

LAS APORTACIONES DE *PSYCHOLOGY AND ATHLETICS* (1928) DE C. R. GRIFFITH A LA PSICOLOGIA DEL DEPORTE

JAUME CRUZ FELIU
LLUÍS CAPDEVILA ORTÍS
Universitat Autònoma de Barcelona

RESUMEN

En este trabajo se enfatiza la validez de algunas ideas expuestas por Coleman R. Griffith -el padre de la Psicología del Deporte en Estados Unidos- en su libro *Psychology and athletics* (1928), al cumplirse setenta años de su publicación. La comunicación se estructura en cuatro partes: 1) las aportaciones de Griffith a la Psicología del Deporte en el período 1920-1939; 2) la ubicación del libro *Psychology and athletics* (1928) dentro de la obra de Griffith; 3) el análisis de algunos procesos psicológicos básicos relevantes para el deporte en *Psychology and athletics*; y 4) la actualidad de diferentes aportaciones que desarrolla Griffith en el mencionado libro. En las dos primeras partes, de forma resumida, se contextualizan las aportaciones de Griffith dentro de la historia de la Psicología del Deporte y se destaca la importancia del libro *Psychology and athletics* (1928) en la producción científica de Griffith. En la tercera parte se describe el análisis que hace Griffith de los procesos psicológicos básicos, fundamentalmente la atención y el aprendizaje en las situaciones deportivas. Finalmente, en la cuarta parte se resumen aquellas aportaciones de *Psychology and athletics* que resultan más actuales como: A) la adecuada clarificación del papel del psicólogo del deporte; B) el uso de técnicas de observación con los mejores deportistas y entrenadores; C) el análisis psicológico de diferentes deportes; y D) el énfasis tanto en la mejora del rendimiento deportivo como sobretodo en el valor educativo del deporte.

ABSTRACT

In this paper we emphasize the validity of some of the ideas developed by Coleman R. Griffith -the father of Sport Psychology in United States- in his book *Psychology and athletics* (1928). The paper has four parts: 1) the Griffith's

contributions to Sport Psychology during the 1920-1939 period; 2) the place of Psychology and athletics (1928) in the collected works of Griffith; 3) the analysis of some basic psychological processes outstanding to sport in Psychology and athletics; and 4) the current importance of the contributions developed by Griffith in the aforementioned book. Parts one and two describe Griffith's contributions to the history of Sport Psychology and outline the importance of Psychology and athletics (1928) in Griffith's scientific publications. Part three describes Griffith's analysis of basic psychological processes such as attention and learning in sport contexts. Finally, part four summarizes the most current contributions of Psychology and athletics such as: A) the adequate clarification of the role of sport psychologist; B) the use of observational techniques in the most expert athletes and coaches; C) the psychological analysis of different sports; and D) the emphasis not only in the improvement of the performance but in the educational value of sport.

1. INTRODUCCIÓN

La Psicología del Deporte es un área de aplicación de la Psicología con un reconocimiento académico e institucional reciente, pese a contar con una serie de trabajos pioneros en Europa y Estados Unidos desde finales del siglo pasado. De hecho, la Psicología del Deporte obtuvo su reconocimiento oficial entre las ciencias aplicadas al deporte con la celebración del I Congreso Mundial de Psicología del Deporte, en Roma (1965). En el campo de la Psicología dicho reconocimiento todavía es más tardío, si tenemos en cuenta que la *American Psychological Association* no estableció la División 47 -*Exercise and Sport Psychology*- hasta el año 1986.

La Psicología del Deporte, sin embargo, tiene una interesante historia con aportaciones de autores de la talla de Fitz, Triplett, Griffith, Puni, Rudik, Lawther o los españoles José M^a Cagigal, Josep Roig Ibañez y Josep Ferrer-Hombravella. Para contextualizar mejor las aportaciones de Coleman R. Griffith puede ser útil enumerar los cuatro periodos propuestos para la historia de la Psicología del Deporte en un trabajo previo (Cruz, 1997):

1) Las raíces de la Psicología del Deporte en la Psicología Experimental (1879-1919). En estos años predominan los ensayos teóricos que relacionan Psicología y Deporte y los estudios experimentales sobre tiempo de reacción y aprendizaje motor.

2) Los antecedentes inmediatos de la Psicología del Deporte (1920-1939). En este periodo destacan los trabajos de los psicólogos considerados los «padres» de la Psicología del Deporte: Alexander Puni y Peter Rudik, en la antigua Unión Soviética y Coleman R. Griffith, en Estados Unidos.

3) Las investigaciones sobre aprendizaje motor y el desarrollo de la Psicología del Deporte aplicada (1940-1964). En esta época, en Estados Unidos predominan los estudios sobre desarrollo y aprendizaje motor, realizados por autores como Melton, Henry, Lawther, Slater-Hammel o Cratty, y en la antigua Unión Soviética y en los países de la Europa del Este se desarrolla una Psicología aplicada al deporte con aportaciones como las de Rudik, Kunath, Vanek o Geron.

4) El reconocimiento oficial de la Psicología del Deporte como un nuevo ámbito de aplicación de la Psicología (1965 hasta nuestros días). El I Congreso Mundial de Roma (1965) tuvo dos consecuencias importantes para la Psicología del Deporte: a) la fundación de la *International Society of Sport Psychology* (ISSP), que con sus congresos ha facilitado un mayor intercambio de información entre los psicólogos del deporte de todo el mundo; y b) la publicación de la primera revista específica de Psicología del Deporte, el *International Journal of Sport Psychology*, en 1970.

2. LAS APORTACIONES DE GRIFFITH A LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN EL PERÍODO 1920-1939

Coleman R. Griffith (1893-1966) fue sin lugar a dudas la figura más sobresaliente de la Psicología del Deporte de este período en Estados Unidos. Griffith, que había sido jugador de tenis, balonmano, béisbol y fútbol, empezó a realizar observaciones informales sobre los factores psicológicos implicados en el baloncesto y el fútbol americano, en 1918, después de obtener el graduado en Psicología. Sin embargo, no fue hasta después de su doctorado en 1920 que se interesó seriamente por la Psicología del Deporte. Griffith empezó a recoger medidas de tiempo de reacción en situaciones de entrenamiento en fútbol americano. Las observaciones mencionadas sirvieron a Griffith para poner ejemplos del mundo del deporte en un curso introductorio de Psicología que empezó a impartir en la Universidad de Illinois, en 1923.

En 1925, la Universidad de Illinois aprobó la creación del *Athletic Research Laboratory* a partir de la propuesta de George Huff, Jefe del Departamento de Bienestar Físico, y nombró a Coleman Griffith director de dicho laboratorio. Los trabajos realizados por Griffith y sus alumnos -entre 1925 y 1932, año en que se cerró el laboratorio por problemas presupuestarios- se pueden agrupar en tres grandes áreas: a) el aprendizaje de habilidades deportivas; b) las habilidades psicomotrices y; c) las variables de personalidad (Gould y Pick, 1995; Kroll y Lewis, 1970). Así pues, el enfoque de la Psicología del Deporte de Griffith fue experimental y dedicó la mayor parte de su tiempo a la investigación de laboratorio, pero también recurrió a la observación sistemática, las filmaciones de deportistas y las entrevistas cuando el tema lo requería.

La época más productiva de Coleman Griffith para la Psicología del Deporte fue entre 1925 y 1931. En este período escribió más de 20 artículos científicos y divulgativos sobre el tema y publicó sus dos libros clásicos: *Psychology of coaching* (1926) y *Psychology and athletics* (1928), que se analiza en el siguiente apartado. Al cerrar su laboratorio, debido a la depresión económica de 1931, Griffith continuó en la Universidad enseñando Psicología General y Psicología de la Educación, campos en los que publicó 4 importantes manuales. Estas obras y sus investigaciones anteriores en Psicología del Deporte hicieron que Boring (1950) lo considerara como uno de los autores capaces de ejercer mayor influencia en el campo de la Psicología.

En 1938, Coleman Griffith tuvo una nueva oportunidad de dedicarse a sus temas preferidos de investigación al ser contratado como psicólogo del deporte

por uno de los equipos más importantes de béisbol: los Chicago Cubs. Con un presupuesto de 1.500 dólares para material de laboratorio y equipo de filmación, Griffith estudió el aprendizaje de destrezas del béisbol, la personalidad, el liderazgo y otros factores psicosociales que influyen en el rendimiento deportivo a partir de una serie de pruebas con cada jugador. Los Chicago Cubs le ofrecieron continuar la siguiente temporada con una dedicación a tiempo completo, pero él no aceptó, probablemente por razones familiares. Griffith se dedicó durante los seis años siguientes a sus tareas de profesor de Psicología de la Educación, hasta que, en 1944, fue nombrado Rector de la Universidad, cargo que ocupó hasta su jubilación en 1953, tal como señalan Gould y Pick (1995).

Al revisar el trabajo de Coleman Griffith, Kroll y Lewis (1970) destacan sus importantes contribuciones a la Psicología del Deporte, pero lo califican como un profeta sin discípulos. En un estudio más reciente, Gould y Pick (1995) coinciden con Kroll y Lewis en que ninguno de sus alumnos siguió su carrera en Psicología del Deporte, pero destacan la influencia de Griffith en tres personajes importantes en el campo de la educación física (K.J. McCristal, C.O. Jackson y T.K. Cureton).

3. LA UBICACIÓN DEL LIBRO *PSYCHOLOGY AND ATHLETICS* (1928) DENTRO DE LA OBRA DE GRIFFITH.

Psychology and athletics (1928) parte de las observaciones que Griffith llevó a cabo en diferentes deportes y que, inicialmente, constituían ejemplos del curso de Psicología General que empezó a impartir en la Universidad de Illinois, en 1923. Sin embargo, después de sucesivas revisiones mimeografiadas, el material fue reformulado y recibió el nombre de *Psychology and athletics*. Este libro difiere notablemente del material previo por las razones que comenta el mismo Griffith (1930):

«En lugar de limitarme a la ilustración de hechos y principios psicológicos, mediante ejemplos deportivos... el nuevo curso pretende hacer un análisis psicológico serio de todas las fases de la competición deportiva y revisar la literatura disponible sobre problemas tales como las habilidades, el aprendizaje, el hábito, la atención, la visión, la emoción y el tiempo de reacción» (pp. 35-36).

En 1926, Griffith publicó *Psychology of Coaching*, que es una obra aplicada destinada a aumentar la efectividad de los métodos de entrenamiento. En cambio, Griffith no publicó hasta 1928 *Psychology and athletics*, su libro más académico sobre Psicología del Deporte y en el que llevaba más tiempo trabajando. Tal vez su estancia con una beca *Guggenheim* en la Universidad de Berlín, en 1927, le ayudó a conocer mejor la Psicología del Deporte que se hacía en Leipzig en esa época y a revisar el material de su libro más importante. Sin embargo, tal como señalan Gould y Pick (1995) no existe evidencia documental de las probables relaciones de Griffith con los psicólogos del deporte de Berlín y Leipzig.

Psychology and athletics consta de 14 capítulos, que tentativamente se podrían dividir en tres partes. La primera, que abarca los 4 capítulos iniciales, es un buen análisis de las demandas psicológicas de los deportes más populares en Estados

Unidos -fútbol americano, béisbol, baloncesto y tenis- y de los sentidos corporales implicados para lograr un buen rendimiento en esos deportes. La segunda parte, capítulos 5 al 9, destaca el papel de los procesos psicológicos básicos en las situaciones deportivas, especialmente el aprendizaje y la atención. La tercera parte, capítulos 10 al 14, describe cuestiones deportivas más variadas que van desde temas específicos como las características del deportista experto y los efectos de la fatiga en el rendimiento, hasta temas más generales como la importancia del juego, las tradiciones deportivas y las recompensas personales y sociales de la competición.

4. EL ANÁLISIS DE ALGUNOS PROCESOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS RELEVANTES PARA EL DEPORTE EN *PSYCHOLOGY AND ATHLETICS*

Tal como señalan Gould y Pick (1995), la formación de Griffith se realizó con uno de los psicólogos experimentales más influyentes de su época Madison Bentley. Bentley había obtenido su graduado en Nebraska con Harry Wolfe y su doctorado en Cornell con Edward Titchener. Como es sabido Titchener y Wolfe se habían doctorado en Leipzig con Wundt. Así pues, resulta obvio el enfoque experimental de la obra principal de Griffith y el papel central que otorga a los procesos psicológicos básicos, especialmente el aprendizaje y la atención, en las situaciones deportivas.

Los capítulos 5 y 6 de *Psychology and athletics* están dedicados al aprendizaje, que es definido como un proceso cuyo resultado es la habilidad en una determinada tarea, por ejemplo, el lanzamiento a canasta. Dicho proceso está sujeto a la ley del ejercicio y la ley del efecto, «*pues la mera repetición no es suficiente para explicar todo el proceso*» (p. 86). En estos capítulos se analizan aspectos tales como la distribución de los períodos de práctica, el aprendizaje global o analítico, las diferencias individuales y las mesetas de aprendizaje, así como las ventajas e inconvenientes del hábito, y los efectos de las emociones y los estados de ánimo en el aprendizaje. En este sentido, Griffith señala la importancia del sobreaprendizaje para obtener un rendimiento óptimo, incluso en situaciones de una emoción intensa o de una gran fatiga.

La atención se analiza en el capítulo 7 y Griffith pone excelentes ejemplos deportivos sobre cómo cambia la atención de un espectador o de un deportista en un partido de béisbol. Describe el poder selectivo de la atención y la dificultad de lograr una adecuada atención voluntaria por parte de un deportista. En este sentido, Griffith tiene las ideas muy claras: «*debemos poner énfasis de nuevo en el hecho de que aprendemos a atender, igual como aprendemos a escribir*» (p.125). En el capítulo 8, Griffith muestra como el entrenador que enseña a controlar la atención puede diseñar una mejor estrategia para un partido, haciendo que sus jugadores atiendan a acontecimientos incorporados en su sistema de hábitos y que, cuando dominen el juego, puedan prestar atención a pequeños detalles -movimiento del brazo o giro de la cabeza de un contrario...- que resultan claves para mejorar el rendimiento. Al final del capítulo, Griffith vuelve a insistir

en el entrenamiento atencional pues «*a menos que alguien tenga el hábito de observar ciertas clases de hechos, no será apto para darse cuenta de ellos bajo la presión del juego*» (p.148). Esto puede explicar la diferencia que existe entre el jugador «*experto*» capaz de atender a todos los estímulos relevantes y el «*novato*» que, bajo la presión del partido, es incapaz de atender a varias situaciones del juego a la vez.

Otros procesos como la memoria y la motivación no están tratados tan extensamente. Sin embargo, Griffith resalta la relevancia que tiene en fútbol americano recordar el movimiento correcto en el momento oportuno, de acuerdo con el entrenamiento táctico recibido. Asimismo, en béisbol el receptor hábil ha de recordar lo que ha hecho un bateador en ocasiones anteriores en función, por ejemplo, de la posición de los pies o de cómo sujeta el bate. Por otra parte, Griffith resalta la contribución del deporte a aumentar la confianza en uno mismo, «*pues el hombre que tiene éxito aprende a tener más confianza en su habilidad para tener éxito*» (p.109).

5. LA ACTUALIDAD DE DIFERENTES APORTACIONES DE GRIFFITH EN *PSYCHOLOGY AND ATHLETICS*

Una valoración de la obra completa de Griffith puede encontrarse en los artículos de Gould y Pick (1995) y Kroll y Lewis (1970). En este trabajo, centrado en el libro principal de Coleman Griffith, se destacan cuatro aspectos de interés para los psicólogos del deporte:

A) *La adecuada clarificación del papel del psicólogo del deporte.* En un artículo publicado tres años antes que *Psychology and athletics*, Griffith (1925) describía las tres tareas principales del psicólogo del deporte: 1) enseñar a los entrenadores inexpertos los principios psicológicos que utilizan los entrenadores con mayor experiencia y éxito; 2) adaptar y aplicar los conocimientos de la psicología general al campo del deporte, especialmente en tópicos tales como la atención, el aprendizaje, la memoria, la emoción y la personalidad; y 3) utilizar el método experimental de laboratorio para descubrir nuevos hechos y principios que puedan ayudar al psicólogo del deporte aplicado. Estas funciones del psicólogo del deporte, que guían el libro *Psychology and athletics*, son más actuales que las establecidas por importantes psicólogos estadounidenses de la década de los setenta, excesivamente centrados en los aspectos clínicos del deportista. Además, Griffith fue un psicólogo experimental que tenía unas expectativas optimistas, pero realistas, sobre la efectividad de su trabajo, pues tal como señala en el prólogo del libro:

«*No debemos esperar demasiado de la psicología, ya que no es como una medicina que cure todas las enfermedades y cumpla todas las promesas. Existen todavía muchos problemas que no pueden someterse a la prueba experimental, porque no sabemos cómo plantearlos con los métodos adecuados.*» (Griffith, 1928, p. IX).

B) *El uso de técnicas de observación con los mejores deportistas y entrenadores.* Griffith hace notar la importancia de captar pequeños detalles de los

deportistas y entrenadores más expertos para enseñarlos a los novatos, mediante la utilización de diferentes ejemplos tomados de las jugadas más habituales en partidos de fútbol americano y béisbol. De esta forma, Griffith se muestra como un gran conocedor y observador de los deportes más populares en su época.

C) *El análisis psicológico de diferentes deportes*. Gracias a las perspicaces observaciones que hace de los principales deportes de su época, Griffith es sensible a las diferentes demandas psicológicas de cada uno de ellos. Así, en los primeros capítulos de *Psychology and athletics* habla de la percepción visual, destacando la importancia que tiene la visión completa del campo en béisbol y la visión periférica en algunas jugadas de baloncesto como el *dribbling*. Destaca, asimismo, el valor de la práctica mental en deportes como la lucha o el boxeo, porque permite prepararse para el siguiente golpe, en lugar de responder sólo al golpe actual. Finalmente, en el capítulo dedicado al tiempo de reacción, analiza cómo el velocista capta la regularidad del intervalo temporal que existe entre la voz del juez de salida -«listos»- y el disparo de la pistola.

D) *El énfasis tanto en la mejora del rendimiento deportivo como sobretodo en el valor educativo del deporte*. La parte principal del libro de Griffith, igual que sus investigaciones más importantes, se centra en la adquisición y mejora de destrezas deportivas. Sin embargo, la última parte del libro habla del valor educativo del deporte, de la deportividad y del *fairplay* (capítulos 12 y 13). Griffith da mucha importancia al deporte con un enfoque educativo por las recompensas personales y sociales que produce. Entre las primeras destaca la confianza personal, el autocontrol, la formación del carácter y el respeto por los otros. En cuanto a las recompensas sociales del deporte Griffith cita, entre otras, la cooperación y el trabajo en equipo, la lealtad al grupo y el descanso del horario laboral.

En resumen, podemos señalar que el análisis de *Psychology and athletics* (1928) nos permite comprobar que Griffith fue un psicólogo experimental que se adelantó a su tiempo tanto por la visión que tenía del papel profesional del psicólogo del deporte, como por sus incisivos análisis de las necesidades de los deportistas y los entrenadores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Boring, E.G. (1950). *A history of experimental psychology*. Nueva York: Appleton.
- Cruz, J. (1997). Psicología del deporte: historia y propuestas de desarrollo. En J. Cruz (Ed.), *Psicología del deporte* (pp.15-41). Madrid: Síntesis.
- Gould, D. y Pick, S. (1995). Sport psychology: the Griffith era, 1920-1939. *The Sport Psychologist*, 9, 391-405.
- Griffith, C.R. (1925). Psychology and its relation to athletic competition. *American Physical Education Review*, 30, 193-199.
- Griffith, C.R. (1926). *Psychology of coaching*. Nueva York: Scribner's.
- Griffith, C.R. (1928). *Psychology of athletics*. Nueva York: Scribner's.

- Griffith, C.R. (1930). A laboratory for research in athletics. *Research Quarterly*, 1, 34-41.
- Griffith, C.R. (1931). Character through physical education. *Chicago School Journal*, 13, 217-219.
- Kroll, W. y Lewis, G. (1970). America's first sport psychologist. *Quest*, 13, 1-4.