

ASPECTES PRIORITARIS EN LA PSICOLOGIA APLICADA A L'ESPORT AMB JOVES

Guillermo Pérez Recio.

Llicenciat en Psicologia.

Joan Busquets Biarnés.

Llicenciat en Pedagogia.

Treball realitzat al Departament de Psicologia de l'Esport del CAR (Sant Cugat).

Introducció

És un fet que, tan sols des de fa uns anys, s'han començat a veure aplicacions de la Psicologia a l'esport en general, i especialment en l'àmbit de l'esport juvenil. Als autors d'aquest article ens va semblar adient fer un estudi que permetés esbrinar quina és la situació actual a Catalunya. És fonamental que el psicòleg de l'esport analitzi quins són els problemes que ha de plantejar-se com a prioritaris a l'hora de treballar amb joves esportistes. Disposar de dades sobre les opinions dels professionals implicats en l'esport amb joves pot servir per optimitzar els esforços i els mitjans que es vagin invertint en el desenvolupament d'aquest camp.

Hi ha molts aspectes que romanen sense resposta en el camp de l'esport infantil tot i l'increment de les inves-

tigacions. És la Psicologia de l'Esport que ha d'intentar donar resposta a aquests interrogants i no altres disciplines. Això s'ha fet als Estats Units amb una amplitud desconeguda a casa nostra. Els treballs que es fan ara a Catalunya estan obligats a referir-se a experiències i investigacions americanes. Per tant, ens podem plantejar si la nostra situació és la mateixa que la de l'esport infantil i juvenil als EEUU; o bé si hem de tenir cura d'aspectes diferencials. Tot adreçat a l'oferiment de respostes amb sentit als professionals de l'Educació Física i l'Esport a Catalunya. Gould (1982), de la Michigan State University, es preocupà del tema i va fer un estudi amb una mostra nord-americana. El que nosaltres vam decidir és fer servir el mateix qüestionari amb la finalitat de poder dir quelcom sobre ambdues qüestions.

Objectius

Són objectius del nostre treball:

- Identificar els temes de Psicologia de l'Esport que els professionals de l'Educació Física i l'esport infantil consideren més rellevants.
- Comparar les opinions i ordre de prioritats dels professionals de Catalunya i dels Estats Units.
- Determinar les diferències quant a la prevalència d'uns aspectes o d'altres segons els diversos professionals i els seus diferents camps de treball.
- Contribuir al desenvolupament de línies d'investigació en Psicologia de l'Esport.

Es tracta, doncs, d'obtenir informació que permeti prendre decisions útils pel que fa a l'esport amb joves. I entenem utilitat en el sentit que tinguem conceptes clars sobre el que la societat demana per poder oferir sol·lucions amb sentit pràctic.



Mètode

Tal i com s'ha dit, hem partit d'un qüestionari elaborat per D. Gould (1982).

El qüestionari és de tipus tancat amb escales format Likert de quatre punts. A partir d'ell es poden processar les dades per ordre d'importància i també és possible determinar les diferències trobades entre els diversos grups.

Nosaltres hem ampliat la mostra. A part dels psicòlegs i els entrenadors, hem afegit varis grups nous: estudiants d'Educació Física i Psicologia, monitors, llicenciats en Educació Física i un grup mixte.

Al mateix temps hem introduït petites modificacions en el qüestionari: s'hi han posat dos tòpics més. Els enunciatos afegits són els números 16 i 24 de la taula 6, ambdós assenyalats amb un asterisc, i fan referència a la detecció de talents i al tema de trets de personalitat.

Característiques de la mostra:

La nostra mostra té un total de 131 individus;

Taula 1. DISTRIBUCIÓ DE LA MOSTRA SEGONS EL SEXE

Homes	87	66,4%
Dones	44	33,6%

Tots ells estan relacionats d'alguna manera amb el món de l'educació física i l'esport. Aquests són els diversos subgrups:

Taula 2. DISTRIBUCIÓ DE LA MOSTRA SEGONS LA PROFESSIONALITAT

PROFESSIONALITAT	N	PERCENTATGE
Psicòlegs	16	12,2%
Estudiants de Psicologia	18	13,7%

Llicenciats en Educ. Física	5	3,8%
Estudiants de E.F.	31	23,7%
Entrenadors	23	17,6%
Monitors	18	13,7%
Mixte	20	15,3%
(fan ahora varies de les tasques)		

TOTAL 131

De tot el global hem determinat un grup de teòrics i un altre de pràctics. Definim com a teòrics els que figuraven exclusivament en una d'aquestes categories:

- Psicòlegs
 - Estudiants de Psicologia
 - Estudiants d'Educació Física
- Cap d'ells no vinculat al món pràctic en aquell moment.

Dins els pràctics incloïm:

- Llicenciats en Educació Física en exercici
- Monitors
- Entrenadors

Els mixtes els hem col·locat tots al grup de pràctics.

Taula 3. DISTRIBUCIÓ DE LA MOSTRA SEGONS SIGUIN TEÒRICS O PRÀCTICS

	N	PERCENTATGE
Teòrics	42	32,1%
Pràctics	89	67,9%

Igualment s'ha pogut fer la distinció entre els estudiants i professionals, els que assistiren al congrés i els que no (ens referim al I Congrés Nacional de Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport - III Jornades de l'ACPE, Esplugues de Llobregat, 1986)

Taula 4. DISTRIBUCIÓ DE LA MOSTRA SEGONS SIGUIN ESTUDIANTS O PROFESSIONALS

	N	PERCENTATGE
Estudiants	55	42%
Professionals	76	58%

Taula 5. DISTRIBUCIÓ DE LA MOSTRA SEGONS ASSISTÈNCIA AL CONGRÉS

	N	PERCENTATGE
Congrés Sí	91	69,5%
Congrés No	40	30,5%

Aspectes tòpics que inclou el qüestionari dins el marc de l'activitat física del jove esportista:

- L'agressió
- Estratègies de motivació
- Stress competitiu
- Per què practiquen o deixen de practicar esport els joves
- La relació pares-fills
- Entrenadors-esportistes
- Comunicació
- Reforç
- Personalitat de l'esportista
- Confiança i seguretat
- Efectes psicològics i de desenvolupament de la competició
- Motivació
- La conducta dels entrenadors
- Cooperació
- Participació
- Maduresa
- Esportivitat
- Guanyar i perdre
- Disciplina
- Èxit o fracàs
- Actituds
- Rendiment òptim
- Selecció dels joves esportistes

Aquesta metodologia ens permet de veure quines són les inquietuds dels professionals vinculats a l'educació física i a l'esport. És un pas important cara a establir quines qüestions, problemes o incògnites de tipus psicològic són les que més els interessin i preocupen.

Resultats

L'ítem menys valorat té una puntuació de 2,5, la qual indica que no hi ha indiferència per cap dels aspectes explorats. En el treball de Gould sembla existir una mica més de discriminació, donat que l'ítem menys valorat té una puntuació de 1,9. (Veure Taula 6).

Comparació entre els resultats de la mostra catalana i estadounidenca

Preocupacions comunes

Dels set aspectes considerats com a prioritaris per nosaltres quatre coincideixen amb els assenyalats per Gould en l'estudi que realitzà l'any 1982:

- Per què deixen de practicar esport els joves esportistes.
- Efectes que té la competició en la salut psicològica i en el desenvolupament dels joves.
- Habilitats de comunicació: com poden comunicar-se millor els entrenadors amb els esportistes joves.
- Estratègies per desenvolupar la confiança en sí mateix i l'autoconcepte.

Quelcom semblant passa amb els tòpics valorats de forma menys rellevant. Hi ha una sèrie que coincideixen en els dos estudis:

- Efectes psicològics de la competició coeducativa en joves esportistes.
- Conseqüències de donar premis i trofeus.
- Classificació dels joves esportistes per a la competició en funció de la seva maduresa psicològica.
- L'agressió en els esports infantils.

Preocupacions divergents

Donat que no disposaven de les respostes dels subjectes nord-americans, ens vam decidir per comparar els llocs relatius de cada ítem. És a dir, per a un ítem restàvem el lloc absolut en la mostra nord-americana al núme-

Taula 6. TÒPICS DELS QÜESTIONARI ORDENATS SEGONS L'OPINIÓ DE LA MOSTRA CATALANA I CORRESPONDÈNCIA D'ORDRE AMB L'OPINIÓ DE LA MOSTRA AMERICANA.

Resultats del total de la mostra.

Ordre de Prioritats.

	MITJANA	ORDRE GOUL	DIFERÈNCIA
1. Estratègies per desenvolupar la confiança en sí mateix i millorar l'autoconcepte.	3,63	(6)	-5
2. Conductes dels entrenadors i els seus efectes en els nens.	3,61	(11)	-9
3. Estratègies per motivar els joves esportistes.	3,49	(20)	-17
4. Habilitat per comunicar-se: com poden comunicar-se millor els entrenadors amb els esportistes joves.	3,45	(5)	-1
5. Per què deixen de practicar esport els joves esportistes.	3,35	(1)	4
6. Desenvolupament de l'esportivitat en els joves esportistes.	3,32	(12)	-6
7. Efectes que té la competició en la salut psicològica i en el desenvolupament dels nens.	3,29	(4)	3
8. Com ensenyar habilitats esportives als joves esportistes, tècniques per canviar les seves conductes.	3,23	(18)	-10
9. Efectes que produeix guayar i perdre.	3,18	(8)	1
10. Com assolir el rendiment òptim.	3,18	(29)	-19
11. Com facilitar la cooperació entre joves esportistes.	3,17	(21)	-10
12. Com ajudar els joves esportistes a perdre la por (a la pilota, per ex. en un tir d'handbol).	3,09	(22)	-10
13. Efectes de l'amplitud de la participació esportiva (entrenaments, nombre de partits...) en la motivació.	3,08	(16)	-3
14. Atribucions: quines són les raons que els joves esportistes donen per justificar l'èxit i el fracàs i com influeixen aquestes en la motivació.	3,07	(14)	0



15. Ajudar els joves esportistes a suportar el stress competitiu.	3,05	(3)	12
*16. Trets de la personalitat dels joves esportistes.	3,05	(-)	-
17. Quant stress suporten els joves esportistes en la competició.	3,01	(2)	15
18. Efectes de les relacions pares-fills en el compromís amb l'esport i l'èxit en el mateix.	3,00	(10)	8
19. Estratègies per millorar el rendiment en l'entrenament de joves esportistes d'èlit.	2,97	(27)	-8
20. Què és el que els agrada i els desagrada als joves esportistes de l'esport de competició.	2,95	(9)	11
21. Efectes de les relacions pares-fills en el desenvolupament de les habilitats.	2,94	(19)	2
22. Com tractar els problemes de disciplina.	2,89	(26)	-4
23. Habilitats de comunicació: com poden comunicar-se millor els entrenadors amb els pares que causen problemes.	2,86	(15)	8
*24. Detecció i selecció de joves esportistes d'èlit pels seus trets psicològics.	2,83	(-)	-
25. Efectes psicològics de la competició coeducativa en esportistes joves.	2,82	(28)	-3
26. Efectes que tenen les modificacions de les regles de l'esport basant-se en la motivació i l'atractiu.	2,80	(17)	9
27. Agressió en els esports infantils.	2,79	(23)	4
28. Com canviar les actituds d'entrenadors-pares.	2,77	(13)	15
29. Classificació dels esportistes joves per a la competició en funció de la seva maduresa psicològica.	2,67	(24)	5
30. Per què participen els esportistes joves en els esports de competició.	2,60	(7)	23
31. Conseqüències de donar premis i trofeus.	2,56	(25)	6

ro d'ordre del mateix ítem en la mostra catalana. A la taula 5 es poden consultar l'ordre final en el treball de Gould i la diferència entre ambdós ordres en la darrera columna.

Si tenim en compte només les diferències superiors a 8 llocs (25% del total d'ítems) trobem els següents resultats:

• *Ítems més importants en la mostra americana* (El número entre parèntesi indica la diferència de llocs a favor de la mostra americana):

- (23) Per què participen els esportistes joves en els esports de competició.
- (15) Quant stress suporten els joves esportistes en la competició.
- (15) Com canviar les actituds d'entrenadors-pares.
- (12) Ajudar els joves esportistes a suportar el stress competitiu.
- (11) Què és el que els agrada i els desagrada als joves esportistes de l'esport de competició.
- (09) Efectes que tenen les modificacions de les regles de l'esport basant-se en la motivació i l'atractiu.
- (08) Efectes de les relacions pares-fills en el compromís amb l'esport i l'èxit en el mateix.
- (08) Habilitats de comunicació: com poden comunicar-se millor els entrenadors amb els pares que causen problemes.

• *Ítems més importants en la mostra catalana* (El número entre parèntesis indica la diferència de llocs a favor de la mostra catalana):

- (19) Com assolir el rendiment òptim.
- (17) Estratègies per motivar els joves esportistes.
- (10) Com ajudar els joves esportistes a perdre la por (a la pilota, per ex., en un tir d'handbol).

rendiment i entrenament

- (10) Com facilitar la cooperació entre joves esportistes.
- (10) Com ensenyar habilitats esportives als joves esportistes, tècniques per canviar les seves conductes.
- (09) Conductes dels entrenadors i els seus efectes en els nens.
- (08) Estratègies per millorar el rendiment en l'entrenament de joves esportistes d'èlit.

Comparacions entre subgrups dintre de la mostra catalana

Mitjançant la prova T-TEST per a grups independents hem comparat les diferents mitjanes i hem vist si hi havia realment diferència significativa o no entre ells.

Segons el sexe:

Taula 7. DIFERÈNCIES EN L'OPINIÓ DELS HOMES I LES DONES

(*) Valor de $p < 0,05$

n. ítem	HOMES	DONES
12	2,98	3,33 (*)
21	2,82	3,12 (*)

Les dones valoren més clarament la forma com ajudar els joves esportistes a perdre la por. Igualment s'interessen més pels efectes de les relacions pares-fills en el desenvolupament de les habilitats.

Segons siguin teòrics o pràctics:

Taula 8. DIFERÈNCIES EN L'OPINIÓ DELS TEÒRICS I ELS PRÀCTICS

(*) Valor de $p < 0,05$

n. ítem	TEÒRICS	PRÀCTICS
13	2,85	3,19 (*)
15	3,29	2,93 (*)
17	3,19	2,92 (*)
20	2,76	3,05 (*)
22	2,67	3,00 (*)





El teòric valora més que el pràctic ajudar els joves en el problema del stress competitiu.

En canvi el pràctic dona més importància que el teòric a:

- els efectes de l'amplitud de la participació esportiva (nº d'entrenaments, partits...) en la motivació.
- què és el que els agrada o no als joves esportistes de l'esport de competició.
- com tractar els problemes de disciplina.

Segon siguin estudiants o professionals

Taula 9. DIFERÈNCIES EN L'OPINIÓ DELS ESTUDIANTS I ELS PROFESSIONALS.

(*) Valor de $p < 0,05$.

n.ítem	ESTUDIANT	PROFESSIONAL
6	3,15	3,45 (*)
29	2,50	2,79 (*)
31	2,76	2,41 (*)

Hi ha diferència significativa en els següents aspectes:

- els estudiants valoren més que els professionals les conseqüències de donar premis i trofeus.
- els professionals consideren molt més prioritari que els estudiants el desenvolupament de l'esportivitat en els joves esportistes i el fet de classificar els joves per a la competició en funció de la seva maduresa psicològica.

D'aquí en podem extreure que els no assistents al Congrés valoren més aspectes com:

- habilitats per comunicar-se: com

poden comunicar-se millor els entrenadors amb els esportistes joves.

- desenvolupament de l'esportivitat en els joves esportistes.
- efectes psicològics de la competició coeducativa en esportistes joves.
- efectes que tenen les modificacions de les regles de l'esport basant-se en la motivació i l'atractiu.
- per què participen els joves esportistes en esports de competició.

Els assistents al Congrés valoraren més el següent:

- conseqüències de donar premis i trofeus.

Segons assistència al congrés

Taula 10. DIFERÈNCIES EN L'OPINIÓ ENTRE ELS QUE ASSISTIREN AL CONGRÉS I ELS QUE NO.

(*) Valor de $p < 0,05$

n.ítem	CONGRÉS SI.	CONGRÉS NO.
4	3,37	3,62 (*)
6	3,21	3,58 (*)
25	2,66	3,18 (*)
26	2,68	3,08 (*)
30	2,47	2,90 (*)
31	2,66	2,35 (*)

Conclusions

Creiem que aquest treball dona suficients dades per motivar d'altres estudis descriptius en l'àrea.

Un dels punts a destacar són les diferències en les prioritats entre nord-americans i catalans. No hem de capficar-nos, ni seria eficaç fer-ho, en mimetitzar les línies d'investigació que es fan als EEUU si no volem fer treballs amb poc impacte pràctic pels

professionals del nostre país. Es pot apreciar del global dels resultats una tendència clara per part dels americans a preocupar-se més per la qüestió del stress competitiu i la manera d'afrontar-lo. En canvi, des de l'òptica catalana es mostra un interès clar per tots els tópics relacionats amb la millora del rendiment. És possible que això sigui un reflex del diferent nivell internacional de l'esport en els dos països. El fet que la majoria de la informació que s'empra sigui d'origen americà, pot explicar que els teòrics valorin també més el tema d'ajudar els joves en el problema del stress competitiu.

Tanmateix, aquestes diferències constitueixen, pensem, una advertència seriosa per als responsables de la formació d'entrenadors. És necessari augmentar els esforços en la capacitat d'entrenadors en temes com habilitats de comunicació, ensenyament d'habilitats, motivació, etc. ja que els entrenadors veuen aquests com a temes importants. Els cursos (continuem opinant) haurien d'incrementar els continguts d'aplicació d'una manera dràstica. Aquest petit treball descriptiu pot ser una font, entre d'altres, en la qual basar-se en el moment de programar els esmentats continguts.

Els professionals aplicats de la Psicologia de l'Esport poden trobar aquí també una guia de quines necessitats s'han d'atendre en primer lloc si volem connectar amb les preocupacions dels pràctics.

Finalment, i sobretot en els ítems importants pel seu caràcter diferencial respecte a les dades nord-americanes, es pot dir que existeixen prou elements per a un debat sobre prioritats en línies d'investigació en la Psicologia de l'Esport amb joves.



El teòric valora més que el pràctic ajudar els joves en el problema del stress competitiu.

En canvi el pràctic dona més importància que el teòric a:

- els efectes de l'amplitud de la participació esportiva (nº d'entrenaments, partits...) en la motivació.
- què és el que els agrada o no als joves esportistes de l'esport de competició.
- com tractar els problemes de disciplina.

Segon siguin estudiants o professionals

Taula 9. DIFERÈNCIES EN L'OPINIÓ DELS ESTUDIANTS I ELS PROFESSIONALS.

(*) Valor de $p < 0,05$.

n.ítem	ESTUDIANT	PROFESSIONAL
6	3,15	3,45 (*)
29	2,50	2,79 (*)
31	2,76	2,41 (*)

Hi ha diferència significativa en els següents aspectes:

- els estudiants valoren més que els professionals les conseqüències de donar premis i trofeus.
- els professionals consideren molt més prioritari que els estudiants el desenvolupament de l'esportivitat en els joves esportistes i el fet de classificar els joves per a la competició en funció de la seva maduresa psicològica.

D'aquí en podem extreure que els no assistents al Congrés valoren més aspectes com:

- habilitats per comunicar-se: com

poden comunicar-se millor els entrenadors amb els esportistes joves.

- desenvolupament de l'esportivitat en els joves esportistes.
- efectes psicològics de la competició coeducativa en esportistes joves.
- efectes que tenen les modificacions de les regles de l'esport basant-se en la motivació i l'atractiu.
- per què participen els joves esportistes en esports de competició.

Els assistents al Congrés valoraren més el següent:

- conseqüències de donar premis i trofeus.

Segons assistència al congrés

Taula 10. DIFERÈNCIES EN L'OPINIÓ ENTRE ELS QUE ASSISTIREN AL CONGRÉS I ELS QUE NO.

(*) Valor de $p < 0,05$

n.ítem	CONGRÉS SI.	CONGRÉS NO.
4	3,37	3,62 (*)
6	3,21	3,58 (*)
25	2,66	3,18 (*)
26	2,68	3,08 (*)
30	2,47	2,90 (*)
31	2,66	2,35 (*)

Conclusions

Creiem que aquest treball dona suficients dades per motivar d'altres estudis descriptius en l'àrea.

Un dels punts a destacar són les diferències en les prioritats entre nord-americans i catalans. No hem de capficar-nos, ni seria eficaç fer-ho, en mimetitzar les línies d'investigació que es fan als EEUU si no volem fer treballs amb poc impacte pràctic pels

professionals del nostre país. Es pot apreciar del global dels resultats una tendència clara per part dels americans a preocupar-se més per la qüestió del stress competitiu i la manera d'afrontar-lo. En canvi, des de l'òptica catalana es mostra un interès clar per tots els tópics relacionats amb la millora del rendiment. És possible que això sigui un reflex del diferent nivell internacional de l'esport en els dos països. El fet que la majoria de la informació que s'empra sigui d'origen americà, pot explicar que els teòrics valorin també més el tema d'ajudar els joves en el problema del stress competitiu.

Tanmateix, aquestes diferències constitueixen, pensem, una advertència seriosa per als responsables de la formació d'entrenadors. És necessari augmentar els esforços en la capacització d'entrenadors en temes com habilitats de comunicació, ensenyament d'habilitats, motivació, etc. ja que els entrenadors veuen aquests com a temes importants. Els cursos (continuem opinant) haurien d'incrementar els continguts d'aplicació d'una manera dràstica. Aquest petit treball descriptiu pot ser una font, entre d'altres, en la qual basar-se en el moment de programar els esmentats continguts.

Els professionals aplicats de la Psicologia de l'Esport poden trobar aquí també una guia de quines necessitats s'han d'atendre en primer lloc si volem connectar amb les preocupacions dels pràctics.

Finalment, i sobretot en els ítems importants pel seu caràcter diferencial respecte a les dades nord-americanes, es pot dir que existeixen prou elements per a un debat sobre prioritats en línies d'investigació en la Psicologia de l'Esport amb joves.