

Tipo de artículo: Artículo original
Recibido: 15/09/2022
Aceptado: 06/12/2022

Características de las habilidades psicológicas de ejecución deportiva en atletas juveniles de Baloncesto

Characteristics of the psychological skills of sports performance in youth Basketball athletes

Dayana Calviño Carvajal, Centro Provincial de Medicina del Deporte de Villa Clara, Cuba, dayacc30@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9311-2850>

Resumen

El interés por el estudio de variables psicológicas asociadas al rendimiento deportivo como punto de partida a programas de entrenamiento más eficientes y sistemáticos para el logro de éxitos en el deporte, constituye una necesidad evidente en nuestro contexto deportivo actual. El presente trabajo se centra en la caracterización de las habilidades psicológicas en un equipo femenino de Baloncesto de la categoría juvenil previo a los Juegos Juveniles Nacionales. Se realizó un estudio descriptivo transversal donde se usaron estadísticos descriptivos para indagar en el estado de dichas habilidades, así como el coeficiente de correlación de Pearson para buscar relaciones significativas con variables demográficas. Se aplicó el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva adaptado. Las habilidades psicológicas con mayor desarrollo son el nivel motivacional, control de la actitud, autoconfianza y control visuoimaginativo. No se establecen relaciones significativas entre las variables demográficas, ni de estas con las habilidades psicológicas. Se expresa una mayor relación de la autoconfianza y el control de la atención con las demás habilidades psicológicas, pero no existe relación significativa entre ambas.

Palabras claves: Baloncesto, habilidades psicológicas, rendimiento deportivo.

Abstract

The interest in the study of psychological variables associated with sports performance as a starting point for more efficient and systematic training programs to achieve success in sport is an evident need in our current sports context. This paper focuses on the characterization of psychological skills in a women's basketball team in the youth category prior to the National Youth Games. A cross-sectional descriptive study was carried out where descriptive statistics were used to investigate the state of said skills, as well as the Pearson correlation coefficient to search for significant relationships with demographic variables. The adapted Sports Execution Psychological Inventory was applied. The most developed psychological skills are the motivational level, attitude control, self-confidence and visual-imaginative control. No significant relationships were established between the demographic variables, nor between these and psychological abilities. There is a greater relationship between self-confidence and attention control with other psychological skills, but there is no significant relationship between them.

Keywords: Basketball, psychological skills, sports performance.

Introducción

El estudio de variables psicológicas asociadas al éxito y al rendimiento deportivo constituye una tarea importante dentro del trabajo de psicólogos en este ámbito, no sólo permite la consecución de favorables resultados al atleta, sino que marca pautas para perfeccionar y direccionar la preparación psicológica dentro del entrenamiento deportivo. Siendo así, se hace necesario la caracterización psicológica de los deportistas que compiten en el alto rendimiento para identificar áreas psicológicas sensibles, donde la intervención psicológica orientada y sistemática pueda contribuir de manera significativa a la optimización del rendimiento del deportista (Gimeno, Buceta y Pérez Llantada, 2007; De la Vega et al., 2014).

La motivación, la atención, la ansiedad, la autoconfianza, los estados de ánimo, las orientaciones de meta o el ajuste emocional, son algunos ejemplos de variables que se están evaluando principalmente en situaciones de competición (Moreno, Cervelló y González Cutre, 2010; Ramis et al., 2013; Morillo, Reigal y Hernández- Mendo, 2016) Nuñez, M., Isla, SD., Páez, YR., y Alata, YI. (2019) realizaron una intervención psicológica para potenciar la predisposición psicológica en niñas de gimnasia artística en Venezuela .

En la práctica deportiva cubana resultan relevantes los aportes teórico- metodológicos realizados por Loehr (1986), sobre la existencia de siete habilidades mentales: la autoconfianza, el control de la atención, nivel motivacional, control de la energía negativa, control visuoimaginativo, control de la energía positiva y el control de la actitud, como mediatizadores del éxito en el deporte.

Hernández-Mendo en 2006 realizó una adaptación del instrumento aportado desde el modelo teórico de Loehr (1982, 1986, 1990), el *Psychological Performance Inventory* (PPI) al idioma español, denominado *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva*, validado y replicado en diversos países y regiones debido a sus propiedades psicométricas para la detección de puntos fuertes y débiles de las habilidades psicológicas en deportistas.

De igual forma, en numerosas investigaciones recientes en Cuba (Ríos y Pérez, 2020; Ríos y Pérez, 2021; Ríos, Pérez, de Armas y Rodríguez, 2021; Ríos, Pérez, Fuentes, Rodríguez y Sorís, 2021; Ríos, Pérez, Olmedilla y Gómez-Espejo, 2021) se busca correlacionar estas habilidades psicológicas con otros factores de riesgo inherentes a la práctica de cualquier modalidad deportiva, como punto de partida para intervenciones eficientes, no sólo del psicólogo deportivo, sino de entrenadores y demás profesionales vinculados a la práctica del deporte para el alto rendimiento.

El Baloncesto se encuentra dentro de los deportes de cooperación-oposición donde el componente táctico ofensivo y defensivo es importante dentro del juego. La dinámica de este deporte favorece en los jugadores la motivación intrínseca y autodeterminada que ayuda a la adherencia de la propia práctica deportiva (Lim y Wang, 2009; Vieira, Beuttemuller, da Costa, Piovani y Both, 2020).

Aún cuando en la actualidad están en ascenso en la práctica científica los estudios de la relación indiscutible entre habilidades psicológicas y el éxito deportivo, resulta insuficiente en nuestro contexto su ejercicio cotidiano en aras de estimular un desarrollo psicológico correspondiente a cada realidad sociocultural, en deportes específicos y mayormente en deportistas en fase de tecnificación.

La presente investigación pretende caracterizar las habilidades psicológicas en atletas de Baloncesto, de sexo femenino, de la categoría juvenil de la provincia de Villa Clara, previo a los Juegos Juveniles Nacionales.

Metodología

Tipo de estudio

Se realizó un estudio descriptivo transversal en el periodo pre-competitivo del macrociclo (2021-2022) de entrenamiento, previo al inicio de los Juegos Juveniles Nacionales del año 2022.

Población y Muestra

Se estudiaron las atletas femeninas que integraron el equipo de baloncesto de categoría juvenil de la provincia de Villa Clara (n= 12). En el equipo de constató una edad cronológica promedio de 16.67 años y una experiencia deportiva de 6.67 años.

Técnicas e instrumentos

La evaluación de las habilidades psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo se realizó utilizando el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED), instrumento adaptado y replicado en idioma español por Hernández-Mendo (2006) a partir del Psychological Performance Inventory (PPI) de Loehr (1986), el cual consta de 42 ítems agrupados en siete escalas Likert con 5 opciones que van desde casi nunca (1) hasta casi siempre (5). Se obtuvo un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.79 para el factor autoconfianza, 0.70 para control de afrontamiento negativo, 0.71 para control de la atención, 0.73 para control visuoimaginativo, 0.78 para nivel motivacional, 0.75 control de afrontamiento positivo y 0.75 para control actitudinal.

Análisis de datos

Para la descripción de las diferentes variables estudiadas fueron empleados estadísticos descriptivos como: mínimo, máximo, media y desviación típica. Se emplea el coeficiente de correlación de Pearson para establecer relaciones entre las habilidades psicológicas y las variables demográficas (edad cronológica y experiencia deportiva). Para el análisis de los datos fue empleado el paquete informático SPSS versión 25.0 para Windows.

Procedimientos

La aplicación del instrumento fue realizada en horario matutino en el Laboratorio de Psicología del Centro Provincial de Medicina del Deporte de Villa Clara según el cronograma establecido por el para el chequeo pre-competitivo de cada deporte. Fue

empleada la versión offline del IPED en formato HTML (González-Ruiz et al., 2018) para la aplicación y salvaguarda de las informaciones ofrecidas por cada deportista, utilizándose una laptop para ello.

El instrumento fue aplicado en condiciones de trabajo adecuadas, donde fue explicado claramente el objetivo del estudio y sus características, así como la importancia de expresar sinceridad en las respuestas para cada ítem.

Consideraciones Éticas

El estudio fue debidamente avalado por el Consejo Científico del Centro y el Comité de Ética Médica de la Investigación. Su desarrollo se mantuvo apegado estrictamente a los preceptos éticos de la investigación científica contenidos en la declaración de Helsinki. La participación en el estudio fue voluntaria y bajo estricta aprobación de los entrenadores principales de cada equipo deportivo.

Resultados y discusión

En la tabla 1 se muestra la descripción de las variables demográficas analizadas.

Tabla1. Descripción de la edad cronológica y experiencia de las deportistas

Variables	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación
Edad Cronológica	12	15	18	16.67	.985
Experiencia Deportiva	12	4	11	6.67	2.309

Las 12 atletas tienen edades cronológicas comprendidas entre los 15 y los 18 años además, su experiencia deportiva se puede considerar elevada ya que se establece entre 4 y 11 años de práctica a pesar de su corta edad cronológica.

En la tabla 2 se muestra el estado de las variables psicológicas objeto de estudio y su distribución normal.

Tabla 2. Estado de las variables psicológicas en el equipo previo a la competencia

Variables psicológicas	Media	DT	Asimetría	Curtosis	K-S	p
Autoconfianza	24.92	3.655	-.926	.623	.200	.200
Nivel Motivacional	26.08	3.777	-.855	-.481	.241	.052
Control de la Atención	20.25	4.789	.244	.723	.153	.200

Control de Afrontamiento Negativo	18.92	3.942	.085	-1.715	.183	200
Control de Afrontamiento Positivo	23.25	2.958	-.368	-1.283	.223	.102
Control Visual y de las Imágenes	24.25	3.793	.152	-1.476	.212	.141
Control de la Actitud	25.08	5.401	-.715	-.902	.234	.068

Nota. $p > 0.05$ (distribución normal); DT= Desviación Típica; K-S= Kolmogórov-Smirnov.

Se puede apreciar que el nivel motivacional, el control de la actitud, la autoconfianza y el control visuoimaginativo de las atletas, en ese orden, son las habilidades psicológicas que alcanzan las mayores puntuaciones, mientras que el control de afrontamiento positivo, control de la atención y control de afrontamiento negativo puntúan inferiores. Los resultados concuerdan a los obtenidos por Ríos Garit y Pérez Surita (2020) en una investigación realizada a atletas de baloncesto masculinos y de primera categoría, donde estas mismas habilidades obtienen las mayores y menores puntuaciones, aunque no en ese mismo orden jerárquico. Estos hallazgos son similares también a los de un estudio realizado por Ríos Garit et al. (2023) en atletas femeninas, coincidiendo las habilidades de mayor desarrollo, excepto: el control del afrontamiento positivo, que en las atletas en estudio puntuó inferiormente, y el control visual y por imágenes, que en este estudio evidencia un mayor desarrollo.

Tabla 3. Relaciones entre las habilidades psicológicas, la edad cronológica y experiencia deportiva

Variables	Coeficiente de correlación	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Edad Cronológica	Pearson								
	Significación bilateral								
2. Experiencia Deportiva	Pearson	.466							
	Significación bilateral	.126							
3. Autoconfianza	Pearson	-.387	-.144						
	Significación bilateral	.214	.656						
4. Nivel Motivacional	Pearson	-.041	.024	.383					
	Significación bilateral	.900	.940	.220					
5. Control de la Atención	Pearson	.019	.066	.542	.099				
	Significación bilateral	.953	.839	.069	.759				
6. Control de Afrontamiento Negativo	Pearson	.133	-.183	.631*	.342	.719**			
	Significación bilateral	.681	.569	.028	.276	.008			
7. Control de Afrontamiento Positivo	Pearson	-.218	-.306	.809**	.266	.643*	.696*		
	Significación bilateral	.495	.333	.001	.402	.024	.012		
8. Control Visual y de las Imágenes	Pearson	-.073	.342	.651*	.436	.712**	.470	.569	
	Significación bilateral	.822	.276	.022	.156	.009	.123	.053	
9. Control de la Actitud	Pearson	-.336	-.318	.765**	.463	.277	.560	.653*	.465
	Significación bilateral	.285	.313	.004	.129	.384	.058	.021	.128

Nota. * $p \leq 0.05$; ** $p \leq 0.01$ (Significación bilatera)

En la tabla 3 se muestran los resultados de las relaciones entre las variables psicológicas, la edad cronológica y experiencia deportiva de las deportistas analizadas. El análisis correlacional indica que no existe una relación significativa entre la edad y la experiencia deportiva, ni tampoco entre estas variables y las distintas habilidades psicológicas, en cambio, las habilidades psicológicas sí guardan determinadas relaciones entre ellas, siempre en modo positivo coincidiendo con los resultados de Ríos

Garit et al. (2021). Se evidencia que la autoconfianza y el control de la atención se relacionan con otras habilidades como el control de la actitud, el afrontamiento positivo y negativo y el control visuoimaginativo estableciéndose una fuerte interdependencia, sin embargo, no guardan relación significativa entre ellas.

Los resultados obtenidos evidencian que las deportistas presentaron una preparación psicológica con mayores fortalezas que debilidades antes de la competencia principal, por lo que su predisposición mental a rendir durante la competición puede considerarse adecuada. No obstante, los puntos débiles identificados indican la necesidad de estimular variables claves como el control emocional y atencional debido a sus relaciones con el desempeño deportivo en situaciones de competencia, donde las tensiones psicológicas alcanzan su máxima expresión.

Si bien los hallazgos posibilitan orientar la planificación de la preparación psicológica especial en las deportistas juveniles de Baloncesto de Villa Clara al ofrecer tendencias del desempeño grupal en situaciones competitivas inmediatas, el tipo de estudio realizado no permite obtener un determinado grado de certeza del rendimiento futuro debido a la temporalidad de la evaluación psicológica, el volumen de datos procesados y su análisis estadístico de tipo correlacional. Por ello, se considera necesario realizar un estudio longitudinal prospectivo de varios años y obtener información sobre indicadores de desempeño durante las competencias para planificar la preparación psicológica tanto general como especial durante el macrociclo de entrenamiento hasta la competencia fundamental.

Conclusiones

Las habilidades psicológicas que muestran mejor desarrollo en las atletas son el nivel motivacional, el control de la actitud, la autoconfianza y el control visuoimaginativo en ese orden, y las habilidades psicológicas menos desarrolladas son el control de afrontamiento positivo, control de la atención y control de afrontamiento negativo, descendentemente.

Se pudo constatar que no existe relación significativa entre la edad y la experiencia deportiva, ni tampoco entre estas variables y las distintas habilidades psicológicas, de igual forma se evidencia que la autoconfianza y el control de la atención se relacionan con otras habilidades, estableciendo una fuerte interdependencia, sin embargo, no guardan relación significativa entre ellas.

Referencias

- De la Vega Marcos, R., Román Tabanera, M., Ruiz Barquín, R., & Hernández López, J. M. (2014). ¿Cómo perciben los entrenadores de fútbol el rol del psicólogo del deporte?: un estudio comparativo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 27–36.
- Gimeno, F., Buceta, J. y Pérez –Llantada, M. (2007) Influencia de las variables psicologicas en el deporte de competicion: evaluacion mediante el cuestionario Caracteristicas psicologicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Psicothema*, 19(4), 667-672.
- González-Ruiz, S.L., Domínguez-Alfonso, R., Chica-Merino, E., Pastrana-Brincones, J.L., y Hernández-Mendo, A. (2018). Una plataforma virtual para la evaluación e investigación on-line: MenPas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 26-48.
- Hernández Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: Estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 71-93.
- Loehr, J.E. (1986). *Mental Toughness Training for Sports: Achieving Athletic Excellence*. Lexington: Stephen Greene Press.
- Lim, B. S. C., y Wang, C. K. J. (2009). Perceived autonomy support, behavioral regulations in physical education and physical activity intention. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 52-60.
- Morillo Baro, J.P., Reigal, R.E., y Hernández A. (2016). Relaciones entre el perfil psicológico deportivo y la ansiedad competitiva en jugadores de balonmano playa. *Revista de Psicología del Deporte*, 25 (1), 121-128. ISSN: 1132-239X.
- Núñez, M., Isla, S.D., Páez, Y.R., y Alata, Y.I. (2019). Intervención psicológica para potenciar la predisposición psicológica en niñas de gimnasia artística. *Revista ciáf*, 6 (1), pág 61-71. <http://revistaciáf.uclv.edu.cu/index.php/revista/article/view/85/107>
- Ríos Garit, J et al. / *Rev Andal Med Deporte*. (2021); 14(1): 28-32
<https://doi.org/10.33155/j.ramd.2020.07.006>

- Ríos Garit, J., y Pérez Surita, Y. (2021). Factores psicológicos relacionados con las lesiones en deportistas de baloncesto de alto rendimiento en una provincia de Cuba. *Revista habanera de ciencias médicas*, 20(5): e3430. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3430>
- Ríos Garit, J. y Pérez Surita, Y. (2020). Relaciones entre habilidades psicológicas y lesiones deportivas en softbolistas cubanas de élite [Relationships between Psychological Skills and Sports Injuries in Elite Cuban Softball Players]. *Acción Psicológica*, 17(1), 91–102. <https://doi.org/10.5944/ap.17.1.26607>
- Ríos Garit, J., Pérez Surita, Y., Fuentes Domínguez, E., y De Armas, M.M. (2019). Efecto de las lesiones deportivas sobre variables psicológicas en lanzadores de béisbol. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 14(3), 403-415.
- Ríos Garit, J.; Pérez Surita, Y.; Olmedilla Zafra, A.; & Gómez-Espejo, V. (2021). Psicología y Lesiones Deportivas: Un estudio en Lanzadores de Béisbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 102-118
- Ríos Garit, J., Pérez Surita, Y., Fuentes Domínguez, E., Soris Moya, Y. y Borges Castellanos, R. (2021) Anxiety and psychological variables of sports performance related to injuries in high-performance sportsmen. *Apunts. Sports Medicine*, 56. <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2021.100358>
- Ríos Garit, J., Pérez Surita, Y., Armas Paredes, M., & Rodríguez Méndez, L. (2021). Relación entre variables psicológicas y lesiones deportivas en lanzadores de béisbol/Relationship between psychological variables and sports injuries in baseball pitchers. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(1), 168- 186. <http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/908>
- Ríos Garit, J.; Pérez Surita, Y.; Soris Moya, Y.; Calviño Carvajal, D. (2023). Habilidades psicológicas en una muestra de jóvenes deportistas cubanos: Diferencias según sexo y deporte. *Sportis Sci J*, 9 (2), 220-236 <https://doi.org/10.17979/sportis.2023.9.2.9268>
- Vieira, S. V., Beuttemuller, L. J., da Costa, L. C. A., Piovani, V. G. S., & Both, J. (2020). Necesidades psicológicas básicas y motivación en jóvenes jugadores de baloncesto brasileños. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 25–36. <https://doi.org/10.6018/cpd.355121>