

INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN FÚTBOL BASE: UN TRABAJO EN EL CLUB AMÉRICA DE MÉXICO

M. Claudia Rivas Garza
Club de Fútbol América. México
M. Parma Aragón
Club de Fútbol América. México

Resumen: La intervención psicológica en deporte de equipo exige para su óptima realización un proyecto multidisciplinar para cubrir todas las necesidades de los deportistas. En el trabajo que nos ocupa se añade la importancia de trabajar con deporte de base. El entrenamiento individual y el asesoramiento a los técnicos marca la parte fundamental de la intervención desarrollada.

Palabras clave: fútbol base, asesoramiento, entrenamiento psicológico, trabajo multidisciplinar

Abstract: To get an optimum realization the psychological intervention in team sport demands a cross-disciplinary project in order to cover athletes needs. In this work it is added the importance of working with base sport. Individual training and advising to coaches mark the essential part in the developed intervention.

Key words: base football, advise, psychological training, cross-disciplinary work

Dirección de contacto: M. Claudia Rivas Garza. clauriga@hotmail.com
M. Parma Aragón. parmaragon@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, nos enfrentamos con un fenómeno, cada vez más común en el fútbol mexicano: El énfasis por la preparación adecuada del jugador de fútbol, a partir del trabajo integral con las bases de los clubes organizados. Los factores económicos, políticos y sociales han llevado a los clubes a la búsqueda de jugadores surgidos de sus filas, con una identidad de equipo y con las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas adecuadas para encarar con éxito la transición posterior, su inserción al mundo del profesionalismo.

De tal manera que se puede observar el beneficio económico que obtiene una institución con la venta de un jugador con capacidad para integrar un equipo de primera división, al mismo tiempo que significa un ahorro para la economía del club, el contar con jugadores que han surgido de sus equipos de categorías inferiores.

Sin embargo, en ocasiones se enfatizan los aspectos competitivos, por encima de los aspectos formativos y de desarrollo integral del ser humano. En donde la sobrevivencia es feroz, olvidándose de aspectos éticos y humanos, enfocándose en el aspecto competitivo, en la obtención de resultados, más allá del componente de desarrollo integral que contempla una visión formativa del ser humano que realizará una actividad deportiva profesional.

El Club de Fútbol América, como equipo de amplia tradición en la Primera División, se ha planteado como reto, la formación integral de jugadores de fútbol. Desarrollando no sólo las habilidades básicas para la competencia de elite; si no que, al implementar un programa integral de formación tanto en las bases como en sus equipos profesionales de Primera A, Segunda y Tercera División, eleve el nivel de calidad de vida humano y futbolístico de sus integrantes.

El trabajo con las Categorías Inferiores en el Club América, parte de un enfoque multi e interdisciplinario, con juntas semanales con los integrantes de los Cuerpos Técnicos: Coordinadores de los equipos profesionales y menores, Entrenadores, Preparadores Físicos, Médicos, Utilleros y Psicólogos.

El objetivo fundamental es desarrollar al máximo posible las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas de los jugadores, con un respeto a su periodo evolutivo y a su experiencia deportiva.

Al mismo tiempo que se busca entrenar conductas de respeto al rival, los compañeros, la institución y el cuerpo arbitral, previniendo conductas inadecuadas como por ejemplo, la violencia innecesaria, la trampa y el fingimiento de lesiones, entre otras.

Un tema común, en el trabajo con las fuerzas básicas, ha sido la predominancia de los objetivos de resultado por encima de los objetivos de ejecución, repitiendo el modelo competitivo de la búsqueda del resultado: puntos, lugar en la tabla y conquista de campeonatos.

En nuestra intervención, no se renuncia a la obtención de resultados, pero se parte del supuesto de que un jugador que entrena sus capacidades físicas, perfecciona su gesto motor, desarrolla un pensamiento táctico, al mismo tiempo que entrena capacidades psicológicas -cognitivas, emocionales y conductuales-, tendrá mayores posibilidades de obtener resultados competitivos, desarrollando una consistencia deportiva y humana a mediano y largo plazo.

OBJETIVOS DEL TRABAJO PSICOLOGICO

1. Entrenar las capacidades psicológicas para la competencia deportiva, específicamente en el contexto futbolístico (manejo de prensa, administración de ingresos económicos, manejo de la fama y las relaciones).
2. Generar y mantener hábitos de vida saludables, comprensión y seguimiento del llamado "entrenamiento invisible": Alimentación e hidratación adecuada, descansos y planificación del tiempo libre.
3. Entrenar capacidades necesarias para el trabajo en equipo: Cooperación, compromiso, tolerancia y manejo de objetivos colectivos.
4. Desarrollo del Pensamiento Táctico.
5. Estrategias para la resolución de problemas, intra y extra cancha.

OBJETIVOS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Dentro de los objetivos particulares del área de Psicología del Deporte, se encuentra la obtención de los siguientes beneficios.

CLUB DE FUTBOL AMÉRICA (INSTITUCIÓN):

1. En concordancia a su prestigio, nacional e internacional, mantenerse como una institución de vanguardia, que manifiesta un interés por el desarrollo de sus jugadores, más allá de los intereses netamente económicos y profesionales. Permitiendo que el jugador que salga de sus filas, lleve consigo una preparación psicológica que potencie su desarrollo humano extra-futbolístico.
2. Contar en las filas de sus equipos profesionales, con jugadores que posean capacidades psicológicas que les permitan obtener una mayor consistencia en su rendimiento deportivo, así como mayores capacidades psicológicas para encarar con éxito la competencia deportiva.
3. Incrementar el sentido de identidad y pertenencia al equipo.
4. Mantener una economía más sana al generar sus propios jugadores, evitando contrataciones y gastos innecesarios.

ENTRENADORES Y FORMADORES:

1. Desarrollar las capacidades necesarias para el trabajo en equipo: Cooperación, compromiso, solución de problemas, toma de decisiones, a partir del conocimiento científico que la psicología del deporte nos aporta.
2. Incrementar las capacidades cognitivas y afectivas para el desarrollo de su potencial como líder.
3. Desarrollar y aplicar las estrategias más efectivas en la planeación y ejecución del entrenamiento, a partir de la aplicación adecuada de los principios de enseñanza - aprendizaje del entrenamiento deportivo.
4. Incrementar las capacidades psicológicas para el incremento de su desarrollo profesional y humano.

JUGADORES QUE INTEGRAN LOS EQUIPOS PROFESIONALES:

1. Incrementar las habilidades de autocontrol y autoeficacia.
2. Incrementar el sentido de compromiso.
3. Incrementar la habilidad para centrarse en objetivos de ejecución.
4. Incrementar la cooperación con el equipo.
5. Incrementar la comunicación.

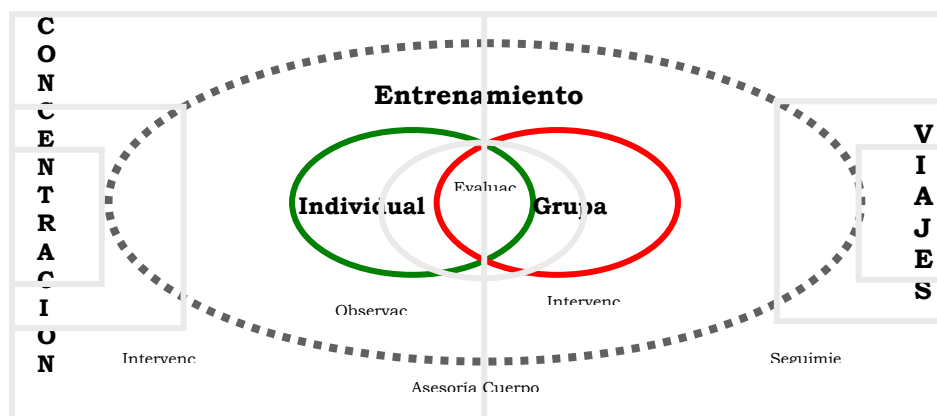
INTERVENCIÓN

El trabajo del psicólogo del deporte en instituciones es abundante, por lo que la planificación, organización y distribución de tiempos resulta fundamental.

Es importante, al distribuir los tiempos y la forma de intervención, tomar en cuenta los requerimientos y necesidades del club, los equipos y sobretodo conocer el rol que la institución asigna al profesional de la Psicología del deporte.

En el Club América existe un hilo conductor que marca y dirige las formas de intervención de acuerdo a las necesidades y jerarquías que son señaladas por el área directiva.

Las intervenciones se realizan en dos niveles:



Intervenciones colectivas

El área de Psicología del Deporte está integrada por la Maestra Parma Aragón y la Maestra Claudia Rivas, cada una interviene con 4 equipos.

La intervención se realiza tanto con los equipos profesionales (Primera "A", Equipo Juvenil, Segunda, Tercera), como con los 4 equipos que integran las Fuerzas Básicas, integrados por jóvenes nacidos en 1990, 1989, 1988 y 1987.

Se busca tener un seguimiento integral de los jugadores de Básicas, para que posteriormente, completen su proceso formativo, al integrar nuestros equipos profesionales.

Las intervenciones grupales están determinadas por la planificación del trabajo psicológico conjuntamente con el trabajo físico y técnico - táctico.

Para realizar la planificación se parte de una evaluación inicial que consta de instrumentos de evaluación como el POMS, CPRD, BUTT, COMPROMISO (Gacia Mas) y se complementa con la observación directa en campo y con una entrevista individual al “devolver” los resultados de las evaluaciones a cada jugador.

La evaluación inicial arroja los elementos necesarios para trazar un plan de trabajo. Los resultados se entregan de manera individual y son confidenciales para cada jugador; sin embargo, se hace una gráfica colectiva (conservando el anonimato de los jugadores) para Cuerpo Técnico y Directiva, en donde se explica la situación del equipo en cuestión y las estrategias para mejorar.

El objetivo de las intervenciones grupales es trazar objetivos comunes y fomentar el desarrollo de habilidades psicológicas básicas como parte de su formación integral. Las sesiones grupales se realizan en aula semanalmente con una duración de 30 min y se complementan con trabajo grupal en cancha en entrenamientos, y en viaje.

Conjuntamente con el Cuerpo técnico se desarrolla un macrociclo de intervención, que se adecue a las necesidades de cada equipo.

Intervenciones individuales

Las intervenciones individuales se realizan de acuerdo a las necesidades específicas de jugador o a demanda del Director Técnico para tratar puntos específicos.

El objetivo de las sesiones individuales posee dos vertientes, la primera consiste en el trabajo de aspectos de índole privada, es decir lo que el jugador experimenta en su vida extrafutbol, por ejemplo aspectos familiares, escolares, amorosos, etc.

La segunda se encarga del trabajo individual deportivo, donde se enfatizan las habilidades individuales para la mejora, puesta a punto o perfeccionamiento de su actividad deportiva. Estas sesiones incluyen las relacionadas con lesiones, es decir la preparación para cirugías y la rehabilitación de operaciones y lesiones menores.

Asesoramiento al cuerpo técnico

Es innegable, la incorporación del entrenador, su apoyo y cooperación al trabajo psicológico, una de las ventajas que se ha encontrado en la intervención con los equipos en Club América, es el apoyo y la cooperación por parte de nuestros entrenadores.

Incorporando sesiones semanales con ellos, auxiliares, preparadores físicos, médicos, utileros, en donde se les facilita información, en forma de folletos, denominado por nosotras como “psicotips”, a partir de un programa que tiene que ver con el desarrollo de habilidades psicopedagógicas, manejo del estrés, estilos de comunicación, liderazgo, toma de decisiones, manejo de equipo y jugadores, haciendo énfasis en el trazo adecuado de objetivos.

Por otra parte, a nivel individual, se mantiene una comunicación abierta con el entrenador/es, concretando objetivos individuales, manejos específicos de las presiones y tensiones, solución de conflictos intraequipo, etc.

Asimismo, la comunicación con los demás integrantes del equipo ha resultado de gran utilidad ya que son ellos los que pasan mayor tiempo con los jugadores, informándonos situaciones potencialmente críticas.

CONCLUSIÓN

A partir de nuestra experiencia, en el trabajo con fútbol en fuerzas básicas, la conclusión más importante, ha sido la conveniencia de llevar a cabo una planeación integral, con intervención en los diversos aspectos del Club, asesoría a directivos, intervención con el Cuerpo técnico y el trabajo directo con el jugador.

Nuestra propuesta surge del acento que se le da a lo formativo, en los equipo "menores", realizando una transición al acento competitivo (por supuesto manteniendo los objetivos formativos), en nuestros equipos profesionales.