

ASESORAMIENTO ON-LINE EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Joaquín Dosil Díaz
Universidad de Vigo
Diana García-Prieto
Universidad de Vigo

Resumen: La aparición de las nuevas tecnologías ha supuesto una revolución en el mundo científico, que ha tenido que adaptarse a nuevos métodos en la investigación y en la práctica. La psicología no ha estado pasiva ante este cambio. En los últimos diez años se observa una proliferación de trabajos sobre su aplicación a través de las nuevas tecnologías, especialmente de Internet. Desde la psicología del deporte también han surgido estudios en esta línea, si bien todavía son escasos. El asesoramiento en psicología del deporte puede realizarse desde distintos ámbitos: clínico, propio contexto deportivo (campo) y on-line (Dosil, 2004). Cualquiera de los tres puede ser apropiado, dependiendo de factores como el motivo de consulta, la modalidad deportiva, el tipo de contrato del psicólogo del deporte, etc..., pero generalmente se tiende a utilizar un modelo mixto, en el que se incluyen aspectos de los tres tipos de asesoramiento. Los objetivos de este trabajo son, por un lado, analizar las ventajas e inconvenientes de la utilización de la terapia vía Internet aplicada al campo específico de la psicología del deporte y, por otro, establecer un protocolo de actuación para intervenir desde una página Web en el contexto deportivo

PALABRAS CLAVE: Ciberpsicología del deporte, on-line, asesoramiento

Abstract: The new technologies had supposed a scientific world revolution. Science had adapted to a new research and practical methods. The Psychology hasn't been passive with this change. In the last ten years a proliferation of studies about psychology application trough new technologies had been observed, especially Internet. Sport psychology had also dedicated to the new technologies, although, this ones still being small. Counselling in Sport Psychology includes different areas: the clinical, the own sport's context (the field), and the on-line one (Dosil, 2004). Anyone of these three ambits can be appropriate; it only depends of different factors: consultation motive, sport modalities, kind of the sport's psychology contract, etc. Generally, it is use a mixed method consist of the three types of counselling. The objectives of this study are: to analyse the advantages and inconvenient of the on-line therapy application in Sport Psychology and to establish an action protocol to make an on-line intervention in the sport context.

KEY WORDS: Sport cyberpsychology, on-line, counselling

Dirección de contacto: *Joaquín Dosil Díaz, Camiño Dos Vilares, 94, 15705, Santiago de Compostela, A Coruña (España)*

INTRODUCCIÓN

Desde que en 1981 IBM lanzó al mercado el primer ordenador personal, el mundo de la informática ha sufrido una gran revolución tecnológica. Esto ha supuesto una nueva forma de entender la realidad, que se ha dejado notar en múltiples aspectos de la vida cotidiana: desde la simplificación del trabajo en las empresas, debido a la capacidad para almacenar y tratar datos; hasta nuevos modelos de comprender la ciencia y la investigación.

El siguiente gran acontecimiento fue la difusión, a principios de la década de los 90, de Internet. En España no se empiezan a disfrutar plenamente todos los servicios de la red hasta 1993.

Los psicólogos no han tardado en buscar aplicaciones a todos estos avances, siendo cuantiosos los trabajos publicados, principalmente en los últimos 10 años, en los que se trata de analizar como se ha producido esta evolución. En una reciente revisión (García-Prieto, 2004) se observó un incremento gradual del número de estudios publicados sobre psicología e Internet a partir de 1995, encontrándose la cota más alta en el 2001 con un total de 71 publicaciones. Aunque en los dos últimos años parece haberse frenado esta progresión, siguen apareciendo más de 40 trabajos al año.

En un primer análisis de estos estudios, destaca la gran variabilidad temática, dentro de la cuál se pueden diferenciar tres grandes bloques: la psicología de la educación, la psicología social y la psicoterapia. Desde el contexto educativo son numerosos los ejemplos de investigaciones que comparan la enseñanza tradicional con la enseñanza on-line (Taylor, 2002; Maldonado, Álvarez y Jarne, 2002) encontrando resultados significativamente superiores en los alumnos que siguen el método on-line, aunque hay estudios que no obtienen resultados satisfactorios (Elvers, Polzella y Graetz, 2003).

También desde distintos ámbitos de la psicología social ha existido un especial interés por las aplicaciones informáticas de su disciplina, abordando el tema, fundamentalmente, desde la psicología industrial/organizacional. Al respecto, se puede acudir al trabajo de Crespín y Austin (2002), que hacen una revisión sobre la materia, tanto a nivel práctico como de investigación. Otra línea de estudio es la que sigue Kim (2003), que analiza cómo el uso de Internet influye en el contexto social y en las relaciones de los niños, encontrando que no necesariamente el ser usuario de la red está relacionado con un desplazamiento del resto de actividades de la vida diaria, ni merma la comunicación y relaciones sociales de los niños. También se encuentran estudios que se centran en el análisis de las interacciones a través de Internet, como el de Utz (2003), que examina como la atracción interpersonal y la identificación social pueden ser diferenciadas en las comunidades virtuales.

Por último, se identifica la psicoterapia como una de las áreas con mayor número de trabajos. De entre ellos, los que hacen referencia al asesoramiento on-line son los más numerosos, pues presentan una nueva posibilidad dentro de la psicología clínica. La mayoría de estos estudios se centran en analizar las ventajas e inconvenientes de este tipo de terapia y en realizar consideraciones éticas al respecto (King y Moreggi, 1998; Robson y Robson, 2000; Childress, 2001; Suler, 2001; Mulcahy, 2001; Jarne, 2001; Smith y Reynolds, 2002; Río Sánchez, 2002). Esto se puede considerar un aspecto lógico, puesto que es un área que todavía está en sus inicios.

Paralelamente, se empiezan a desarrollar protocolos de intervención a través de Internet aplicados a trastornos concretos: Ritterband, Cox, Walter, Kovatchev et al. (2003) asignaron aleatoriamente a 24 niños con encopresis a dos grupos (tratamiento vía Web y tratamiento no Web), obteniendo buenos resultados a través de la intervención on-line; Lange, Rietdijk, Hudcovicova, Van de Ven et al. (2003) desarrollaron un protocolo para el tratamiento del estrés postraumático, compuesto por psicoeducación, exploración/screening, varias medidas de los efectos del tratamiento y asesoramiento

on-line. Este tratamiento lo siguió una muestra de 69 pacientes, que posteriormente fue comparada con un grupo control (N= 32), encontrando que más del 50% de los sujetos presentaban una mejora clínicamente significativa; Winzelberg, Eppstein, Eldredge, Wilfley et al. (2000) evalúan un programa de educación para la salud aplicado a través de Internet encaminado a mejorar la satisfacción corporal y reducir la preocupación por el peso y la figura (factores de riesgo de desarrollo de trastornos de alimentación en mujeres jóvenes). Utilizaron una muestra de 60 mujeres que fueron asignadas aleatoriamente a un grupo control y a un grupo experimental. Realizaron medidas de imagen corporal y de actitudes de trastornos de alimentación (establecimiento de la línea base, medida post-tratamiento y medida trascurridos 3 meses), y encontraron diferencias significativas entre ambos grupos; Stroem, Pettersson y Andersson (2000) valoran la eficacia de un tratamiento para los dolores de cabeza recurrentes (migrañas) transformado por una combinación de relajación y solución de problemas, que se aplicó vía Internet (utilizando el correo electrónico). Después de 6 semanas de tratamiento un 50% de los casos mostró una reducción clínicamente significativa de los síntomas; Griffiths y Cooper (2003) revisan el concepto de terapia on-line y las implicaciones de este tipo de tratamiento en ludopatías; por último, Bermejo (2001) expone un caso de adicción al sexo, con el que se obtuvieron buenos resultados, utilizando, exclusivamente, la terapia on-line.

Otra muestra de la importancia que está cobrando esta disciplina en los últimos años es la aparición de manuales como "Cyberpsychology" (Gordo-López y Parker, 1999), "Online Counseling: A Handbook for Mental Health Professionals" (Kraus, Zack y Stricker, 2004), "Technology in Counselling and Psychotherapy" (Goss y Anthony, 2003) y "e-Therapy: Case Studies, Guiding Principles, and the Clinical Potential of the Internet" (Hsiung, 2002); así como la publicación de revistas especializadas como "Cyberpsychology and Behavior", "Cybercounseling and cyberlearning: strategies and resources for the millenium", "Cyberpsychology",...

En cuanto a la psicología del deporte, también han empezado a surgir estudios, como el de Watson, Tenenbaum, Lidor y Alferman (2001), en el que se expone la postura de la *Sociedad Internacional de Psicología del Deporte* (ISSP) en relación al uso de Internet en esta área.

Este desarrollo de la psicología en Internet y de las aplicaciones que conlleva, proporcionan la posibilidad de crear una nueva área de conocimiento dentro de la psicología del deporte. En otro trabajo, Dosil (2004), se aboga por la denominación de Ciberpsicología del Deporte, definiéndola como "un área emergente que se ocupa del estudio de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte en el entorno telemático (tecnologías de la información y comunicación –TIC-), principalmente, Internet" (pág. 102). Esta nueva disciplina tiene diversas aplicaciones que se podrían englobar dentro de las áreas formativa, terapéutica, comunicativa y de marketing:

- *Formativa (la educación a distancia)*: Internet permite desarrollar programas educativos a distancia, produciéndose una apertura del campo de la psicología del deporte a cualquier lugar del mundo y proporcionando una formación específica que no sería posible de otro modo. Este tipo de educación requiere medios técnicos que posibiliten un acceso fácil, una comunicación fluida y la actualización de los contenidos que se ofertan. El papel de los tutores "virtuales" también se considera fundamental para el éxito de los programas de psicología del deporte a través de la Red, puesto que requieren una formación específica en nuevas tecnologías. Como se ha indicado en otros trabajos (Dosil, 2003 y 2004; Watson et al., 2001), la novedad de este sistema formativo hace necesario que las instituciones u organismos que velan por la calidad de los servicios de psicología del deporte se impliquen mediante alguna forma de certificación que refleje si lo que se oferta desde una página Web reúne las condiciones necesarias para garantizar que los usuarios tendrán un buen servicio.

- *Terapéutica (terapia on-line)*: aunque todavía no está extendida en psicología del deporte, la oferta desde la psicología clínica se observa que es cada vez mayor. Empieza a ser frecuente que los profesionales ofrezcan servicios desde la red, que pueden utilizarse como modelo para el asesoramiento con deportistas. Por ello, se considera un área que en el ámbito deportivo tiene un futuro prometedor. Igualmente, los criterios de certificación que se han señalado para el caso de la formación se deben establecer para este tipo de servicios.
- *Comunicativa (e-mail y foros de discusión)*: son un modo de intercambiar opiniones entre los profesionales del ámbito deportivo, así como para establecer una comunicación rápida y efectiva entre el psicólogo y el deportista. Entre sus ventajas está la posibilidad de abrir un debate sobre diferentes aspectos de la disciplina, ser un lugar de encuentro entre profesionales y de intercambio de conocimientos; sin embargo, corren el riesgo de que participen personas legas en la materia y que se profundice en tópicos poco trascendentes o, incluso, dañinos para la disciplina.
- *Marketing (difusión de la información)*: la gran revolución que han supuesto las nuevas tecnologías, se explica, en parte, a que han conseguido que la información se pueda difundir de una forma rápida y, prácticamente, ilimitada. Sin embargo, aunque esto se considera positivo, la mayoría de la información que circula por la Red es de calidad dudosa, por lo que se ve necesario utilizar algún tipo de criterio que permita escoger las fuentes fiables (Dosil, 2003).

Estas cuatro áreas permiten ubicar algunos de los avances que se han producido desde la ciberpsicología del deporte. De entre ellos, en este trabajo nos ocuparemos de la parte directamente relacionada con el asesoramiento y la intervención con deportistas. Con la intención de reflejar los tres ámbitos que más éxito tienen en el asesoramiento en psicología del deporte, se resumen en qué consisten, para adentrarnos en la relación con la ciberpsicología: el asesoramiento on-line (Dosil, 2004):

- *Asesoramiento desde el ámbito clínico*: es el método tradicional, en el que el deportista acude a una clínica o consulta. Es el más extendido, pero también el más mitificado, ya que se relaciona con trastornos clínicos y con enfermedad mental, lo que conlleva a que suscite recelo entre la población deportiva.
- *Asesoramiento desde el ámbito propio del deportista (campo)*: cada vez es más común que el psicólogo realice su trabajo dentro del propio contexto del deportista. Se persigue que el psicólogo sea el de una pieza más dentro del equipo técnico (entrenadores, preparador físico, fisioterapeuta, médico,...), procurando "normalizar" su figura. La conveniencia de este tipo de asesoramiento dependerá, en gran medida, de la especialidad deportiva en la que nos encontremos. Algunas de las dificultades pueden ser la falta de instalaciones apropiadas que garanticen la privacidad de las intervenciones y, como se ha indicado, el establecimiento del propio rol, dado que, por el momento, no es totalmente aceptado.
- *Asesoramiento on-line*: la terapia on-line puede realizarse a través del correo electrónico y/o del chat. Independientemente de los objetivos que se perseguirán durante la intervención, es recomendable que la primera sesión se realice vía chat, ya que ofrece una comunicación en tiempo real y facilita la primera toma de contacto con el deportista, permitiendo una mejor exploración de sus necesidades. Este tipo de terapia no está muy extendido, pero las características propias del contexto deportivo se acoplan bastante bien a ella, por lo que se deberá tener en cuenta en los próximos años. Al fin y al cabo, desde la psicología del deporte se trata de potenciar las habilidades psicológicas del deportista y, en menor medida, tratar

problemas clínicos en los que es más recomendable la intervención "cara a cara"; igualmente, es frecuente que en muchas modalidades los deportistas reciban instrucciones de su entrenador a distancia, así como realizar registros de su conducta (p.e. diarios de entrenamientos), por lo que tienen un aprendizaje previo en esta forma de trabajo que facilita su aplicación.

Los tres tipos de asesoramiento pueden ser adecuados. El éxito dependerá de la adaptación a las condiciones de la situación (modalidad deportiva, motivo de consulta,...). Por ello, se tiende a no utilizar una única modalidad de intervención, sino una combinación de ellas, lo que se ha denominado modelo mixto (Dosil, 2004).

La terapia mixta incluye sesiones presenciales y sesiones vía Internet. Las sesiones presenciales pueden desarrollarse en el despacho o en el campo de entrenamiento, dependiendo de las necesidades y requisitos de la intervención que se vaya a realizar. En estas sesiones se realiza el trabajo de mayor peso, utilizando las sesiones on-line para reforzar lo aprendido y para mantener un seguimiento más exhaustivo de la intervención. Las sesiones no presenciales aumentan el contacto con el deportista y facilitan el intercambio rápido de información mediante autorregistros, cuestionarios,... A medida que va avanzando la terapia, las sesiones presenciales se van distanciando más, ya que se pueden ir sustituyendo por las no presenciales.

En el presente artículo nos vamos a centrar en las posibilidades de la terapia on-line dentro de la ciberpsicología del deporte, los beneficios y problemas que, a nuestro juicio, puede plantear esta práctica y, por último, el diseño de un protocolo de intervención con deportistas vía Internet.

CARACTERÍSTICAS ESPECÍFICAS DEL ASESORAMIENTO PSICOLÓGICO ON-LINE EN EL DEPORTE: PERTINENCIA DE LA ELECCIÓN DE ESTA MODALIDAD

La intervención en psicología del deporte tiene sus particularidades, que van en consonancia con la peculiaridad de la población de estudio, los deportistas, y de la modalidad que practican (Dosil, 2002). Por ejemplo, un golfista de proyección internacional a lo largo de la temporada compite, e incluso entrena, en distintos lugares del mundo, lo que complica el seguimiento tradicional. Por tanto, estas singularidades deben tenerse en cuenta a la hora de realizar una valoración sobre la conveniencia de un tipo de terapia más convencional ("cara a cara") o, por el contrario, apostar por la modernidad de las nuevas terapias on-line.

Estudios recientes (Zizzi, 2001; Zizzi y Perna, 2002), han constatado que los dos tipos de terapia son, cuanto menos, igual de eficaces. Zizzi y Perna (2002) emplearon una muestra de 163 atletas de 14 equipos que asignaron aleatoriamente a dos grupos: uno en el que se contactaba con un servicio de psicología del deporte mediante métodos tradicionales, y otro mediante métodos electrónicos. Una vez comparados los resultados obtenidos en ambos grupos concluyeron que los deportistas prefieren usar el correo electrónico y las páginas Web sobre el teléfono o los encuentros "cara a cara" en el contacto inicial con el servicio de psicología del deporte. Diferentes resultados sugieren que los métodos de contacto electrónicos son, cuando menos, iguales o, incluso, superiores, en algunos casos, a los métodos de contacto tradicionales (p.e. en la generación de solicitudes del servicio).

Siguiendo los trabajos de Dosil (2004) y de Watson et al. (2001), se ofrecen algunos de los beneficios y perjuicios del uso de Internet en psicología del deporte.

a) Beneficios:

- *Desaparición de límites geográficos*: Internet no sólo permite mantener contacto con cualquier persona del mundo, sino que también resulta útil para hacer un seguimiento más exhaustivo de deportistas que, por diversas circunstancias, tengan que desplazarse de su lugar de residencia, aspecto que es característico en muchas modalidades deportivas.
- *Desaparición de barreras físicas (deportistas disminuidos físicos)*: Cualquier sujeto que tenga alguna traba física para acudir a una consulta, obtiene facilidades con este tipo de terapia, dado que se reducen o eliminan los desplazamientos.
- *Mayor comunicación entre profesionales*: Este aspecto contribuye a un progreso más acelerado de la disciplina.
- *Acceso a gran cantidad de información*: Tanto las páginas Web de las distintas asociaciones, como los foros o revistas en soporte electrónico, ofrecen posibilidades informativas extraordinarias.
- *Acceso a cursos de formación que se impartan en otros países*: Internet reduce las distancias geográficas y facilita la formación internacional.
- *Deseo de anonimato*: En el caso de que haya deportistas para los que sea especialmente importante preservar su identidad, desde Internet pueden sentir que tienen más garantías de obtenerlo.

b) Perjuicios:

- *Poca calidad y mucha cantidad de información*: Este aspecto es debido al poco control que se ejerce en la Red, por lo que se hace necesario establecer criterios rigurosos que garanticen la calidad de la información divulgada.
- *Intrusismo profesional*: Desde los órganos reguladores, en el caso de la psicología del deporte en España, el Colegio Oficial de Psicólogos y/o la Federación Española de Psicología del Deporte, se deben establecer criterios que garanticen al usuario que la persona con la que trabaja es un profesional cualificado en psicología del deporte.
- *Dependencia de la red por parte del usuario*: Es labor del psicólogo detectar posibles casos de dependencia a Internet, ya que en esta situación estaría contraindicado este tipo de asesoramiento.
- *Seguridad de los datos, confidencialidad y privacidad*: Es labor del profesional que ofrece servicios desde Internet la creación de un sitio Web seguro, en el que garantice la confidencialidad y la privacidad. También es recomendable que los organismos responsables establezcan un código ético al respecto.
- *Trivialización de la disciplina*: Se debe dotar y exigir el mismo rigor terapéutico en los servicios vía Internet, que el que se establece en los métodos tradicionales.
- *Pérdida de la comunicación no verbal*: Es uno de los aspectos que más críticas suscita, sin embargo, las nuevas tecnologías no dejan de ofrecer recursos que tratan de solventar este problema, como, por ejemplo, las video-conferencias.
- *Restricción del uso de Internet*: No toda la población tiene acceso a Internet, por lo que este tipo de terapia se dirige a un sector concreto, con posibilidad de utilizar las nuevas tecnologías (cada día más numeroso).

IDEAS BÁSICAS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UN PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN: ACERCANDO LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Uno de los retos para los psicólogos del deporte es la adaptación a las nuevas tecnologías (Dosil, 2003). En el transcurrir histórico de la ciberpsicología del deporte, se aprecia que comienza a generarse una cantidad de conocimientos importante, que se plantean debates sobre las normas éticas a seguir, que se teoriza sobre los usos y abusos de la red, y que se investiga la eficacia de la terapia on-line frente a la tradicional. Pero un paso fundamental es el de conseguir protocolos de asesoramiento e intervención que sean eficaces en la práctica profesional.

Para ello, se debe partir de los aspectos éticos que son relevantes a la hora de ejercer la práctica profesional a través de la Red (Watson et al., 2001).

El primer elemento a tener en cuenta es la creación del sitio Web desde el que ofertar servicios. Se han de procurar unas condiciones mínimas de seguridad (encriptación de los datos,...), sin olvidarse de advertir al potencial cliente las limitaciones tanto de la Red (imposibilidad de garantizar al 100% la seguridad de los datos), como del asesoramiento (casos no recomendados para el trabajo on-line, como psicopatologías).

En segundo lugar, como se ha adelantado, es recomendable que se establezcan unos criterios de calidad mínimos a cumplir por cada página. Una vez que la institución competente avale la Web sería recomendable que se expusiera un certificado de garantía en todos sus dominios. Igualmente, es necesario regular la credencial del profesional que atiende la página, para así evitar el intrusismo y proteger los derechos del deportista que opta por este tipo de asesoramiento.

Especial atención debería recibir el registro de las comunicaciones electrónicas. No sólo se considera importante garantizar la seguridad y la confidencialidad, sino que debe establecerse el método de almacenamiento empleado, el tiempo que permanecerá guardada esta información, etc... con la finalidad de que el cliente aprecie la transparencia del servicio.

También sería recomendable contar con el apoyo de un asesor legal, para garantizar que no se incurre en ninguna ilegalidad, tanto desde el punto de vista del psicólogo del deporte como desde el del deportista.

Una vez diseñado el sitio Web y garantizado tanto su seguridad como la calidad de la práctica profesional, queda por establecer el modo de contactar con los clientes. Un buen modo podría ser cumplimentando un formulario para petición de servicios. Se puede utilizar un modelo similar al siguiente (adaptado de Emperador, 2001):

Nombre o nick: Edad: E-mail de contacto: Especialidad deportiva: Años de práctica: Motivo de la consulta (detallado):
--

¿Alguna vez has recibido asesoramiento de un psicólogo deportivo?

_____ SI _____NO

¿Y de algún otro profesional de salud mental?

___SI ___NO

¿Consumes algún fármaco en la actualidad?

___SI ___NO

En caso afirmativo, ¿cuál o cuáles? _____

Una vez se recibe el formulario de un nuevo deportista el primer paso consiste en contestar si se acepta el caso y, a continuación, establecer el modo de relación (Chat, e-mail, teléfono, correo ordinario, sesiones presenciales o "cara a cara", etc...).

La terapia puede ser on-line o mixta. En el primer caso todos los métodos empleados para relacionarse serían por Internet; en el segundo caso se intercalarían, como se ha señalado, las sesiones presenciales con los contactos cibernéticos (suele producirse un progreso más rápido).

La elección de una u otra modalidad depende de cada caso particular, bien sea por su problemática específica o por la disponibilidad del usuario o cualquier otro motivo que los implicados consideren de relevancia.

Sirva el siguiente caso como ejemplo: un gimnasta contacta con el servicio de psicología del deporte aludiendo a problemas para motivarse al entrenar. Se decide que la primera sesión sea presencial, dado que el deportista reside en la misma ciudad en la que se encuentra la consulta y manifiesta desconocimiento de cómo se le podría ayudar y ofrece la posibilidad de que sea de este modo. Se aprovecha el primer encuentro para realizar una entrevista clínica exhaustiva y, en caso de que fuese necesario, aplicar las pruebas de evaluación pertinentes. En este momento se establece cómo serán los contactos en el futuro, decidiendo utilizar el correo electrónico para un seguimiento de las tareas encomendadas, resolución de dudas y evolución del caso, empleando las sesiones presenciales, si lo requiere el deportista o se produce algún retroceso importante.

Otro caso habitual dentro de la psicología del deporte es que el "cliente" no sea un solo deportista, sino un equipo, incluyendo jugadores y entrenador. En esta situación la demanda suele proceder de la directiva o del entrenador y no de los jugadores, por lo que la intervención debe ajustarse a otros parámetros. Por ejemplo, la recogida de información no suele hacerse jugador por jugador, sino que se le puede pedir al entrenador que proporcione datos sobre los componentes del equipo. Esta fase se puede realizar, perfectamente, a través del correo electrónico (es rápida y se consigue la visión que tiene el entrenador de cada deportista) y, cuando se ha logrado una visión global del contexto, se completa la información con un período de evaluación "in situ" (p.e. observación en el campo y aplicación de algún cuestionario específico a los jugadores).

En la fase de intervención, un modelo que se podría seguir es el siguiente (p.e. un equipo de fútbol): después de cada partido, el entrenador envía una crónica al psicólogo por e-mail (según unos parámetros establecidos previamente), éste le contesta (a través del mismo medio) dándole indicaciones sobre cómo afrontar la charla post-partido, el entrenador sigue las orientaciones dadas y responde comentando los resultados obtenidos. Esta información sirve para preparar la intervención en el campo. El trabajo más directo con los deportistas se realizará en el propio campo, tanto de forma individual como colectiva.

Estos son sólo algunos ejemplos de cómo se podrían introducir las nuevas tecnologías en el trabajo del psicólogo del deporte, pero existen múltiples alternativas dependiendo de la situación que se plantee. La creatividad, unida a la formación, abrirán nuevas posibilidades en el asesoramiento e intervención desde la ciberpsicología del deporte.

CONCLUSIONES

Los avances tecnológicos están construyendo una nueva realidad dentro del trabajo del psicólogo del deporte, por lo que se hace necesario estudiar nuevos tipos de intervención que se adapten a la situación actual. La ciberpsicología del deporte (Dosil, 2004) surge como una rama de la psicología del deporte que se ocupa de aplicar los conocimientos de ésta disciplina a los entornos telemáticos, aprovechándose de éstos para potenciar y mejorar las prestaciones y posibilidades del trabajo que desde ella se desprende.

El futuro se muestra prometedor de cara a la inclusión de Internet en la terapia tradicional. En la formulación de principios éticos y pautas de procedimiento, radica la clave para que los profesionales saquen el mayor provecho en su práctica cotidiana. Asimismo, se percibe que se deberán crear fórmulas de control de las terapias que se ofertan desde Internet, así como hacer un análisis detallado de las distintas ventajas e inconvenientes encontrados en la práctica on-line.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bermejo, A. (2001). Valoración y aplicación de la terapia psicológica vía Internet. *Informació Psicológica*, 75, 65-71.
- Childress, C. (2001). Internet psychology: Defining the parameters of a new field. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, 61(11-B), 6127.
- Crespin, T. y Austin, J. (2002). Computer technology applications in industrial and organizational psychology. *CyberPsychology & Behavior*, 5 (4), 279-303.
- Dosil, J. (2002). *El psicólogo del deporte: asesoramiento e intervención*. Madrid: Síntesis.
- Dosil, J. (2003). Veinte claves para afrontar el futuro de la psicología del deporte en España. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 56 (4), 519-529.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: McGraw Hill.
- Elvers, G., Polzella, D. y Graetz, K. (2003). Procrastination in online courses: Performance and attitudinal differences. *Teaching of Psychology*, 30(2), 159-162.
- Emperador, L. (2000). Psicoconsulta: una terapi@ on-line (www.psicologia-online.com).
- García-Prieto, D. (2004). *Ciberpsicología del deporte: Revisión bibliográfica*. Trabajo del doctorado "Perspectivas actuales de la psicología de la actividad física y del deporte" no publicado. Universidad de Vigo.
- Gordo-López, A. y Parker, I. (1999). *Cyberpsychology*. Londres: Routledge.
- Goss, S., y Anthony, K, (Eds.). (2003). *Technology in counselling and psychotherapy: A practitioner's guide*. Nueva York: Palgrave MacMillan.
- Griffiths, M. y Cooper, G. (2003). Online therapy: Implications for problem gamblers and clinicians. *British Journal of Guidance & Counselling*, 31(1), 113-135.
- Hsiung, R. C. (Ed.) (2002). *e-Therapy: Case studies, guiding principles, and the clinical potential of the Internet*. Nueva York: W. W. Norton & Company.
- Jarne, A. (2001). Hacia un código deontológico de la intervención psicológica a través de Internet. *Anuario de Psicología*, 32(2), 117-126, 12.
- Kim, Y. (2003). The impact of the Internet on children's daily lives: Physical, social and psychological well-being. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities & Social Sciences*, 64 (2-A), 324.

- King, S. y Moreggi, D. (1998). Internet therapy and self-help groups—the pros and cons. *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Implications*, 77-109.
- Kraus, R., Zack, J., y Stricker, G. (2004). *Online Counseling: A Handbook for Mental Health Professionals*. Boston: Elsevier Academic Press.
- Lange, A., Rietdijk, D., Hudcovicova, M., Van de Ven, J. et al. (2003). Interapy: A controlled randomized trial of the standardized treatment of posttraumatic stress through the internet. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 71 (5), 901-909.
- Maldonado, J., Álvarez, E., y Jarne, A. (2002). Recursos didácticos basados en Internet para un curso de Psicología patológica. *Anuario de Psicología*, 33(3), 433-452.
- Mulcahy, P. (2001). *Career counseling over the Internet: An emerging model for trusting and responding to online clients*. Lawrence Erlbaum Association.
- Río Sánchez, C. (2002). Psicoterapia on-line: Consideraciones éticas, deontológicas y prácticas. *Revista de Psicología. Universitas Tarraconenses*, 24 (1-2), 111-131, 35.
- Ritterband, L., Cox, D., Walter, L., Kovatchev, B. et al. (2003). An Internet intervention as adjunctive therapy for pediatric encopresis. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 71 (5), 910-917.
- Robson, D. y Robson, M. (2000). Ethical issues in Internet counselling. *Counselling Psychology Quarterly*, 13 (3), 249-257.
- Smith, S. y Reynolds, C. (2002). Cyber-psychotherapy. *Annals of the American Psychotherapy Assn*, 5(2), 20-22.
- Stroem, L., Pettersson, R., y Andersson, G. (2000). A controlled trial of self-help treatment of recurrent headache conducted via the Internet. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 68(4), 722-727.
- Suler, J. (2001). Assessing a person's suitability for online therapy: The ISMHO Clinical Case Study Group. *CyberPsychology & Behavior*, 4(6), 675-679.
- Taylor, K. (2002). Evaluation of an online psychology class. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, 62(10-B), 4767.
- Utz, S. (2003). Social identification and interpersonal attraction in MUDs. *Swiss Journal of Psychology*, 62 (2), 91-101.
- Watson, J., Tenenbaum, G., Lidor, R. y Alferman, D. (2001). ISSP position stand on the use of the Internet in sport psychology. *International Journal of Sport Psychology*, 32 (3), 207-222.
- Winzelberg, A., Eppstein, D., Eldredge, K., Wilfley, D. et al. (2000). Effectiveness of an Internet-based program for reducing risk factors for eating disorders. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 68(2), 346-350.
- Zizzi, S. (2001). Effectiveness of traditional and Web-based interventions on utilization of sport psychology services: Exploring the stages of change (Internet research). *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, 62(2-B), 1105.
- Zizzi, S. y Perna, F. (2002). Integrating Web pages and E-mail into sport psychology consultations. *Sport Psychologist*, 16(4), 416-430.