

## BREVE REVISIÓN HISTORICA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

M<sup>a</sup> JOSÉ SÁNCHEZ  
M<sup>a</sup> PILAR BLANC  
JUAN PEDRO SERRANO  
*Departamento de Psicología*  
*Universidad de Castilla La-Mancha*<sup>1</sup>

### RESUMEN

En este trabajo se presenta un análisis del devenir histórico de la Psicología Deportiva, desde sus inicios hasta la actualidad, centrándonos especialmente en las publicaciones aparecidas en la última década. La revisión bibliográfica de los artículos y libros aparecidos se realizó a partir de la base de datos PsycLIT, y el interés se centró en seis temas principales objeto de estudio en los últimos diez años (1988 – 1997) sobre Psicología Deportiva. Los seis términos seleccionados fueron: Motivación, Estrés/Ansiedad, Cohesión de Equipo, Salud, Fair Play/Agresión y Personalidad. Estos seis campos objeto de estudio explican el 47% de todo lo publicado en psicología deportiva. En los últimos diez años la media de publicaciones en psicología deportiva no presenta cambios significativos, manteniéndose entre 174 en 1988 y 215 en 1997. En el ámbito de la personalidad y la motivación a lo largo de la década, es el año 1995 donde se alcanza el mayor número de publicaciones, apareciendo, al año siguiente, un descenso significativo de las publicaciones. La Psicología Deportiva en la actualidad comienza a verse reforzada, sobre todo, por el impulso que le ha dado la investigación desde las Universidades y en los centros de Alto Rendimiento, pero sigue sin ocupar

---

<sup>1</sup> Departamento de Psicología. Universidad de Castilla La-Mancha. Pza. Universidad, 3. 02071 Albacete. Telf:967-599231. E-mail: mjsanchez@psic-ab.uclm.es. E-mail: pblanc @psic-ab.uclm.es. E-mail: jserrano@alu-ab.uclm.es

el lugar que merece dentro del ámbito del deporte profesional.

## INTRODUCCIÓN

Debido a la creciente importancia que actualmente se atribuye al bienestar físico y psíquico de la persona, en los últimos años ha cobrado un gran auge la práctica deportiva a todos los niveles. Por este motivo se han desarrollado numerosas líneas de investigación dirigidas a conocer los procesos psicológicos que intervienen en la práctica del deporte. Nuestro interés se centra en conocer los antecedentes y raíces de la Psicología del Deporte, además de las líneas de investigación actual. Se trata de una disciplina relativamente joven que ha tenido que luchar para asegurar su independencia como rama parcial de la Psicología aplicada y de las ciencias de la actividad física. Aún hoy, muchos psicólogos la siguen desconociendo como campo de actividad independiente y como ciencia.

Jaume Cruz realiza una revisión sobre la corta historia de la psicología deportiva, en cuya evolución se establecen cuatro periodos:

- 1-Raíces de la psicología del deporte (1987-1919)
- 2-Antecedentes inmediatos de la psicología del deporte (1920-1945)
- 3-Investigaciones centradas en el aprendizaje motor y el desarrollo de la psicología del deporte aplicada (1949-1964).
- 4-Reconocimiento oficial de la psicología del deporte como un nuevo ámbito de aplicación de la psicología (1965 en adelante)

### *1 Raíces de la psicología deportiva*

Los primeros trabajos relacionados con la psicología deportiva se pueden encontrar en el laboratorio de Wunt (Leipzig) donde se realizaron estudios sobre los tiempos de reacción. A su vez en EEUU, Woodwoth (1899), Thorndike (1909) y Watson (1907) realizaron estudios sobre destrezas motrices, trabajos que todavía no relacionaban psicología y deporte.

Los primeros trabajos que relacionan Psicología y Deporte son de dos tipos: a) Ensayos teóricos, que describen los beneficios psicológicos del deporte (Lesgaft, 1901; P. De Coubertin, 1913), describen cómo la práctica deportiva favorece el equilibrio psicológico; por otro lado Patrik (1903) analiza los aspectos psicosociales; y b) trabajos experimentales sobre aprendizaje motor. Donde destacan los experimentos de Fitz, 1895; Triplett, 1898, y Cummins, 1914.

Ante estos trabajos, Cruz (1991) al igual que Browne y Mahoney (1984) y Lowe y Walsh (1978) señala que las raíces de la psicología

deportiva se encuentran en el área del aprendizaje y la ejecución motora.

## *2. Antecedentes inmediatos de la psicología del deporte (1920-1945)*

En este periodo destacan los llamados padres de la psicología del deporte: Coleman Griffith en EEUU y Alexander Puni y Peter Rudik en la Unión Soviética. A principios de los años 20 se crea en Rusia el Consejo Superior de Cultura Física con rango Universitario. En cada uno de los institutos dependientes del mismo se creó un departamento de Psicología de la Educación Física y de las Actividades Deportivas donde Rudik inicia investigaciones sobre el tiempo de reacción y Puni, investiga sobre la influencia de la práctica deportiva (el esquí) en el desarrollo de la personalidad del deportista.

En 1930 se crea en Moscú el Instituto Central de Investigación Científica para el estudio de la Educación Física donde se coordinaba la investigación que se realizaba en las diferentes ciencias aplicadas al deporte. Este trabajo de coordinación y supervisión de la investigación psicológica le fue encomendada a uno de los padres de la Psicología del Deporte en la Unión Soviética: Peter Rudik. Durante los 5 primeros años, la investigación psicológica del Instituto se centró en el estudio de diferentes técnicas de evaluación psicológica: tests de inteligencia, personalidad y tests de reacción motora.

En 1936 hay una reacción en contra de los tests, se abandona el estudio de este tema y las investigaciones se centran en: a) las motivaciones e intereses de los atletas, b) el concepto del poder mental del deportista y, c) las tensiones de los atletas durante la competición. Así pues, la investigación se centra en la preparación psicológica del deportista para la competición.

En EEUU la figura sobresaliente fue Coleman Griffith, al que se le considera padre de la psicología del deporte en este país. Sus contribuciones fueron importantes pero tuvieron poca incidencia en la Psicología del Deporte ya que no tuvo continuadores. Hacia el año 1930 Lawter en Pensilvania y Ragdale en Wisconsin crean los primeros laboratorios de aprendizaje motor.

En los últimos años de este periodo, en el inicio de la segunda guerra mundial, recibe un fuerte impulso las investigaciones sobre el aprendizaje de destrezas motrices encaminadas a cubrir las necesidades de las Fuerzas Armadas, en especial a la selección y entrenamientos de pilotos.

En Europa los trabajos realizados sobre Psicología del Deporte son muy escasos, concretamente, en los Institutos de Educación Física de Leipzig y Berlín se introducen cursos de psicología del deporte en el curriculum de los futuros profesores de actividad física. Klemm realiza

investigaciones sobre aprendizaje motor, y Krueger Klemm en 1938 publican *Motorik*, que constituye uno de los primeros manuales modernos de aprendizaje motor. Destacan otros autores como R.W.Schulte, N.Sippel y F.Giese

### 3. Investigaciones sobre aprendizaje motriz y el desarrollo de la psicología del deporte aplicada (1946-1964)

En los años cincuenta, debido al interés por las competiciones deportivas internacionales, aumentan los estudios sobre el aprendizaje de las destrezas deportivas. Se intentan aplicar los conocimientos sobre Aprendizaje, adquiridos en el campo Industrial, al ámbito del deporte. En esta línea se encuentran los trabajos de Lawther, Henry, Knapp o Singer. Como consecuencia de todos estas líneas de investigación se inicia una Psicología Deportiva aplicada a la preparación del deportista para la competición.

Robert y Carol Ammons fundan una revista sobre aprendizaje motor: "*Perceptual and Motor Skills*". Sin embargo a partir de los años sesenta disminuye el interés, por parte de los psicólogos por este tema, aunque aumenta entre los profesionales de la Educación Física.

Jhon Lawter publicó en 1951 un libro de amplia repercusión, *Psychology of coaching*, que tiende un puente entre la investigación y el trabajo aplicado de los técnicos deportivos. En esta época se publica en Inglaterra *Skip in sport* (Knapp, 1963) y en Estados Unidos *Movement Behavior and Motor Learning* (Cratty, 1964).

Las características fundamentales de este periodo son el deporte de alto nivel apareciendo un desinterés por las actividades motrices que habían sido objeto de estudio hasta este momento.

En Rusia y Países del Este, la P.D. se afianza después de la segunda guerra mundial, centrando el interés en las variables psicológicas que afectan al rendimiento deportivo de la alta competición.

Por otro lado, en el Instituto de Cultura Física Leipzig, entre los años cincuenta y sesenta, se crea una cátedra de Psicología del Deporte, que ocupa Kunath. Los temas de estudio de este Instituto se pueden resumir en las siguientes líneas:

- a.- El aprendizaje motriz a partir de los trabajos de Paulov
- b.- Las relaciones entre activación fisiológica y la preparación para la competición utilizando aparatos de telemetría.
- c.- La evaluación de atletas mediante técnicas de observación (se prohibieron los tests por ser considerados discriminatorios).

En Checoslovaquia, después de la Segunda Guerra Mundial, hay que destacar la creación de la Facultad de Educación Física. Son figuras

importantes Miroslav Vanek e Ivan Macak. En 1954 se crea la Sociedad Nacional de Psicólogos del Deporte, y cabe destacar que en 1964 el psicólogo de esta sociedad Miroslav Vanek, por primera vez es designado como observador del equipo olímpico de su país.

Como conclusión, este período propició la consolidación de la psicología del deporte como un área de investigación con un cuerpo teórico y metodológico bien delimitado, lo cual le confirió un nuevo status en el campo de la psicología.

#### *4-Reconocimiento oficial de la psicología del deporte como un nuevo ámbito de aplicación de la psicología (1965)*

En 1965 hay que destacar un evento: el 1<sup>er</sup> Congreso Internacional de Psicología del Deporte en Roma, que contribuye definitivamente a consolidar la Psicología del Deporte como área de investigación, el cual se caracterizó por una gran dispersión conceptual y metodológica. A raíz del mismo se crea la International Society of Sport Psychology que en 1970 edita la primera revista dedicada exclusivamente a la psicología del deporte: *International Journal of Sport Psychology*.

Tanto en Norteamérica como en Europa se crean asociaciones de Psicología del deporte, y en EEUU se publican las obras: *Motor Learning and Human Performance*, (Singer 1967); *Psychology of Motor Learning*, (Oxendine 1967); o *Acquiring ballskill*, (Whiting 1969). Adams publica la "Teoría del Circuito Cerrado" y Smidt funda el *Journal of Motor Behavior*, y publica su "Teoría de los Esquemas". Ambas teorías supusieron un rechazo a las concepciones conductistas y la búsqueda de nuevas perspectivas en las teorías del procesamiento de la información, la cibernética y la informática.

Las investigaciones en P.D. en los años setenta se caracterizaron por el estudio de las tareas motrices simples y los estudios sobre la personalidad de los deportistas, intentando encontrar características de personalidad específicas asociadas a los deportistas de éxito, pero a partir de 1975 las concepciones dominantes en este campo nos indican que los rasgos específicos de personalidad asociados a un deporte concreto no existen como variables determinantes del éxito deportivo.

En los países de la Europa del Este abundan los estudios sobre la preparación psicológica de los deportistas y aumenta el rigor metodológico de las investigaciones, a pesar de la escasa comunicación científica con el resto de los países.

#### *4.1. España 1960-95*

En esta época, y siguiendo la revisión realizada por Cruz y Cantón

en 1992, es cuando comienza la Psicología del Deporte a establecerse como disciplina con entidad propia dentro del campo de la psicología y del mundo del deporte.

#### 4.1.1. 1960-64: Los pioneros de la Psicología del Deporte en España

La licenciatura de Psicología se establece en España en 1968, por lo que las primeras aportaciones a la Psicología del Deporte provienen de áreas afines, cabe destacar a José María Cagigal, Josep Ferrer-Hombrevella y Josep Roig Ibañez.

Cagigal fue un gran teórico que estudió los principales aspectos científicos y culturales del deporte, se interesó por los aspectos psicológicos en el deporte y fue el primer profesor que impartió la asignatura de psicopedagogía en el primer INEF.

La PD nació al amparo de los centros de investigación de Medicina del Deporte, fue en el centro de Medicina Deportiva de la Residencia Blume donde se iniciaron valoraciones médico psicológicas de los deportistas en 1962, allí Roig Ibañez creó el primer laboratorio de Psicología del Deporte en España, que pasó a depender del INEF de Barcelona en 1976.

#### 4.1.2. La Psicología del Deporte en España de 1980 a 1995

Se observa una mejora a todos los niveles respecto a períodos anteriores, que Cruz y Cantón (1992), analizan desde tres perspectivas:

A.- *La docencia*: Desde que en 1982 se empezó a estudiar la Psicología del Deporte en la Universidad Autónoma de Barcelona, su estudio se ha extendido a otras facultades y Escuelas de Magisterio. A esto hay que añadir que en la década de los 80 se reconoce a los INEF como facultades de Educación Física, se crean nuevos centros y comienzan programas de doctorado en algunos de ellos.

B.- *La Investigación*: Los autores españoles investigan un amplio abanico de temas, aumenta el número de revistas de esta especialidad y, con ello, el número de artículos publicados. Destacan autores como Riera, Cruz, Ruiz, Oña, Cantón, Balaguer, Buceta, entre otros.

C.- *La Práctica*: En este caso, y siguiendo a Cruz y Cantón (1992), hay que destacar que la aplicación ha sido escasa.

#### 4.1.3. Desde el 95 hasta la actualidad (1999)

En la última década la Psicología deportiva se ha aplicado fundamentalmente en el deporte de élite, ya que existe una elevada preparación física, táctica y técnica, de tal manera que las diferencias encontradas

en el rendimiento de los deportistas de élite se pueden explicar por los recursos psicológicos con que cuenta cada deportista. A pesar de que los implicados en este campo no dudan en hablar de la importancia de la psicología en el mundo del deporte, ni la Psicología deportiva está suficientemente reconocida, ni las investigaciones en este campo han tenido el auge que cabría esperar. Muy tímidamente se va introduciendo en el mundo del deporte gracias a que la Universidad le ha dado cabida en sus planes de estudio y a que los deportistas que utilizan las técnicas psicológicas, han reconocido los beneficios que dicha utilización les ha reportado.

La Psicología deportiva en esta última década se ha consolidado como una disciplina con entidad propia, tanto en su objeto de estudio como en la metodología de investigación utilizada. Este gran impulso de la Psicología Deportiva aparece en el seno de las universidades, fundamentalmente como área de investigación, y, sobre todo, en los Centros de Alto Rendimiento deportivo donde los psicólogos pueden aplicar los conocimientos, métodos y técnicas psicológicas e incorporarlos y adaptarlos al estudio del rendimiento deportivo de los atletas de forma que a partir de los datos obtenidos se puedan aportar estrategias que mejoren el rendimiento de éstos.

En este trabajo se analizan las principales áreas de estudio de la psicología deportiva en la última década y su evolución a partir de la base de datos PsycLit.

## METODOLOGÍA

### *Base de Datos*

Se tomó como referencia para nuestro estudio la base de datos PsycLit, publicada en formato CD-ROM y distribuida por la APA (American Psychological Association, 1988-1997). Esta base de datos recoge publicaciones, artículos y libros, realizadas en Psicología y en disciplinas relacionadas y afines de todo el mundo. LA APA ha creado una base de datos llamada PsycINFO, a partir de la cual realizamos nuestro estudio. Esta base de datos consta de seis CD-ROM agrupados por períodos temporales, nosotros utilizamos los tres últimos, que hacen referencia solamente a la última década (1988 – 1992, 1993-1995 y 1996-1998).

- 1) 1887 a 1966
- 2) 1967 a 1980
- 3) 1981 a 1987

4) 1988 a 1992

5) 1993 a 1995

6) 1996 a 1998

Palabras Clave

En nuestro trabajo tratamos de buscar los términos a partir de los cuales podríamos explicar gran parte de las publicaciones realizadas en psicología deportiva en la última década. Seleccionamos como términos de interés los siguientes:

1) Motivación.

2) Estrés-Ansiedad

3) Cohesión de Equipo.

4) Salud

5) Fair Play-Agresión.

6) Personalidad.

Cada uno de estos seis términos fueron utilizados como palabras clave para realizar la búsqueda bibliográfica en nuestra base de datos. Existen otros términos que podrían haberse utilizado pero no recibían tanta atención en las publicaciones como los seleccionados como objeto de búsqueda a lo largo de la última década.

### *Procedimiento*

A partir de la introducción de los términos anteriormente señalados (en algunos casos se introducía más de uno para abarcar todo el campo temático), se realizó la búsqueda desde el año 1988 hasta el 1997, observando los campos de estudio que recibían una mayor atención en artículos, revistas y libros publicados.

### *Variables*

Las variables objeto de estudio fueron:

1) N° Total de Publicaciones en Psicología Deportiva en la última década.

2) N° total de publicaciones en la última década a partir de los términos:

· Motivación.

· Estrés-Ansiedad

· Cohesión de Equipo.

· Salud.

· Fair Play-Agresión.

· Personalidad.

3) Porcentaje de publicaciones explicada a partir de los términos

seleccionados.

- 4) Porcentaje explicado por otros términos sobre el total de lo publicado.

## RESULTADOS

1) En los últimos diez años la media de publicaciones en psicología deportiva no presenta cambios significativos, manteniéndose entre 174 en 1988 y 215 en 1997, tan sólo aparece un aumento en el año 1995 motivado probablemente por las Olimpiadas de Montreal en 1996.

2) Los campos que más interés han recibido y que cuentan con un mayor número de publicaciones son: Motivación, Personalidad, Salud y Ansiedad-Estrés. Siendo este último el que más interés ha recibido sobre los otros cinco. La justificación de esto se debe probablemente a la existencia de pruebas psicológicas y metodología, en campos que llevan trabajándose desde hace tiempo dentro de la propia disciplina y que han sido adaptados al mundo del deporte. Por otra parte, Fair Play-Agresión y Cohesión-Dinámica de Equipo, los que menos atención han recibido probablemente por la falta de instrumentos y metodología rigurosa que permitan un control de variables como los casos anteriores, pesar de que en la actualidad ya empiezan a tenerse un mayor número de estudios en estos campos.

3) En el ámbito de la Personalidad y la Motivación a lo largo de la década, también es el año 1995 donde se alcanza el mayor número de publicaciones a partir del aumento paulatino a lo largo de los dos años anteriores respecto a otros años, apareciendo curiosamente un descenso significativo a la mitad de publicaciones el año siguiente, 1996.

4) El porcentaje explicado sobre el total de las publicaciones, a partir de los seis términos seleccionados, es de 47% o sea, 98.4 de media sobre el total a lo largo de la década que es de 211.3. Las 112 publicaciones de media a lo largo de la década se distribuyen en otras variables relacionadas con la psicología deportiva.

Tabla 1. Publicaciones en Psicología Deportiva en general y a partir de los términos seleccionados ( ver apéndice).

## BIBLIOGRAFIA

- Browne, M.A. Y Mahoney, M.J. (1984). Sport Psychology. *Annual Review of Psychology*, 35, 605-625.
- Cratty, B.J. (1964): *Movement behavior and motor learning*. Philadelphia:

- Lea and Febiger.
- Cruz, J. (1991). Historia de la Psicología del Deporte. En J. Riera y J. Cruz, *Psicología del Deporte. Aplicaciones y perspectivas* (pp13-43). Martínez Roca. Barcelona.
- Cruz, J. y Canton, E. (1992). Desarrollo histórico y perspectivas de la psicología del deporte en España. *Revista de Psicología del deporte* 1, 52-61.
- Cummins, R.A. (1914). A Study of the effect of basketball practice on motor reaction, Attention and suggestibility. *Psychological review*, 21, 366-369.
- De Couvertin, P.(1913). *Essays de Psychologie Sportive*. Paris. Lausanne.
- Fitz, G.W. (1895): A local reaction. *Psychological review*, 2, 37-42.
- Griffith, C.R. (1926). *Psychology of coaching*. Nueva York. Scribners.
- Griffith, C.R. (1928). *Psychology of athletics*. Nueva York. Scribners.
- Hernández, A. Y Ramos, R. (1996). *Psicología del Deporte*. Ra-Ma. Madrid.
- Knapp, B. (1963): *Skill in sport*. Londres: Routledge and Kegan Paul.
- Krueger, F. y Klemm, O (1938). *Motorik*. Munich, (citado en Vanek y Cratty, 1970. *Psychology and superior athlete*. Nueva York: Macmillan).
- Lawther, J.(1951). *Psychology of coaching*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Lesgaft, P. (1901). Guía de la Educación Física de los niños. En P. Rudik (1960): *Psichologija Sporta*. Moscú: Stadium (traducción española: *Psicología de la Educación Física y del Deporte*. Buenos Aires. Stadium, 1982).
- Lowe, B. Y Walsh, J. (1978). Sport Psychology in the world: comparative sport psychology-british and american developments. *International Journal of Sport Psychology*, 9, 63-72.
- Oxendine, J.B. (1967): *Psychology of motor learning*. Nueva York: Appleton-Century-Cofts- *American Journal of Psychology*, 14, 104-117.
- Patrick, G.T.(1903). The Psychology of football. *American Journal of Psychology*, 14, 104-117.
- Puni, A.Z.(1975): Der Zustand der Psychischen Wettkampfbereitschaft als Gegenstand Psychologischer Vorbereitung im Sport. *Theorie und Praxis der Koerperkultur*, 24 (6), 449-509. (Traducción española, El estado de disposición psíquica para la competición como objeto de la preparación psicológica en el deporte. *Novedades en Psicología del Deporte*, 1, 37-54).
- Ragsdale, C. E. (1930). *The Psychology of motor learning*. Ann Arbor: Edwards Bros.
- Riera, J. (1989). Aprendizaje Motor. En Mayor y Pinillos. *Tratado de Psicología General. Aprendizaje y Condicionamiento*. Alhambra.
- Rudik, P.(1960). *Psichologija Sporta*. Moscú: Stadium (traducción española:

- Psicología de la Educación Física y del Deporte* Buenos Aires Stadium, 1982).
- Ruiz Pérez, L M (1994) *Deporte y Aprendizaje* Visor
- Schultz, D. P (1985). *Psicología Industrial* Interamericana Méjico
- Singer, R.N (1967) *Motor Learning and human performance* Nueva York Mc Millan
- Thorndike, E.L (1909). A note on the accuracy of discrimination of weights and lengths. *Psychological Review*, 16 340-346
- Triplett, N (1898) The Dynamogenic Factors in Pacemaking and Competition. En *American Journal of Psychology*, 9, 507-533
- Watson, J B (1907) Kinesthetic and organic sensations: their role in the reactions of white rat to the maze *Psychological Monographs*, 33 3
- Whiting, H.T.A (1969) *Acquiring ball skill* Philadelphia Lea and Febiger
- Woodworth, R S (1899) The accuracy of voluntary movement *Psychological Review*, 3 3 Monograph

Tabla 1. Publicaciones en Psicología Deportiva en general y a partir de los términos seleccionados ( ver apéndice)

Año de Publicación	Total Publicaciones	Personalidad	Motivación	Ansiedad Estrés	Fair Play Agresión	Cohesión y Dinámica Equipo	Salud	Total 6 Factores
1988	174	28	15	40	4	5	12	104
1989	200	30	20	43	7	0	14	114
1990	217	24	19	32	0	3	21	99
1991	212	16	19	23	6	2	21	87
1992	205	12	24	37	4	2	15	94
1993	206	9	15	24	2	1	20	71
1994	194	23	20	35	4	2	27	111
1995	256	31	35	36	5	1	25	133
1996	234	15	17	33	4	1	24	94
1997	215	4	27	20	2	3	21	77
<b>MEDIAS</b>	<b>211,3</b>	<b>19,2</b>	<b>21,1</b>	<b>32,3</b>	<b>3,8</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>98,4</b>
<b>PORCENTAJES</b>	<b>100%</b>	<b>9%</b>	<b>10%</b>	<b>15%</b>	<b>2%</b>	<b>1%</b>	<b>9%</b>	<b>47%</b>