2011)²).

El gran fisiólogo ruso I. P. Pavlov, desarrolló la teoría neurológica de los tipos de actividad nerviosa superior, considerando que las particularidades de la dinámica en la conducta del individuo dependen de las diferencias individuales en la actividad del sistema nervioso, que son las distintas manifestaciones e interacciones de los procesos nerviosos de excitación e inhibición. Él descubrió las siguientes propiedades:

La fuerza, El equilibrio y La movilidad de los procesos de excitación e inhibición en la actividad nerviosa superior; posteriormente, B. M. Teplov, V. D. Nebilitsin, N. E. Vedienski y otros seguidores de los trabajos I. P. Pavlov, se dedicaron a una labor experimental y teórica más sistemática, exponiendo y profundizando sobre las categorías de “dinamismo y labilidad” del sistema nervioso, aportando dos nuevas propiedades y actualizando especialmente los requerimientos biológicos del temperamento. De esta forma, quedaron como ***Propiedades del Sistema Nervioso (PSN):***

1. El equilibrio entre la excitación y la inhibición.
2. La fuerza de la excitación o la inhibición.
3. La movilidad entre los dos procesos.
4. El dinamismo nervioso o psíquico y

5. La labilidad.

Las propiedades psicodinámicas (PP) del temperamento se definen como características individuales de la psiquis humana, donde se refleja el aspecto dinámico y no el contenido de la actividad psíquica, siendo relativamente constantes independientemente de los contenidos, motivos y objetivos de la actividad, reflejando así las tendencias internas que proporcionan las características procesales de la conducta individual, entre las que son manifiestas la velocidad, el ritmo, la intensidad y la prolongación de los procesos psíquicos. Estas propiedades son: Excitabilidad de la atención, Sensibilidad, Reactividad, Actividad, Correlación reactividad-actividad, Ritmo psíquico, Resistencia, Plasticidad-rigidez y Extroversión-introversión.

Después de haber realizado este breve análisis sobre la naturaleza del temperamento, sería conveniente precisar que las propiedades del sistema nervioso actúan como base fisiológica en las propiedades psicodinámicas, las cuales, a su vez, influyen indistintamente en procesos psíquicos y/o formaciones psicológicas, que se manifiestan como **modos de conducta o indicadores del temperamento**, por ej. control emocional, agilidad mental, decisión premeditada.

El aspecto psicodinámico en el comportamiento del deportista.

Es conocido entre los requisitos primarios de funcionamiento de la Psicología del Deporte, el análisis de la actividad deportiva en su conjunto así como el estudio de las particularidades psicológicas de la personalidad del deportista, tanto las generales como las inherentes al deporte en particular que practica, con el objetivo de desarrollar una óptima calidad en el desempeño deportivo.

El tratamiento del componente psicológico resulta esencial en la preparación del deportista, debido a la necesaria participación activa de los procesos y formaciones psicológicas de la personalidad que se manifiestan en dicha actividad. Es precisamente el temperamento el que juega el papel fundamental en el dinamismo del comportamiento al interactuar el sujeto con su realidad objetiva, lo que implica reconocer que, para garantizar el éxito a que se aspira en el quehacer deportivo,

resulta imprescindible poder determinar y controlar sistemáticamente los indicadores a través de los cuales se expresan las propiedades psicodinámicas.¹

Sobre la especificidad de las manifestaciones psicodinámicas del comportamiento, P. A. Rudik planteó que el temperamento determina:

El nivel de las capacidades necesarias para alcanzar un mejor y más alto rendimiento deportivo, perfeccionando en su dinámica y desarrollo un estilo individual de actuación; la evolución del deportista en diferentes situaciones de entrenamiento y competencia; la calidad de los entrenamientos y el comportamiento efectivo de distintos factores o influencias pedagógicas, como generadores de emociones y motivaciones⁴.

El interés por el conocimiento de las condiciones temperamentales del deportista ha conllevado a profundizar en lo concerniente a las diferencias cualitativas entre las actuaciones de los mismos, lo cual ha estimulado a que en la actualidad se precisen con fuerza las condiciones óptimas que contribuyen a acelerar los procesos de rendimiento y conducta del atleta, y se fundamenten, en buena medida, de acuerdo con el proceder del comportamiento psicodinámico.

En 1980, A. V. Petrovski definió cuatro rasgos del temperamento que son esenciales para el desempeño deportivo:

1. La rapidez del surgimiento de los procesos psíquicos y su estabilidad (rapidez de la percepción, duración de la concentración de la atención).
2. El ritmo psíquico.
3. La prolongación del ritmo psíquico y,
4. La intensidad de los procesos psíquicos (fuerza de la emoción y actividad de los actos volitivos)⁵.

Las diferentes actividades que realizan las personas exigen cierta dinámica de los procesos psíquicos, es decir, ciertas particularidades⁶, por lo que es muy difícil adaptar una técnica determinada a las características temperamentales del deportista; más bien es el estilo de acción individual quien influye en gran medida en la adaptación del temperamento a la exigencia de la técnica. Esto puede explicar, que los deportistas con sistema nervioso de tipo móvil, se adecuan más rápido a los

cambios que los que tienen un sistema de tipo inerte, por lo que en un mismo grupo de entrenamiento, el entrenador, en ocasiones, debe variar los métodos de enseñanza de acuerdo con las particularidades psicodinámicas de determinados deportistas, ya que, independientemente de que al final se logre un nivel similar de rendimiento técnico-táctico, no todos captan al mismo tiempo ni con la misma facilidad el contenido de trabajo, tomando en cuenta la posición y función que cada deportista desempeña en el equipo.

Aprender a regular el comportamiento temperamental también es una forma de atenuar las influencias negativas, sin perder de vista que por sí solo el temperamento no determina el éxito, sino que influye en gran medida en el mismo.

De todo lo anterior se infiere, la importancia del diagnóstico de las particularidades temperamentales de los deportistas, razón principal que motivó a M. E. Fuentes Parra a crear una metodología que propiciara un camino a seguir para aprovechar las potencialidades que tiene el conocimiento científico sobre el temperamento: Metodología para la Determinación de la Idoneidad Temperamental (MEDITEM).

A través de la misma, es posible elaborar Modelos temperamentales para deportes o actividades específicas, los cuales integran el contenido de las propiedades del sistema nervioso y psicodinámicas predominantes y típicas del temperamento de una muestra elite, de la actividad en cuestión¹; ese contenido se expresa a través de “indicadores del temperamento o modos de conducta”², lo cual se analizará más adelante.

El componente psicodinámico en la acción táctica (AT).

Friedrich Mahlo en su libro “La acción táctica en el juego” ofrece una amplia explicación sobre lo concerniente a la ejecución de las acciones tácticas en los deportes de conjunto, a través de la división de éstas por etapas, en la cual no pasa por alto naturalmente la participación de la actividad psíquica.

Según este autor, la táctica es un acto consciente y orientado el cual resuelve a través de la práctica los problemas que suelen presentarse en diversas situaciones durante un juego. La solución debe ser rápida y deliberada, de manera que contribuya al éxito de la actividad global³.

Para ejecutar con efectividad las acciones técnico-tácticas, es necesario el desarrollo de capacidades físicas e intelectuales, habilidades motrices deportivas, conocimientos técnicos, y un adecuado nivel de los procesos psíquicos, lo cual puede advertirse al estudiar las fases que ha descrito F. Mahlo de la AT y que él denominó:

1ª. Percepción y análisis de la situación.

2da. Solución mental del problema.

3ra. Solución motriz del problema.

La percepción se produce a través de la observación y es un proceso psíquico en el cual se hace el análisis de las condiciones. El resultado de la percepción es una imagen de los objetos y de la situación cuya significación es relativa, porque depende de los conocimientos que tiene el sujeto sobre dicha situación y de los factores psíquicos que están involucrados en ese proceso.

“Percibir la situación es al mismo tiempo reconocerla. La percepción está estrechamente vinculada a su análisis... y depende de numerosos factores y procesos psíquicos. Una gran amplitud de la vista, una buena capacidad de evaluación óptico motriz, un don de observación desarrollado y los grandes conocimientos tácticos deciden la calidad de esta primera fase”³; En la segunda fase se da la solución mental del problema detectado en el análisis de la situación, lo cual tiene como resultado la representación de una gestión o tarea y la tercera fase es la realización práctica de la tarea que se fijó el jugador mentalmente.

Las tres fases se desarrollan sucesivamente y prácticamente de forma simultánea, por la rapidez que se necesita para la solución de la tarea propuesta, lo cual indica el alto nivel de desarrollo del dinamismo nervioso que deben tener los practicantes de los deportes con pelota.

Para detectar los errores tácticos, F. Mahlo hizo dos importantes investigaciones; en una, tomó la opinión de los propios jugadores y a cada respuesta atribuyó el origen del error y en la otra observó 15 encuentros de un equipo élite y agrupó los errores detectados de acuerdo con su origen. En ambos estudios un gran número

de fallas fueron originadas por dificultades en la actividad psíquica. Él los clasificó como problemas de: observación del juego, amplitud de la vista, rapidez mental, velocidad de reacción, pensamiento, concentración de la atención, voluntad y motivación. En una de las conclusiones de su informe expresó: “Como la calidad de la acción del juego, por ejemplo, del pase, depende de varios campos y procesos psíquicos, el aprendizaje de las acciones del juego deberá tenerlos en cuenta.”³

Todo lo expuesto confirma que para el éxito de las acciones técnico-tácticas es necesario que el deportista tenga un alto nivel de la actividad psicodinámica, lo cual puede traducirse a un predominio de las propiedades del sistema nervioso y psicodinámicas que están asociadas a cada acción en particular.

Además debe tenerse en cuenta, que la presencia de los componentes psicodinámicos en una acción táctica también depende de la situación problemática de ese momento, por ejemplo, las características de los jugadores a la defensa, su ubicación y posibles desplazamientos, etc.).

La intención de este análisis conlleva a resaltar la utilidad de que tanto el entrenador como su discípulo puedan identificar esas propiedades cuando se efectúe una acción fallida para que puedan corregirla, lo cual Fuentes ha logrado demostrar a través de la metodología a que se hiciera referencia al inicio de este trabajo.

Metodología para la Determinación de la Idoneidad Temperamental.

Es un conjunto de métodos, técnicas y procedimientos que permiten el diagnóstico del temperamento y la elaboración de Modelos psicodinámicos o temperamentales para el desempeño de actividades específicas. La estructura tiene un nivel básico y uno superior.

En el *Nivel Básico*, se realiza el diagnóstico del temperamento de cada sujeto a través del (Inventario para la determinación del temperamento (IDETEM-1), además de un diagnóstico más específico, que requiere un análisis de las propiedades del sistema nervioso y psicodinámicas que están asociadas a cada ítem, y representan el componente fisiológico del temperamento, lo que garantiza la estabilidad del comportamiento psicodinámico y posibilita hacer un pronóstico de la actuación futura del sujeto.

En el *Nivel Superior*, el objetivo es elaborar el Modelo Temperamental de la actividad en estudio. Primeramente se hace una caracterización psicológica del deporte, y se toma como muestra los deportistas con resultados más relevantes, a los cuales se les aplica el IDETEM-1.

Los resultados de la aplicación de este instrumento generalmente muestran una tipicidad en la mezcla temperamental de los deportistas más aventajados. No obstante, se seleccionan los ítems evaluados entre 4 y 5 puntos, con más del 55% de coincidencia entre todos los deportistas de la muestra y se identifican las propiedades del sistema nervioso, psicodinámicas y los modos de conducta que están presentes en cada uno de ellos; esos datos van a conformar el Modelo *Real*. Posteriormente se aplica un instrumento diseñado para expertos del deporte en cuestión, denominado IDETEM-2, su tarea es identificarlos ítems que representen manifestaciones necesarias para el desempeño exitoso de esa actividad.

Las manifestaciones que resulten comunes en opinión de más del 50% de los expertos, se analizan para identificar las propiedades del sistema nervioso y psicodinámicas, así como los modos de conducta a través de los cuales se expresa el temperamento. Posteriormente, los propios expertos seleccionan las principales acciones técnico-tácticas del deporte, así como diferentes situaciones que se presentan con regularidad tanto durante el proceso de entrenamiento, como en el de competencia, y se realiza el mismo procedimiento para la identificación de las propiedades y modos de conducta que intervienen en cada una de las acciones técnico-táctica. Ambos resultados se concilian, y aquellas que coinciden en ambas operaciones son las que conformarán el “Modelo Propuesta”, es decir, el modelo que proponen los expertos.

Los modos de conducta que como consenso de los especialistas están presentes en las acciones analizadas, se comparan con los del “Modelo Real” y aquellos que coinciden, son los que conforman el “Modelo Temperamental”.

Las acciones técnico-tácticas del modelo propuesta se relacionan en un instrumento denominado TEMPEX, el cual permite que los entrenadores evalúen el grado de manifestación de las mismas en cada deportista a partir de una escala de cinco

puntos, donde el máximo lo obtendrían los deportistas que expresan óptimamente. La observación del entrenador puede facilitar en gran medida la evaluación de los modos de conducta, ya que estos aparecen manifiestos en dichas acciones

Los resultados de esa evaluación son de gran utilidad ya que por la profundidad que exige el análisis de los indicadores objeto de evaluación, se puede identificar más fácilmente la causa de la falla de la acción, y el entrenador puede elaborar las estrategias de intervención para mejorar o solucionar las deficiencias detectadas.²

A continuación se expone un ejemplo extraído del Modelo Temperamental del Voleibolista² donde se pueden observar los componentes temperamentales que debe tener una posible acción técnico-táctica para que se haga efectivo un remate. Para ello los expertos acordaron que deben tenerse en cuenta:

1. Capacidad de análisis y síntesis de la información.
2. Ubicación y detección de las acciones del equipo contrario.

Respecto al primer aspecto, el jugador en función del remate debe poseer una rapidez y efectividad en el análisis y síntesis de las posibilidades y características de su línea de ataque, de la calidad de la recepción del saque, de las habilidades del pasador, así como de las características de los bloqueadores contrarios. En estas acciones intervienen como

- ✓ Propiedades del sistema nervioso (PSN): Dinamismo nervioso, Equilibrio y Movilidad.
- ✓ Propiedades psicodinámicas (PP): Excitabilidad de la atención, Actividad y Ritmo psíquico.
- ✓ Modos de conducta o indicadores del temperamento (MC): Agilidad mental; Velocidad de reacción y Decisión premeditada.

En cuanto al segundo aspecto: Ubicación y detección de las acciones del equipo contrario; el rematador debe desarrollar gran precisión para elegir su ubicación, sobre todo en ataques de primer y segundo tiempo así como detectar las acciones

de los jugadores contrarios tanto en el bloqueo, el apoyo o a la defensa del campo.

- ✓ PSN: Equilibrio, movilidad y dinamismo nervioso.
- ✓ PP: Excitabilidad de la atención y Actividad.
- ✓ MC: Agilidad mental y decisión premeditada. Premeditación.

Al entrenador y el psicólogo contar con éstos conocimientos, ya están en condiciones para evaluar al jugador, y si la acción fue fallida, identificar con mayor precisión dónde cometió el error; y cuál fue la peculiaridad temperamental para tomar las medidas pertinentes para su corrección.

Los argumentos planteados anteriormente demuestran la utilidad práctica que tiene el empleo de la Metodología para la determinación de la idoneidad temperamental, en tanto contribuye a la enseñanza y consolidación de las acciones técnico-tácticas, al facilitar la identificación de los indicadores psicodinámicos que originan errores durante la ejecución de las mismas y, una vez detectados, su corrección, al indicarle tareas especiales para la solución. Esto redundará en el mejor desempeño individual y por ende en las acciones colectivas y con ello, ***un mejor rendimiento deportivo***.

Es importante resaltar que el éxito del procedimiento depende en gran medida de los conocimientos necesarios que sobre la temática logre alcanzar el entrenador, como contenido inseparable de su labor pedagógica, claro está, siempre bajo el asesoramiento del psicólogo del deporte.

Referencias bibliográficas.

1. Fuentes Parra ME. El temperamento en la formación del deportista. La Habana: Editorial Gente Nueva; 2006.
2. Fuentes Parra ME, Sánchez Acosta ME. Relevancia del temperamento en el desempeño del deportista. La Habana: Editorial Deportes; 2011.
3. Mahlo F. La acción táctica en el juego. Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación; 1985.

4. Rudik PA. Psicología de la Educación Física y el Deporte. La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 1997.
5. Petrosvki A. Psicología general. Manual didáctico para los Institutos de Psicología. Moscú: Editorial Progreso; 1980.
6. López Hurtado JC. Psicología general La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 1992.