

# EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES SOBRE LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA: EXPERIENCIA EN FÚTBOL DE ALTO RENDIMIENTO

## Resumen

El presente artículo se desarrolla en tres partes: la programación del trabajo psicológico con la selección de fútbol olímpica, la evaluación del entrenamiento psicológico, y la reflexión sobre diversos tópicos que se manejan respecto a la intervención psicológica en el deporte.

El objetivo de las tres exposiciones es único y por ello se engloban dentro de un mismo artículo.

Dicho objetivo es hacer un análisis breve de aquellos aspectos que resultan fundamentales en la actualidad de la intervención práctica en psicología del deporte. Sin duda, podríamos hablar de una problemática mayor, pero tanto la necesidad de planificar y programar el trabajo, la necesidad de llevar a cabo una evaluación cada vez más "correcta" del mismo, y la necesidad, finalmente, de consolidar la aplicación práctica de los conocimientos psicológicos, (y con ello la figura del psicólogo deportivo), nos parecen prioritarios.

En todo caso, el crecimiento y auge que está experimentando esta disciplina científica debe dar lugar numerosas reflexiones sobre estos y otros aspectos del trabajo aplicado.

**Palabras clave:** evaluación psicológica, planificación, fútbol.

## Aproximación general al trabajo realizado con la selección olímpica de fútbol

En primer lugar se expone, en líneas generales, el programa de preparación psicológica llevado a cabo con la selección olímpica de fútbol, ganadora de la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Barcelona'92.

Se divide dicha exposición en: a) los objetivos establecidos, inicialmente; b) la división del programa de entrenamiento en tres fases (acondicionamiento general, preparación específica y preparación competitiva); c) las conclusiones obtenidas tras la experiencia.

## Punto de partida

La figura del psicólogo deportivo, introducida por el seleccionador nacional, quedó enmarcada dentro del organigrama técnico general de la Federación, y específicamente de la selección olímpica dada la prioridad del compromiso de Barcelona'92.

La preparación psicológica se incluyó, por tanto, dentro del programa de trabajo del cuerpo técnico con vistas a la Olimpiada.

La programación se realizó en el mes de diciembre de 1991, y se puso en marcha en el mes de enero de 1992, con una duración total de 8 meses, hasta el final de los Juegos Olímpicos.

## Objetivos de la preparación psicológica

Teniendo en cuenta el planteamiento expuesto por el seleccionador (Vicente Miera), y sus demandas y necesidades, los objetivos de la preparación psicológica se establecieron en 3 grandes bloques de acuerdo a los períodos de trabajo:

- Adaptación al trabajo psicológico.
- Adaptación a la concentración preolímpica.
- Adaptación óptima a la competición.

## Adaptación al trabajo psicológico

El primer objetivo a conseguir era que el equipo y los jugadores a nivel individual, se adaptaran al trabajo psicológico. Tanto la idea de entrenamiento psicológico como el entrenamiento concreto en sí mismo, eran conceptos nuevos que exigían una aceptación y adaptación.

En segundo lugar, y una vez introducida la figura del psicólogo en el equipo, el objetivo era conseguir la asimilación de los ejercicios y tareas que se iban a realizar. Estos ejercicios iniciales eran muy importantes para poder llevar a cabo, posteriormente, con éxito la preparación competitiva.

## Adaptación a la concentración preolímpica

Como segundo objetivo se había marcado la correcta aclimatación a la dinámica de la concentración que duran-

te un mes se iba a llevar a cabo previamente al inicio de los Juegos.

Esa aclimatación se especifica en dos aspectos fundamentales:

#### Cohesión

Debido a que el equipo estaba formado por jugadores que durante la temporada y hasta una semana antes de concentrarse eran rivales en la competición liguera.

Un primer punto de unión era hacer hincapié en sus afinidades (edad, aficiones extra deportivas, circunstancias profesionales en sus clubes, etc.); y un segundo punto, lógicamente, era establecer objetivos de equipo, de manera que todos se vieran identificados en la consecución de las metas, y la colaboración entre ellos se incrementara. Estos objetivos eran, prioritariamente:

- Conseguir un rendimiento que lleva a la consecución de la medalla de oro (con lo que conlleva de entrenamiento y preparación).
- Alternativamente, renovar la "imagen" de la selección y provocar una mayor atención de los aficionados al deporte en la selección de fútbol, que históricamente no tenía gran tradición dentro de las Olimpiadas (con la excepción de Amberes).

#### Motivación

El nivel de motivación era, en un principio, más bajo de lo esperado, debido a que la competición llegaba en un momento muy malo, al coincidir con el mes de descanso que tenían los jugadores, y llegar estos con la saturación de una temporada completa. El planteamiento inicial de los jugadores era que iban a quedarse sin vacaciones y a "empalmar" una competición con otra. Cuando acabase la Olimpiada empezaban la pretemporada con sus respectivos equipos. Otro de los determinantes era el poco prestigio de que gozaba el deporte del Fútbol dentro del ambiente olímpico.

Dadas las deficiencias iniciales en cuanto a motivación, el trabajo se dirigió desde cuatro puntos:



1. Objetivos: recordándoles a los jugadores las metas finales, cuando aún estaban lejos, para que se adaptaran mejor al trabajo, que en un principio no tenía una recompensa directa.
2. Beneficios individuales: los jugadores estaban en una situación poco consolidada en sus clubes y el hecho de encontrar una relación directa entre su rendimiento con la selección y su status en el club era un buen reforzador.
3. Estimulación hacia la mejora individual: contando con la edad de los seleccionados y partiendo de que no eran jugadores ya consagrados, se les incitó a buscar su propia mejora, a través de la experiencia con la selección, y paralelamente a los otros objetivos ya expuestos.
4. Significado de competir en una olimpiada: fue necesario aportar datos, documentos y testimonios de otros deportistas para que alcanzaran a comprender la importancia y el orgullo de participar en una Olimpiada, puesto que en el fútbol estaba situada en un segundo plano siempre por detrás del Campeonato del Mundo.

#### Adaptación óptima a la competición

Como tercer objetivo u objetivo final y por tanto el más importante, se esta-

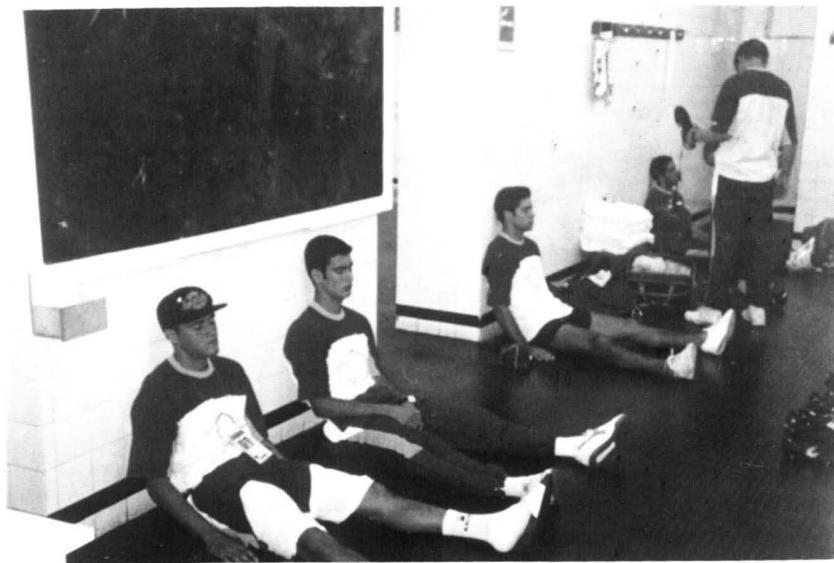
blece la adaptación óptima a la competición.

Lógicamente, los objetivos primero y segundo se dirigen a este tercero: permiten realizar un trabajo más riguroso al liberarlo de interferencias (enfrentamiento con la preparación psicológica, condiciones perjudiciales para realizarlo, etc.).

Este tercer objetivo se puede subdividir recalando los aspectos más relevantes que engloba esa "adaptación óptima".

Para ello se realizó un estudio minucioso de la situación anímica y ambiental de la selección, de su historia y sus posibilidades, concluyendo los siguientes aspectos fundamentales del trabajo:

- a) Aislamiento de la presión ambiental: en el recuerdo estaba la participación en los mundiales de Argentina '78, España '82 e Italia '90, principalmente en el partido inaugural.
- b) Expectativas de éxito: llegados los momentos cumbre de las competiciones, la selección corría el peligro de perder autoconfianza o desarrollar un excesivo conformismo.
- c) Un tercer aspecto remarcable, al margen de la tradición, era contro-



lar la ansiedad pre-competitiva que adquiere gran relieve si se tiene en cuenta:

- Juventud de los seleccionados.
- Inexperiencia internacional.
- Sistema de competición (no como liga).

## Programación

### Toma de contacto

- Explicación inicial de la figura y función del psicólogo, aclarando las dudas, y dejando marcados los pasos a seguir.
- Participación y convivencia con los seleccionados en todas las concentraciones, para ir acostumbrándose a su presencia, discutiendo temas distintos y evitando la imagen de un observador pasivo o exclusivamente crítico.
- Charlas explicativas sobre ansiedad, concentración, visualización, ejemplificadas al máximo y aprovechando sus propias manifestaciones, vivencias y dudas.
- Paralelamente se realizó un trabajo similar con el cuerpo técnico, aunque de manera más informal, pero tan imprescindible como el anterior.

La expectativa creada ante la novedad, fue tomando una forma concreta, de manera que tras los primeros compromisos amistosos quedara definida la ubicación y función del psicólogo y se creara una predisposición positiva al trabajo futuro.

La actitud inicial de todos (jugadores y cuerpo técnico) permitió que esta primera fase fuera completada sin que se encontrara más resistencia que la propia ante la novedad.

### Toma de datos y evaluación

En esta fase, se realizó la recogida de datos, evaluación e interpretación de los mismos, a través de:

- Batería de tests.
- Entrevistas individuales.
- Observación y registro de entrenamientos y partidos.

Con ello se elaboró el perfil psicológico-deportivo del equipo y de cada jugador.

El perfil del equipo fue presentado al seleccionador, y en él se detallaron los aspectos más críticos del grupo.

En cuanto al perfil individual fue presentado a cada jugador en particular, para que contrastara sus deficiencias y cualidades, tuviera en cuenta en qué as-

pectos debía insistir de su preparación, y se iniciara un trabajo más específico con los que así lo requerían.

### Preparación general

Paralelamente a las dos fases anteriores, se realizó la fase de acondicionamiento general, para que los jugadores adquiriesen las destrezas psicológicas básicas (relajación, entrenamiento ideo-motor, atención, concentración, etc.) que luego iban a especializarse de cara a la competición.

### Preparación específica

En esta segunda fase de entrenamiento, se intensificó la puesta a punto del equipo:

- Seleccionando las técnicas concretas a utilizar en la competición, e incrementando su perfecta ejecución.
- Anticipando, a través del entrenamiento mental, lo que iba a ser la competición en general, cada día de partido, y los días intermedios, así como las circunstancias ambientales (hotel, campos de entrenamiento, viajes, etc.).
- Definiendo el plan competitivo y la rutina precompetitiva, de forma que se consolidara sin esfuerzo.

### Preparación competitiva

El plan competitivo consistió en el escañalamiento de las técnicas ya comentadas, desde la víspera hasta el día después, y siempre de forma dirigida, pues el tiempo de preparación así lo requería, ya que no podía pretenderse una autonomía mayor.

## Conclusiones

En primer lugar es necesario valorar las ventajas con las que se contó desde un principio, y que son responsables de buena parte del éxito del trabajo desarrollado:

1. El convencimiento del Seleccionador de la necesidad de una preparación psicológica específica.

2. La disponibilidad de tiempo y espacio adecuados, en base al primer punto, para el desarrollo del trabajo, que permitió cumplir la totalidad del programa planificado.
3. La disposición desde el primer momento de los seleccionados, rompiendo con la imagen del deportista despreocupado por su preparación, o escéptico a las novedades.
4. El compromiso y colaboración del resto del cuerpo técnico (seleccionador adjunto, médico, preparador físico y fisioterapeutas) con el trabajo del psicólogo, y la compenetración existente en todas las facetas.

Como consecuencia de todo lo expuesto, podemos sacar tres conclusiones fundamentales:

- La intervención psicológica puede ser tanto directa como indirecta, y nos parece definitivo que la combinación de ambas permite desarrollar un trabajo más completo y de mejor calidad.
- Es necesario planificar el trabajo de antemano, sin esperar únicamente a que los acontecimientos nos indiquen el próximo paso a dar, e incluyéndolo en el programa general de preparación; pero contando con la flexibilidad suficiente como para adaptarse a las circunstancias de cada situación.
- Finalmente, parece decisivo el ambiente general de trabajo, en especial la disponibilidad de tiempo y espacio, la ubicación del psicólogo como un miembro más del cuerpo técnico, y la participación y compromiso de dicho cuerpo en la preparación psicológica.

### **Evaluación del entrenamiento psicológico**

Como hemos visto respecto a la programación y planificación del entrenamiento, en cuanto a dar flexibilidad a los planteamientos teóricos, lo mismo nos encontramos en el aspecto de la eva-



luación de dicho entrenamiento. Antes de entrar de lleno en los métodos de evaluación, nos interesa resaltar la importancia de la ya mencionada flexibilidad, en cuanto a plasmar en la práctica los supuestos teóricos que sustentan la Evaluación Psicológica: En el campo aplicado llevar a cabo una evaluación completa y rigurosa no siempre es posible, y en ocasiones puede resultar problemático (Palmi, 1992). Dadas las circunstancias actuales de la psicología deportiva (novedad en el deporte, polémica, etc.), la evaluación es entendida por muchos deportistas como una necesidad de confirmación de la utilidad de nuestra ciencia, lo que nos lleva a veces a tener buenos datos recogidos pero la desconfianza del deportista. Por tanto entendemos que la evaluación tiene como objetivo principal servir de retroalimentación al deportista para seguir progresando, y en segundo lugar para contrastar los datos de cara a agilizar o retrasar los plazos de consecución de objetivos.

En primer lugar, partimos del principio de que la evaluación y valoración de la intervención psicológica está en función de los objetivos establecidos a priori. El grado de consecución de los objetivos es el parámetro para evaluar dicha intervención. Por tanto, debemos

hacer hincapié en la definición más específica posible de los objetivos, y de los datos y registros obtenidos para comparar con dichos objetivos. No obstante, consideramos que la exigencia de un buen sistema de valoración no puede y no debe reducirse a datos estadísticos o exclusivamente cuantitativos, que en el afán de equiparación con otras ciencias del deporte, nos hace olvidarnos de valoraciones más cualitativas que siempre hay que tener en cuenta.

En la actualidad, la mayoría de los sujetos (deportistas) con los que se lleva a cabo un programa de preparación psicológica parten de cero, o al menos, con una base muy inferior en lo psicológico respecto a lo físico, técnico o táctico. De ahí que, en general, podemos hacer corresponder los objetivos a corto, medio y largo plazo con la adquisición y/o perfeccionamiento de destrezas psicológicas (corto plazo), la puesta en marcha en entrenamiento y competición de las destrezas y recursos psicológicos (medio plazo), y la continuidad y estabilidad de esas destrezas y conductas en competición y con ello, la continuidad y estabilidad del rendimiento deportivo (largo plazo).

De esta forma, partimos de una pauta global, aunque posteriormente y de acuerdo a cada situación específica, va-

rien las destrezas a adquirir y/o el tiempo de consecución de los objetivos. Por lo tanto, entendemos que la evaluación consistiría en:

- Valorar si se están aprendiendo distintas estrategias, técnicas y habilidades psicológicas.
- Valorar si se ponen en práctica dentro del ámbito deportivo de entrenamiento y competición.
- Valorar si se mantienen y aplican con continuidad en la competición, y dan lugar a un mejor rendimiento deportivo general.

Ampliando este esquema, diríamos que, en el corto plazo nos interesa evaluar la adaptación al trabajo, y las diferencias entre la práctica psicológica y la ausencia de esta; y por tanto nos basaríamos en los autoinformes, test-retest y registros fisiológicos, etc. para realizar la evaluación.

En el medio plazo, contamos con los autoinformes competitivos, registros conductuales de entrenamiento y competición, y la valoración del entrenador, puesto que nos interesa evaluar como se van modificando las conductas deportivas.

En el largo plazo, contamos fundamentalmente, con el análisis cuantitativo y cualitativo de los datos obtenidos durante todo el proceso, puesto que nos interesa evaluar la mejora o estabilización del rendimiento deportivo y la incidencia del trabajo psicológico en ello.

## Evaluación en la selección olímpica

Es necesario resaltar las características de la intervención en el equipo olímpico y el tiempo de preparación, para introducirnos en la valoración del trabajo:

- El período de preparación era relativamente corto, contando además con los cambios de los componentes, de forma que se reducen los plazos en la consecución de objetivos, y se modifican los propios objetivos y la evaluación

de estos respecto a lo que planteamos para un trabajo más continuado.

- Hay que tener también en cuenta que se había establecido un objetivo previo al puramente competitivo (adaptación a la concentración), que por su naturaleza no se encuadra dentro de los parámetros mencionados, y cuya valoración solo se realizó a través del contacto directo con los jugadores y sus testimonios.
- No se buscaba la estabilidad del rendimiento, si no máximo rendimiento en un período corto e intenso.
- El trabajo fue muy dirigido hasta el final, puesto que no se puede pretender una autorregulación total de los jugadores en un plazo tan corto de tiempo.

A partir de este planteamiento, la evaluación se realizó prioritariamente en los entrenamientos y en los partidos de preparación, con el objetivo de dar una retroalimentación a los deportistas y un refuerzo que generara un aumento en el grado de autoconfianza.

La adquisición de destrezas se evaluó a través de los registros fisiológicos (*biofeedback SC, HR*), autoinformes y cuestionarios de atención postentrenamiento.

Para la valoración de la puesta en marcha de las destrezas y habilidades, se realizaron registros de entrenamiento y competición, haciendo especial hincapié en controlar el grado de cohesión, de autocontrol emocional y de concentración, a través de conductas significativas de estos aspectos como pueden ser: aumento de comunicación en el campo, mayor participación desde el banquillo, reducción de protestas entre compañeros, etc. (referido a la cohesión), reducción de protestas al árbitro, de gestos de desánimo y de errores de precipitación, etc. (referidos al autocontrol emocional), asimilación de las instrucciones del entrenador, actitud continuada en el entrenamiento, etc. (referido a la atención).

Finalmente, la valoración global del trabajo se realizó contando con el grado de cumplimiento del programa previs-

to, las mejoras observadas en los registros de entrenamiento, y el testimonio del cuerpo técnico, refrendando las observaciones de los partidos en cuanto a:

- Control de la tensión nerviosa, fundamentalmente en los inicios de cada partido.
- El aislamiento de la presión ambiental.
- La capacidad de esfuerzo mantenida, evitando el conformismo tras los primeros resultados.
- La capacidad de reacción ante situaciones de desventaja o dificultad: calor, expulsiones, resultado adverso momentáneo, cansancio.
- La expectativa de éxito generada antes de iniciarse la competición.

Hay que tener en cuenta que, una vez iniciada la competición, y máxime en una competición tan corta, se entraba de lleno en el resultado de la preparación global del equipo (desde un principio el seleccionador consideró el trabajo en equipo de todo el cuerpo técnico como la clave para el éxito en competición), por lo que no se consideró interesante requerir la opinión escrita de los seleccionados sobre un aspecto aislado de la preparación.

## Conclusiones sobre diferentes tópicos relacionados con la intervención psicológica

Pese al esfuerzo desarrollado desde la propia Psicología del Deporte para conseguir su consolidación como ciencia aplicada y equiparable a otras áreas de intervención deportiva, seguimos encontrándonos con un cierto rechazo de la población deportiva.

En general, en este rechazo, hay que resaltar dos aspectos altamente significativos y que nos hacen concebir esperanzas de consolidación más tarde o más temprano:

- Las críticas se refieren fundamentalmente a la Figura del psicólogo, mu-

- cho más que al trabajo que se realiza.
- Las críticas parten en su mayoría del desconocimiento, es decir, las reacciones negativas vienen de deportistas y/o técnicos que no han tenido ningún contacto con este área de aplicación, y por lo general suponen, erróneamente, cuáles son los métodos y objetivos.

En todo caso sigue siendo necesario rebatir algunos argumentos que públicamente son repetidos, y que perjudican notablemente la imagen del psicólogo deportivo y su cometido. De entre estos hemos seleccionado algunos de los más reiterados y que coinciden con esa imagen tergiversada de la Psicología Deportiva:

### **El mejor psicólogo es el entrenador**

Por definición eso no es posible (excepto en los casos en que el entrenador sea realmente licenciado en psicología y esté especializado en psicología deportiva). El entrenador puede ser el mejor entrenador y manejar de manera más o menos adecuada al grupo. El entrenador tiene una importante labor psicológica que cumplir como director del equipo, pero es poco probable que conozca (por lo menos en profundidad) las técnicas psicológicas aplicables al rendimiento deportivo que modifican y potencian todo lo que hasta ahora hemos mencionado. Un entrenador que sepa darle una aspirina para el dolor de cabeza a un jugador, detectar un esguince, poner una venda o conozca el proceso de una osteopatía, posiblemente no se atreva a afirmar que es el médico del equipo.

### **El psicólogo tiene que haber practicado profesionalmente el deporte en el que trabaja**

El psicólogo sí debe estar especializado en deporte y conocer el funcionamiento y las normas del deporte en el que trabaja. Sin embargo, también es lógico pensar que el médico no necesita haber sufrido una lesión de ligamentos para saber cómo debe tratarla, ni un entrenador debe haber jugado en todos



los puestos de un equipo (desde portero a delantero) para saber cómo debe entrenar a todos los jugadores.

### **Los deportistas no están locos ni enfermos**

Por supuesto. Nadie pretende que lo estén. La psicología deportiva no entra en el deporte para curar patologías, sino para mejorar el rendimiento a través del entrenamiento en aspectos psicológicos. Cuando un deportista, como cualquier otra persona, tiene problemas patológicos de índole psíquica debería acudir, como cualquier otra persona, a un psicólogo clínico o a un psiquiatra (si su patología lo requiere). Cuando un deportista tiene una muela picada va a un dentista y es muy poco probable que se la empaste el médico del equipo. En este punto, es fundamental tener muy clara la diferencia entre psicología como clínica (evaluación y tratamiento de trastornos, fundamentalmente emocionales o de conducta) y psicología deportiva (técnicas de entrenamiento, adquisición y mejora de habilidades psicológicas interviniéntes en el proceso deportivo).

### **Antes no había psicólogos**

No, no había psicólogos. Y antes de los psicólogos no había preparadores físi-

cos, y antes de eso no había médicos deportivos, y mucho antes un equipo de fútbol eran once compañeros que decidían entre ellos cómo iban a jugar y no había entrenadores. Como hemos ido desarrollando hasta aquí, la introducción de nuevos técnicos en el deporte de alto rendimiento es consecuencia de la evolución del deporte y de las técnicas de entrenamiento.

### **El psicólogo quita protagonismo al entrenador**

No. El psicólogo es un miembro más del cuerpo técnico, que está a las órdenes del entrenador. El entrenador es el máximo responsable y el director de todo el equipo (jugadores y cuerpo técnico). El trabajo del psicólogo siempre debe estar supeditado a las directrices que marca el entrenador. Podríamos decir más, el psicólogo no puede desarrollar su trabajo si no es en colaboración con el entrenador y estableciendo un trabajo en equipo con él. Desde luego, la función del psicólogo no es ser el personaje que se hace más amigo de los jugadores, o el paño de lágrimas cuando las cosas van mal.

En buena lógica, si la labor del psicólogo va dirigida a potenciar la cohesión y la disciplina, entre otros aspectos y facetas, le interesa potenciar el lide-

razgo y el protagonismo del entrenador, de forma que considerar lo contrario, es decir la posibilidad de quitarle dicho protagonismo al entrenador, es suponer que el psicólogo va a tirar piedras contra su propio tejado.

### **El entrenador tiene una importante labor psicológica dentro del equipo**

Sí. El entrenador tiene mucho que decir de la preparación psicológica del equipo, decidiendo hacia dónde quiere dirigir la intervención y el trabajo. Pero, como mencionábamos anteriormente, no quiere decir que pueda desarrollar las técnicas específicas del entrenamiento mental, ni que sepa elaborar programas de entrenamiento psicológico. El entrenador debe conocer y establecer qué aspectos trabajar y en muchas ocasiones es el trasmisor de ese trabajo al equipo; un buen trabajo psicológico es aquel en el que el entrenador, a través de su trabajo con el psicólogo, dirige y transmite la motivación adecuada al equipo, dirige la cohesión del equipo, etc.

### **Los deportistas no necesitan psicólogo porque son profesionales**

Precisamente por eso necesitan psicólogo deportivo. La psicología del de-

porte nace y se desarrolla en el seno del deporte de alto rendimiento. Una persona que practica deporte por hobby o por entrenamiento no necesita para nada un psicólogo deportivo, por dos aspectos fundamentales: no tiene presiones (público, prensa, contratos, etc.) en su práctica deportiva, y no busca ni necesita resultados (ni a corto ni a largo plazo).

Nos guste o no, el nivel de calidad de todo lo que rodea al deporte es directamente proporcional a la categoría de práctica y dedicación que se tenga: en el deporte profesional se cuenta con los mejores medios (preparadores físicos específicos para cada equipo, médicos, fisioterapeutas, más entrenadores), el mejor material (campos, botas, material de entrenamiento), etc.

Como podemos observar, la mayoría de testimonios rechazando la disciplina nada tienen que ver con la realidad del trabajo aplicado. Nos queda la labor de seguir informando sobre los aspectos concretos de la Psicología Deportiva, con la esperanza de que en un futuro próximo las críticas sean más razonables, y basadas en un conocimiento más preciso de este ámbito de la preparación del deportista.

### **Bibliografía**

- BAKKER, F.C.; WHITING, H.T.; VAN DER BRUG, H. (1993) *Psicología del Deporte. Conceptos y aplicaciones*, Ediciones Morata, SL, Madrid.
- CRUZ, J.; RIERA, J. (1991) *Psicología del Deporte. Aplicaciones y perspectivas*, Martínez Roca, Barcelona.
- GARCIA BARRERO, J.; LLAMES, R. (1992) "¿Por qué la Psicología Deportiva?", *El Entrenador Español*, 55, 45-49.
- GARCIA BARRERO, J.; LLAMES, R. (1992) "Preparación Psicológica en Fútbol: Selección Olímpica de Barcelona'92", VIII i IX Jornades de l'Associació Catalana de Psicologia de l'Esport, Geses, Barcelona.
- MATVEIEV, L. (1992) "El proceso del entrenamiento deportivo", *Stadium*, Buenos Aires.
- PALMI, J. (1987) "Práctica imaginada o entrenamiento ideomotor", *Apunts d'Educació Física i Esports*, 9, 26-31.
- PALMI, J. (1992) "Intervención psicológica para la Selección Nacional Olímpica de Hockey sobre patines", *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 53-61.
- RIERA, J. (1985) *Introducción a la psicología del deporte*, Martínez Roca, Barcelona.
- TUTKO, T.; RICHARDS, J. (1984) *Psicología del entrenamiento deportivo*, Pila Teleña, Madrid.
- WILLIAMS, J.M. (1991) *Psicología aplicada al deporte*, Biblioteca Nueva, Madrid.