

INDICADORES DE RENDIMIENTO Y COOPERACIÓN DEPORTIVA

Juan González Hernández y Francisco José Ortín Montero
Universidad de Murcia

RESUMEN

El presente trabajo pone de manifiesto la utilidad de la cooperación para potenciar el clima grupal y las conductas autodeterminadas, así como para la mejora del rendimiento y de la percepción de autoeficacia individual y grupal. La orientación a la tarea se caracteriza por valorar la habilidad en función de uno mismo, así como por dar importancia al esfuerzo y a la ejecución por encima de los resultados. Asimismo, establece que en función de las características motivacionales que perciba el sujeto en las personas que forman su entorno cercano, se puede diferenciar entre un clima motivacional que implica hacia el ego o hacia la tarea en ese contexto (Ames, 1992). El compromiso deportivo es entendido como una disposición psicológica que representa el deseo y la decisión de seguir participando en el deporte (Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt, y Keeler, 1993). Éste viene determinado por el grado de diversión que obtiene el deportista de la participación deportiva, las inversiones personales, las oportunidades de implicación y las coacciones sociales, además de la influencia de las alternativas de implicación y el apoyo social (Scanlan, Russell, Beals, y Scanlan, 2003). Se propone un trabajo llevado a cabo durante la temporada 2009-2010 en el que, a través de la definición de la eficacia de ciertos objetivos e indicadores de rendimiento se orienta el trabajo psicológico para la valoración psicológico-social y deportiva del deportista y del grupo, la planificación de su entrenamiento, la aparición y fortalecimiento de estilos de liderazgos, la integración social del deportista en el grupo, etc.

PALABRAS CLAVE

Cooperación, cohesión, indicadores de rendimiento

INDICATORS OF PERFORMANCE AND SPORTS COOPERATION

ABSTRACT

The ongoing work reveals the usefulness of the same one to promote group welfare and self-determined behaviours, as well as the improvement of the performance and of the perception of group and individual self-efficiency. The direction of the task is characterized by valuing the skill depending on the self, as well as for highlighting the effort and the execution over the results. Likewise, it establishes that depending on the motivational characteristics that the subject perceives in the people who make up his/her close environment, we can differentiate between a motivational climate which involves moving towards the ego or towards the task within that context (Ames, 1992). The sports commitment is understood as a psychological disposition which represents the desire and the decision to continue taking part in sport (Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt, and Keeler, 1993). The latter is determined by the degree of amusement that there obtains the sportsman/woman from participating in sports, personal investments, opportunities of implication and social constraints, apart from the influence of the alternatives of implication and social support (Scanlan, Russell, Beals, y Scanlan, 2003). It is proposed a work carried out along the current season in which, through the definition of the efficiency of certain goals and indicators of performance, the psychological work is oriented in favour of the psychological, social and sports valuation of the sportsman/woman and of the group, the planning

of his/her training, the appearance and strengthening of leadership styles, the social integration of the sportsman/woman in the group, etc.

KEY WORDS

Cooperation, cohesion, indicators of performance

INTRODUCCION

Uno de los procesos en los que se puede medir el éxito y recompensar el rendimiento es en la cooperación. Esta se ha definido como un “proceso social a través del cual el rendimiento se evalúa y se recompensa en términos de los logros deportivos de un grupo de personas que trabaja en conjunto para alcanzar un objetivo particular” (Coakley, 1994). En general, la cooperación es una situación en la que los objetivos de los participantes son interdependientes y de alguna manera, cada persona depende de otras para alcanzarlos (Ames, 1992; Ortín, 2001; Palao y Pérez, 2010).

En los modelos de cooperación y cohesión es preciso tener en cuenta una serie de conceptos básicos que influyen en la dinámica de los grupos deportivos. En primer lugar la *Naturaleza del grupo*, entendida como las relaciones que se puedan dar dentro del mismo, los líderes existentes, tipos de esos líderes, los marginados, etc. Por otro lado adquiere relevancia la *comparación social*, haciendo referencia a cómo el deportista siente cada actividad comparando con los demás y si esta cada actividad supone un reto respecto al grupo. Al mismo tiempo, también hay que tener en cuenta otros aspectos a considerar en la competición como son: la *evaluación del deportista la naturaleza de la formación del grupo y los potenciales de respuesta a la competición*.

El planteamiento de la cooperación como uno de los factores del rendimiento de un equipo deportivo, puede ofrecernos beneficios al permitir operar con variables bien definidas, desde la psicología individual y capaces de ser observadas y evaluadas. La cohesión de un equipo no es exactamente la traducción del nivel de cooperación intragrupal (Widmeyer, 1985). Son dos procesos distintos y que tienen puntos en común, aunque muchas veces la cohesión grupal se halle en función de la red de cooperación en el seno del equipo. Esto no presupone en ningún momento el descartar otro tipo de aproximaciones al estudio (o a la intervención) de la personalidad de los jugadores.

Según Jonh Elster (1990, citado por García Mas 1995) “cuando la gente trata de decidir su participación en una empresa cooperativa..., a menudo intenta ver que hacen los otros. Algunos piensan de esta manera “si la mayoría de los otros cooperan yo debería hacer mi parte, pero si no lo hacen yo no tengo ninguna obligación de hacerlo”, “Si la mayoría de los otros cooperan, no hay ninguna necesidad de que yo lo haga. Si otros pocos cooperan, será mayor la obligación de hacerlo”

El proceso de generación de la cooperación en los grupos deportivos implica que una estructura de recompensa cooperativa se caracteriza por el mutuo compromiso de por lo menos dos participantes (en los grupos de dos) y de la mayoría de los participantes en grupos de mayor número en deportes colectivos (voleibol, fútbol, balonmano, baloncesto, etc.)

El modelo conceptual de cooperación deportiva se sustenta en dos bases:

1. la concepción racional y utilitarista, derivada de la interacción e interdependencia interna, de las tomas de decisiones personales en cuanto a cooperar o no con el objetivo del equipo; y
2. la disposición personal a demostrar conductas cooperativas sin esperar nada a cambio.

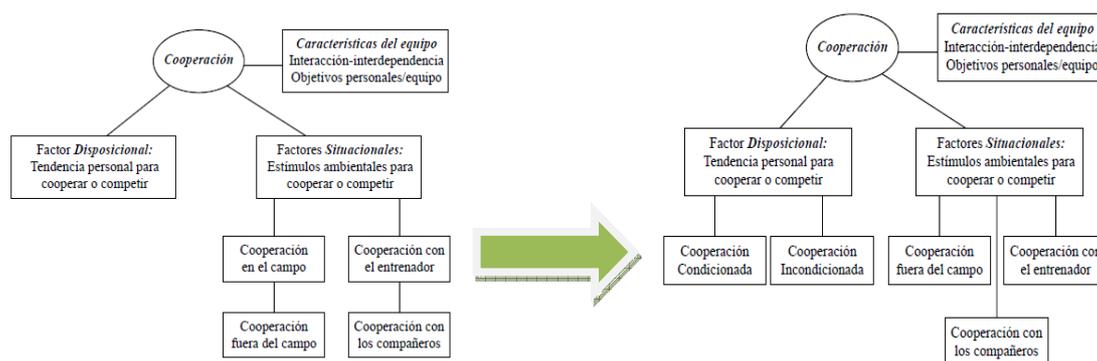
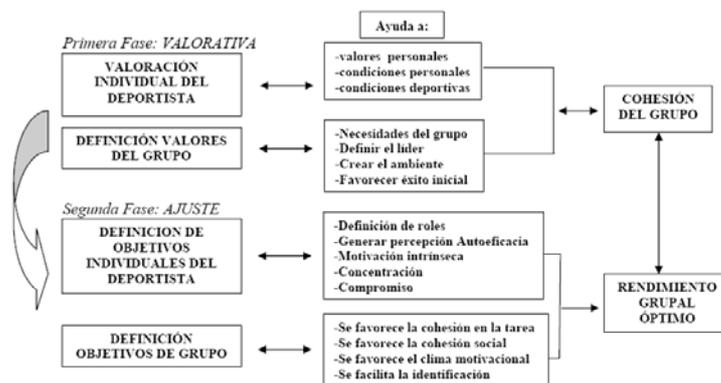


Figura 1. Modelo conceptual de la cooperación deportiva

En el presente trabajo se describe el desarrollo de una intervención psicológica durante la primera fase y sus resultados, tanto en la evaluación inicial como las percepciones según evolucionaba la competición, así como el contraste con los datos obtenidos y la evolución de la mejora del rendimiento psicológico de los deportistas en la segunda intervención. De esta forma, se contribuye a un posible funcionamiento circular de pensamiento positivo, el cual queda reflejado en el que denominamos Modelo Objetivo- Autoeficacia. (González y Garcés, 2006).



Cuadro 1. Modelo de Objetivos-Autoeficacia

METODOLOGÍA

Mostramos aquí un trabajo llevado a cabo durante la temporada 2009-2010 en un equipo de voleibol (CDV Murcia) participante en la Superliga Masculina de Voleibol, en el que a través de un programa de entrenamiento psicológico persiguiendo la eficacia de ciertos objetivos e indicadores de rendimiento, se ha guiado el trabajo psicológico individual y grupal. Al mismo tiempo, y facilitado por la participación activa de un psicólogo deportivo integrado en el cuerpo técnico, se lleva a cabo la valoración psicológico-social y deportiva del deportista y del grupo, la planificación de su entrenamiento, la aparición y fortalecimiento de estilos de liderazgos, la integración social del deportista en el grupo, la toma de decisiones del cuerpo técnico y de planes de juego etc.

La intención del presente estudio, ha sido evaluar la evolución de indicadores de cooperación deportiva, en tres momentos de la temporada deportiva, esperando que el programa de entrenamiento definido y el modelo del cual se ha basado (Modelo de Objetivos-Autoeficacia) haya facilitado el aumento o mantenimiento de los niveles iniciales de cooperación deportiva a lo largo de las circunstancias deportivas de la temporada. Al mismo tiempo, encontrar diferencias significativas entre medidas de la cooperación deportiva y rendimiento deportivo o consecución de objetivos de rendimiento a lo largo de la temporada.

La muestra está formada por 14 jugadores integrantes del citado equipo. Se desarrolla un entrenamiento específico para la consecución de los objetivos definidos anteriormente.

El procedimiento se llevó a cabo con el desarrollo de actividades incluidas en el trabajo planificado de entrenamientos y competiciones y de sesiones de trabajo grupal y con los técnicos, integradas en entrenamientos. En las mismas, se incluyen:

- *Definición de los Perfiles de Rendimiento Individual y Grupal (Evaluación inicial)*. Para la evaluación de estos perfiles utilizamos instrumentos de evaluación dirigidos a determinar tanto variables generales como aspectos dirigidos a procesos más concretos, las pruebas han sido las siguientes:
 - ✓ El Cuestionario CPRD “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (F. Gimeno, 1999-a; J.M. Buceta, F. Gimeno y M.C. Pérez-Llantada; para la valoración de variables psicológicas generales.
 - ✓ Inventario de Estrategias de Afrontamiento CSI (Tobin, Horoyd, Reynolds y Kidal, 1989. Adaptación por Cano, Rodríguez y García, 2006); atendiendo a conceptos relacionados con los estilos de afrontamiento personal y grupal como resolución de problemas, autocrítica, reestructuración cognitiva, expresión emocional, pensamiento desiderativo, búsqueda de apoyo social, o retirada social.
 - ✓ Cuestionario de Cooperación Deportiva (CCD) (García-Mas y cols., 2006), que atiende a conceptos específicos de la cooperación deportiva como la cooperación condicionada, incondicionada, situacional, con los compañeros. Las valoraciones de cooperación deportiva se realizaron durante tres momentos a lo largo de la temporada y permitieron establecer un proceso de evaluación continua que ha servido para canalizar y operativizar entrenamientos y planteamientos deportivos a lo largo de la temporada.
- *Elaboración, junto con el Cuerpo Técnico y los representantes de los jugadores de un plan de objetivos de trabajo y definición de Compromisos*
- *Facilitación de feedback continuo PANEL DE INDICADORES DE RENDIMIENTO*
- *Sesiones de entrenamiento psicológico con fichas de trabajo. “EL ARTE DE LA GUERRA”*. En las que, a través de las mismas, se trabajaban circunstancias de equipo, tanto sociales, como competitivas que nos ayudaban a trabajar hacia soluciones y decisiones comunes.

RESULTADOS

Los resultados obtenidos en los distintos momentos de medida, han sido analizados por el paquete estadístico SPSS, en su versión 15.0. En los mismos, podemos resaltar que todas las dimensiones de la cooperación experimentan que existen diferencias significativas a nivel estadístico en positivo, resaltando principalmente los conceptos de cooperación incondicionada y situacional. Entendiendo esto como que los jugadores, a lo largo de las circunstancias deportivas y sociales de todo el año deportivo, han mejorado la percepción de cooperación con el compañero sin existir condición alguna para ello (cercanía, convivencia, competencia, etc.), simplemente con la mera identificación con el otro. ($X^2=0.779$, sig.=0.001). De la misma forma, se obtiene también una correlación positiva entre los valores de cooperación incondicionada y la cooperación fuera del momento de juego, lo que nos hace argumentar que se generaron altos vínculos de apoyo, incluso fuera de los momentos deportivos. ($X^2=0.665$, sig.=0.011). De la misma forma encontramos resultados significativos entre cooperación fuera del momento de juego y la cooperación situacional ($X^2=0.664$, sig.=0.013).

CONCLUSIONES

El presente trabajo persigue el objetivo de avanzar en la investigación sobre cooperación y las posibles formas de optimizarla dentro de un equipo deportivo.

De los diferentes trabajos de investigación se desprende la necesidad de transmitir climas motivacionales implicantes a satisfacer las necesidades de autonomía, competencia y

relación con los demás, ya que las tres juegan un papel importante en el desarrollo de la motivación determinada, que lleva a las consecuencias más positivas, como un mayor esfuerzo, compromiso e incluso rendimiento.

Los resultados obtenidos parecen indicar cómo estos trabajos en momentos iniciales de la temporada pueden facilitar la identificación de las relaciones que se establecen dentro de un grupo deportivo y ayudar a la labor del entrenador, permitiendo trazar estrategias que favorezcan la convivencia interna del grupo y contribuyan a la optimización del rendimiento.

Deben transmitirse climas dirigidos a la tarea, que primen el esfuerzo y el progreso personal, proporcionar un feedback positivo, permitir a los sujetos participar en la toma de decisiones y elección de actividades, promover el desarrollo de relaciones sociales, y valorar los sentimientos y perspectivas de otras personas. En este sentido puede ser beneficiosa la realización de actividades outdoor, en las que el equipo interacciona, trabaja por un objetivo común, se comunican, se apoya y en definitiva, se transforman las habituales relaciones, rompiendo los bloqueos de comunicación que pueda haber en un entorno de trabajo, sustituyéndolas por otras relaciones más fuertes y duraderas que costaría más alcanzar en el día a día.

Por último, consideramos importante que el estilo de liderazgo del entrenador se adecue a esta forma de proceder y que disponga de conocimientos suficientes sobre metodología y didáctica. Este aspecto facilitará la transmisión eficaz de los conocimientos y su aprendizaje y comprensión por parte de todos los miembros del equipo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ames, C. (1992). The relationship of achievement goals to student motivation in classroom settings. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Coakley, J. (1994). *Sport in society: Issues and controversies*. St. Louis: Times Mirror/Mosby.
- García Mas, A.; Vicens Perez, B. (1995). Cooperación y rendimiento en un equipo deportivo. *Psicothema*. Vol 7, nº 1, pp. 5-19.
- González Hernández, J.; Garcés de los Fayos, E.J. (2009). Plan de Entrenamiento Psicológico en el deporte de la Petanca: En búsqueda del Rendimiento Grupal Óptimo. *Revista de Psicología del Deporte*, 18 (1). 87-104.
- González Hernández, J.; Garcés de los Fayos, E.J. (2009). Plan de Entrenamiento Psicológico en el deporte de la Petanca: En búsqueda del Rendimiento Grupal Óptimo. *Revista de Psicología del Deporte*, 18 (1). 87-104
- Ortín, F.J. y Olmedilla, A. (2001). El establecimiento de objetivos como herramienta para la mejora del rendimiento en deportes de equipo. *Cuadernos de Psicología del deporte*. 1, (1). 91-100.
- Palao, J.M. y Pérez, R. (2010). Ejecución de la técnica de carrera, conocimiento teórico y percepción de eficacia en niños de edad escolar en función de su edad cronológica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10, (1), 71-80.
- Scanlan, T.K., Russell, D.G., Velas, K.P. y Scanlan. L.A. (2003). Project on elite Athlete Commitment (PEAK):II. A direct test and expansion of the sport commitment model with elite amateur sportsmen. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 377-401.
- Scanlan, T.K., Carpenter, P., Schmidt, G.W., Simons, J. Y Keeler, B. (1993). An introduction to the Sport Commitment Model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 1-15.
- Widmeyer, W. N., Brawley, L. R., y Carron, A. V. (1985). *The measurement of cohesion in sport teams: The group environment questionnaire*. London, Ontario: Sports Dynamics.

