

Dr. Joan Palmi Guerrero,
Professor de Psicologia de l'Esport,
 INEFC-Lleida.

PSICOLOGIA I RENDIMENT ESPORTIU: A TALL DE PRESENTACIÓ

La psicologia de l'activitat física i l'esport té una història relativament curta com a disciplina especialitzada en el nostre país. Els seus primers passos es relacionen amb els treballs pioners fets en institucions com ara els centres de medicina esportiva de la Direcció General de l'Esport, i més tard des dels INEF (Barcelona i Lleida). La demanda d'una especialització en aquests temes va donar peu, sobre els anys 80, a que un col·lectiu de psicòlegs es plantegessin la necessitat de desenvolupar una associació professional que recollís les inquietuds i propostes de futur d'aquest àmbit. D'aquesta manera, el 1983,

a la seu de l'antic INEF de Barcelona (Esplugues de Llobregat), es consolida la idea i es funda l'Associació Catalana de Psicologia de l'Esport —ACPE—. Des d'aleshores, ara farà onze anys, s'han desenvolupat anualment jornades de treball, grups, comissions que han

intentat estructurar un àmbit d'intervenció i d'especialització de la psicologia de l'esport en les seves vessants de docència, investigació, i aplicació professional. Això ha donat com a fruit una presència més àmplia dels psicòlegs especialitzats en diferents institucions, clubs, federacions o assessories privades que donen fe de la necessitat d'un professional que complementi la preparació dels esportistes en els diferents nivells esportius. Així mateix hi ha un curs d'especialitat a nivell de màster en Psicologia de l'Esport que actualment es pot cursar a la Universitat Autònoma de Barcelona. Davant aquesta fructífera evolució res més adient que fer coincidir la publicació d'aquest monogràfic especialitzat sobre la intervenció psicològica en esports d'equip amb aquest recent desè aniversari de la fundació de la primera associació en psicologia de l'esport d'Espanya: L'Associació Catalana de Psicologia de l'Esport.



El contingut d'aquesta publicació es configura a partir de dos eixos generals que inicialment van marcar l'elecció dels autors i de la temàtica que es planteja en aquest monogràfic: en primer lloc professionals que treballen i poden escriure des de la seva experiència en diferents esports d'equip (futbol, bàsquet, hoquei herba, hoquei patins), i en segon lloc poder analitzar experiències dels diferents nivells esportius (iniciació, tecnificació, rendiment i alt rendiment).

És per això que hem subtitulat els articles d'experiència professional en funció d'aquests dos eixos complementaris i

vertebrals. Específicament, en el nivell de la iniciació esportiva, en J. Cruz ens planteja en el següent treball: *L'assessorament psicològic a entrenadors* la importància de l'observació i de la formació específica d'aquests tècnics que treballen amb joves esportistes, on es relacionen objec-

tius d'execució amb els de rendiment, i on tenen gran importància la motivació i el tracte que rep el jove, en funció del qual es pot ajudar a disminuir l'abandonament esportiu dels nois.

En el nivell de tecnificació esportiva hem presentat el treball de *Planificació i objectius psicològics en una escola esportiva de futbol* a càrrec de R. Llames, on s'analitza la seqüenciació del treball aplicat des d'una escola esportiva de formació, on els objectius i la demanda de rendiment van, o haurien d'anar, variant en funció de l'edat i del nivell d'expectatives esportives dels jugadors.

En el nivell de rendiment esportiu tenim dos treballs, el *Control del nivell d'activació dels esportistes* (bàsquet) i *Vida i desenvolupament del grup esportiu* (futbol) fets per J.M. Buceta i J. Martí respectivament, en els quals s'analitza, per una banda, la importància de tenir un bon nivell d'activació psi-

co-fisiològic per part de l'esportista, i com entrenar tenint en compte la dualitat existent entre l'activació de cada jugador en contraposició amb l'activació necessària com a equip; i per l'altra es segueixen les línies del moviment intern en què constantment s'està adaptant i readaptant un equip esportiu al llarg d'una temporada.

Finalment, en el nivell esportiu de l'alt rendiment, el lector pot trobar tres treballs relacionats amb la intervenció professional feta en tres seleccions olímpiques (hoquei patins, hoquei herba i futbol) que van participar en els darrers jocs de Barcelona l'estiu de 1992, i que segurament, tots recordarem. Així, J.Palmi, en *La cohesió i el rendiment en esports d'equip*, analitza la necessitat d'avaluar i millorar un procés tant important com és el de la cohesió de l'equip, tot i analitzant les repercussions que tindrà sobre el rendiment i el compliment tàctic dels jugadors en pista. Es fa una proposta a partir de l'experiència professional de l'autor, específicament amb la selecció olímpica d'hoquei patins -medalla de plata als Jocs de Barcelona- de com intervenir des de l'assessoria a l'entrenador i la intervenció directa amb els jugadors. A continuació, J.Marí desenvolupa una de les habilitats psicològiques més rellevants, com és la concentració. En aquest article, *Millora de la concentració en pista* s'analitza la seva avaluació i un model d'entrenament realitzat al voltant de les rutines pre-competicionals de l'equip olímpic

d'hoquei herba. Per últim J.García Barrero en el seu treball *Avaluació i conclusions al voltant de la intervenció psicològica*, desenvolupa una proposta de planificació i sistemes d'avaluació de l'entrenament psicològic realitzat a partir de la seva experiència amb la selecció olímpica de futbol —medalla d'or en els darrers jocs—. En el seu article trobem un recull de conclusions com a resposta a dubtes plantejats per persones amb una certa desconexió de la intervenció psicològica.

Aquest monogràfic finalitza amb un article d'aplicació general sobre la "motivació en els esports d'equip" desenvolupat per Wayne Halliwell. L'autor ens aproxima al concepte de motivació en l'esport. Tal vegada un dels aspectes rellevants d'aquest treball és l'aportació que es fa en referència als factors que l'entrenador pot tenir en compte per millorar quant a la motivació dels esportistes, així com els punts d'automotivació que els atletes han de saber gestionar per poder ajustar millor les seves possibilitats.

Finalment només em queda agrair a tots els autors que han participat en aquest treball l'esforç que han fet per comunicar les seves idees i poder oferir aquest material a aquells psicòlegs, educadors, entrenadors, esportistes... interessats en el treball espectacular, i al mateix temps complex, com és l'entrenament global —físic, tècnic, tàctic i psicològic— en els esports d'equip.