

PSICOLOGÍA DE LOS JUEGOS OLÍMPICOS: LA PERCEPCIÓN DE LOS ENTRENADORES

Sidónio Serpa y Tiago Castro

OLYMPIC COMPETITION PSYCHOLOGY: THE COACHES' PERCEPTION

KEYWORDS: Psychological training, Olympic performance, Coach-athlete relationship.

ABSTRACT: Recent studies (Gould, 2001a, b; Greenleaf et al., 2001) have found that specific characteristics are required for Olympic competition. This means that a special psychological attitude must be adopted by athletes. At the same time, a close relationship between coaches and athletes is generally seen as essential in maximizing the athletes' performance, and coaches therefore play a very important role in the whole process of the athletes' psychological preparation. The general purpose of this research study was to examine coaches' perceptions of the specific needs and commitments that are required for the Olympic Games and the way in which athletes must adapt psychologically. Nine Portuguese coaches, who accompanied their athletes to the Sydney Olympic Games, participated in the study. In five cases, their athletes' results met/exceeded their expectations, while in the remaining four cases the results were lower than expected. Structured interviews were used to compile data, which was then analysed according to procedures recommended by Miles and Huberman (1984). The conclusions show that the coaches regard the Olympics as having specific characteristics that make the games unique in comparison with other international events. These factors led the athletes to react differently in relation to other major sporting events, with either positive or negative repercussions on their performance. Furthermore, a different reaction to the specific difficulties that the Olympic Games involve was seen to have been made by those athletes that performed the best and those that performed the worst.

Introducción

La relevancia mundial de los Juegos Olímpicos lleva a los deportistas y entrenadores a manifestar que estos son el evento *más grande* y el *más presionante* respecto de cualquier otro en el que hayan participado (Gould, Guinan, Greenleaf, Medbery, Strickland, Lauer, et al. 1998). En ellos convergen una elite de atletas que pretenden dar sentido a un proyecto de vida personal en el cual han invertido muchos años (Serpa, 2001, 2002). En los Juegos se encuentra un clima y un ambiente únicos, asociados también a una serie de obligaciones, necesidades y dificultades que ejercen un alto impacto sobre sus participantes (Gould, Guinan, Medbery, Greenleaf, y Peterson, et al., 1999; Gould, 2001a,b; Greenleaf et al., 2001). Ya en los años 20 del siglo pasado, Griffith alertó de la necesidad de estudiar los procesos de adaptación psicológica de los atletas de excelencia (Greenleaf, Gould, y Dieffenbach, 2001). La década de los 80 marca una tendencia en la investigación sobre la prestación de los deportistas olímpicos, y así Orlick y Partington (1988), concluyeron que la preparación mental se relacionaba de forma significativa con el éxito olímpico e identificaron un conjunto de competencias psicológicas asociadas. Por otro lado, Gould, Jackson, y Eklund (1992a, 1992b) y Eklund (1994,1996) estudiaron los factores mentales y las técnicas de preparación asociadas con la excelencia olímpica en practicantes de lucha, verificándose diferentes patrones psicológicos en los deportistas en función de la calidad de sus prestaciones competitivas. En la literatura científica se ha hecho práctica común la inclusión de los informes de intervenciones con equipos olímpicos (p.e., Buceta, 1992; Cruz, 1992; García y Llames, 1992; Escudero, 1992; Palmi, 1992).

La especificidad de la competición olímpica ha sido constatada en diversos estudios. Por ejemplo, Orlick y Partington (1988) informaron que un alto porcentaje de los deportistas olímpicos que no alcanzaron su máximo potencial en los Juegos Olímpicos de Los Angeles en 1984, afirmaron no estar preparados para afrontar las distracciones que allí se encontraron. Gould et al. (1998, 1999) investigaron los factores positivos y negativos que influenciaron las prestaciones de los deportistas y entrenadores olímpicos en los Juegos de Atlanta 96, concluyendo que mientras los planes y rutinas competitivos bien desarrollados, los altos niveles de motivación y compromiso, así como la capacidad para tratar con las distracciones y los acontecimientos inesperados, se hallan asociados al éxito de la prestación olímpica; mientras que la incapacidad para afrontar las distracciones, la existencia de cambios repentinos en el trabajo desarrollado, la incapacidad de focalización después de las distracciones y una deficiente comunicación entre entrenador y deportista, perjudican al rendimiento. Además, estos autores identificaron las diferencias entre los que tuvieron mejor y peor desempeño, bien con respecto a aspectos relacionados con las competencias psicológicas, bien en lo que respecta a la capacidad para gestionar los factores contextuales. Los resultados obtenidos –que incluyen un conjunto de categorías asociadas a la calidad del rendimiento– nos llevan a afirmar que el éxito olímpico es un proceso a largo plazo, complejo y frágil, que *raramente sucede debido al azar y que es fácilmente perturbable debido a las múltiples distracciones existentes* (Gould et al., 1998, p. 117).

Siguiendo esta misma línea de investigación, Greenleaf et al. (2001) condujeron una serie de entrevistas con deportistas del equipo olímpico de los Estados Unidos que participó

en los Juegos de Atlanta y Nagano. El estudio concluyó, una vez más, destacando la importancia de los aspectos psicológicos. Los factores percibidos por los deportistas como influyentes de forma positiva en su prestación fueron: la preparación mental, su actitud frente a los juegos, el apoyo dado por el Comité Olímpico de los Estados Unidos, la cohesión del equipo y el alojamiento durante los J.J.O.O. Por otro lado, los factores percibidos como influencias negativas fueron: la distracción debida a los medios de comunicación, la relación entrenador-atleta, el sobreentrenamiento, las lesiones y su alejamiento de las rutinas normales de entrenamiento. Al igual que en la investigación de Gould *et al.* (1998, 1999), se encontraron diferencias entre los deportistas que alcanzaron o superaron sus expectativas y aquellos que no lo lograron. Algunos aspectos que influenciaron la prestación eran externos a los sujetos pero tuvieron un importante impacto psicológico en los atletas, pareciendo ser necesario estar preparado para tratar con ellos.

Las investigaciones han realzado el papel del entrenador, así como la relación que éste establece con el deportista y su forma de conducir el proceso de entrenamiento, y ha llevado a los practicantes a encarar al técnico como una persona altamente significativa y determinante para la obtención del éxito. Por ejemplo, Greenleaf *et al.* (2001), indicaron que los deportistas que alcanzaron o superaron sus expectativas señalaron que el impacto positivo del contacto con el entrenador, la confianza con él e incluso la amistad, contribuyeron al éxito. Paralelamente, los atletas que fallaron en sus expectativas apuntan el impacto negativo de la relación con su entrenador como uno de los factores que más contribuyeron para su fracaso.

Esta especificidad de la competición olímpica, que ha sido demostrada en la literatura,

y que exige una adaptación especial por parte de los deportistas, además de la constatada proximidad psicológica entre deportista y entrenadores, fue el factor determinante que indujo la realización de esta la investigación sobre la percepción de los entrenadores sobre el proceso de adaptación psicológica de los atletas que participaron en los Juegos Olímpicos de Sydney (2004) formando parte del equipo nacional de Portugal.

Así pues, los objetivos de la investigación que presentamos, eran los siguientes:

I - Verificar la percepción de los entrenadores de la especificidad de los Juegos Olímpicos con respecto a otras competiciones internacionales;

II - Verificar la percepción de los entrenadores de las reacciones de los deportistas a las dificultades y necesidades específicas de los Juegos Olímpicos con respecto a otras competiciones internacionales;

III - Verificar la percepción de los entrenadores sobre los factores que influyen de forma positiva y negativa las prestaciones de los deportistas en los Juegos Olímpicos;

IV - Verificar la percepción de los entrenadores de la forma de reacción a los dificultades y constricciones propias de los Juegos Olímpicos, acerca de los atletas que alcanzaron sus expectativas, con respecto a aquellos que no las alcanzaron.

Método

Participantes

Participaron en el estudio nueve entrenadores que integraban la delegación portuguesa de los Juegos Olímpicos de Sydney de 2004, y que acompañaban a sus deportistas en los siguientes deportes: atletismo, bádminton, judo, tenis, vela y voley-playa. La edad media de la muestra fue de 40.2 años ($Sd = \pm 5.61$), y 15.1 años de media ejerciendo su

actividad como entrenador ($Sd = \pm 6.01$). Representaron el 31% del total de entrenadores portugueses presentes en Sydney, de los cuales el 66.7% habían ya participado en Juegos anteriores. Fueron divididos en dos grupos:

Grupo I ($n=5$): entrenadores de deportistas que alcanzaron o superaron sus expectativas.

Grupo II ($n=4$): entrenadores de deportistas que no alcanzaron sus expectativas.

Procedimiento

Los datos fueron recogidos por medio de una entrevista estructurada en los diferentes estudios que se incluyeron en este proyecto de investigación (Castro y Serpa, 2003; Cabrita y Serpa, 2003; Krahe y Serpa, 2003). El guión de la entrevista se basaba en trabajos anteriores (e.g. Gould et al. 1998), donde se incluyeron preguntas sobre la percepción del entrenador con respecto a los aspectos que constituían los objetivos de la investigación. La realización de la entrevista duró entre 60 a 120 minutos, siendo grabadas con la autorización previa de los entrenadores para posterior transcripción y tratamiento de los datos. El entrevistador fue uno de los miembros del equipo de investigación, licenciado en ciencias del deporte, posgraduado en psicología del deporte y con entrenamiento en la realización de entrevistas. Además de este entrevistador, el equipo estaba compuesto por dos licenciados en psicología, igualmente posgraduados en psicología del deporte, coordinados por un doctor en ciencias del deporte especializado en psicología del deporte. Todos poseían entrenamiento en la realización y análisis de entrevistas. La privacidad de los entrevistados, así como la confidencialidad y sigilo en el tratamiento de los datos fue asegurada.

Análisis Cualitativo

La transcripción de las 17 horas de grabaciones fue analizada según los procedimientos recomendados por Miles y Huberman (1984) y utilizados en otros estudios semejantes (Gould, Eklund, y Jackson, 1993; Greenleaf et al., 2001), de acuerdo con las siguientes etapas:

a) Las nueve entrevistas fueron transcritas palabra por palabra, obteniéndose 205 páginas de datos;

b) Tras esto, el equipo de investigación leyó las nueve transcripciones hasta quedar completamente familiarizados con ellas y oír también las grabaciones de las entrevistas para tener una percepción adicional sobre el tono de voz, pausas y uso del humor y sarcasmo por parte del entrevistado;

c) Seguidamente, las entrevistas se codificaron, escogiéndose como unidad de registro la frase y/o citación. Esta codificación se basó en las preguntas asociadas con los objetivos de la investigación;

d) El siguiente paso consistió en la categorización, reuniéndose las diversas citaciones en clases con características comunes. Para esto, se usó una técnica mixta, inductiva y deductiva, permitiendo, por un lado, que determinadas categorías emergiesen del análisis del trabajo, aunque al mismo tiempo existiese un conjunto de categorías, basadas en estudios previos, que permitieran la inclusión de los temas a medida que estos fueran apareciendo;

e) Después de reunir las citaciones en temas, se hallaron las subcategorías que, a su vez, dieron origen a las categorías principales;

f) Como último paso, y después de la identificación de las citaciones, de las subcategorías y de las categorías principales, el equipo de investigadores se reunió para analizar el resultado, estableciéndose consensos en los casos más dudosos. Este paso aseguró que

todas las citas fueran colocadas en la misma subcategoría claramente, y que hubiese consistencia en las categorías principales.

Resultados

El análisis de contenido de las entrevistas está resumido en las Tablas 1 a 5. En ellas

Temas	Categorías principales	N.º de entrenadores que citaron la categoría
Formato da competición (5) Rutinas de preparación (3) Objetivos de la competición (2)	Proceso de competición (10)	6

Leyenda: el valor entre paréntesis corresponde al número de citas dentro de cada tema y categoría.

Tabla 1. *Resultados del análisis de contenido con respecto a las semejanzas entre los J.J.O.O. y las otras competiciones internacionales.*

podremos verificar el número de citas de los diferentes entrenadores, correspondientes a cada tema o categoría, colocado entre paréntesis en las respectivas columnas. En la columna de la derecha, está el número de entrenadores que citaron la categoría.

Objetivo I

Globalmente, el análisis de contenido reveló que las semejanzas entre la competición olímpica y las otras, se sitúan esencialmente a nivel del proceso de competición (Tabla 1). Cinco entrenadores, correspondiendo a un 55% de la muestra, afirmaron que es respecto al formato de competición cuando se hacen más evidentes las semejanzas entre los Juegos Olímpicos y otras competiciones. Afirmaciones como “...y la prueba después se desarrolla más o menos dentro de los mismos moldes.” (entrenador E) o “...en relación al formato de competición, es exactamente igual.” (entrenador B) expresan la percepción general.

Los resultados revelan que el 89% de los entrenadores perciben diferencias entre las

competiciones olímpicas y las restantes competiciones internacionales. Además, se verifica que las diferencias encontradas son superiores en número al de las semejanzas referenciadas en el punto anterior (Tabla 2).

Sobre el “ambiente/clima de los J.J.O.O.”, el entrenador B hace la siguiente afirmación que es representativa de los comentarios de los restantes técnicos: “*el ambiente es totalmente diferente del de cualquier otra prueba,...*”. En lo que respecta a la presencia de los medios de comunicación, siete entrenadores afirmaron que la cobertura realizada por los mismos, así como la presión que ejercen, es mucho mayor a la que sucede en otras competiciones. Los entrenadores que se pronunciaron sobre el proceso de competición, destacaron la duración de la prueba, el tiempo de descanso y el nivel de los adversarios. Estos tópicos se justifican por el hecho de que en algunas modalidades, las competiciones de los Juegos Olímpicos son más largas, con el número de pruebas/enfrentamientos extendiéndose por mayor número de días,

Temas	Categorías principales	N.º de entrenadores que citaron la categoría
Ambiente (7) Organización (1) Recepciones oficiales (1)	Ambiente/Clima de los J.J.O.O. (9)	8
Cobertura de los media (4) Presión de los media(3)	Presencia de los media (7)	6
Duración de la prueba (2) Participación de atletas de todas las modalidades (2) Tiempo de descanso (1) Nivel de los adversarios (1)	Proceso de competición (6)	4
Preparación específica para los J.J.O.O.(1) Presión del público (1) Importancia dada a nivel comercial (1)	Otros factores (3)	3

Leyenda: el valor entre paréntesis corresponde al número de citas dentro de cada tema y categoría.

Tabla 2. Resultados del análisis de contenido referente a las diferencias entre los J.J.O.O. y las otras competiciones internacionales.

o que, por otra parte, aumentan los periodos de descanso entre competiciones. En lo referente al nivel de los adversarios, la opinión de los entrenadores es que a los J.J.O.O. van los mejores del mundo, lo que promueve una concentración más elevada de practicantes de excelencia.

Objetivo II

Las respuestas de los entrenadores que consideraron que existían diferencias sustanciales entre los Juegos Olímpicos y las restantes competiciones internacionales, nos llevó a considerar esos aspectos como dificultades y constricciones específicas de las competiciones olímpicas. Pretendemos como segundo objetivo de la investigación verificar si, en la percepción, los atletas tuvieron reacciones

diferenciadas a tales dificultades, cuando las comparan con sus participaciones en otros eventos internacionales (ver Tabla 3).

Así, la categoría más citada fue el “ambiente/clima de los J.J.O.O.” con un 46% de la totalidad de los temas. Por ejemplo, la Ceremonia de Abertura de los Juegos parece haber sido para algunos atletas una experiencia única, vivida de forma muy especial, tal como afirmó uno de los entrenadores: “el (deportista) estaba completamente delirante (...). Es más, si me hubiesen dicho a mí que no podría ir a la Ceremonia de Apertura, yo me hubiera quedado un poco frustrado (...), pero le hubieran dicho al (deportista) que no lo llevaban a la Ceremonia de Apertura, creo que él hubiera “matado” a alguien para poder ir!...” (Entrenador H). Por otra parte, el “*gran*

Temas	Categorías principales	N.º de entrenadores que citaron la categoría
Reacción a la Ceremonia de Apertura (3) Reacción a la aldea olímpica (3) Reacción al ambiente/clima (3) Reacción al público (2)	Ambiente/clima de los J.J.O.O. (11)	6
Reacción a la clasificación (4) Reacción a la prensa en los J.J.O.O. (5)	Proceso de competición (9)	7
Reacción a la presión de los <i>media</i> (3)	Presencia de los <i>media</i> (3)	3
Reacción a los cambios en las rutinas de entrenamiento (1)	Preparación Específica para los J.J.O.O.(1)	1

Leyenda: el valor entre paréntesis corresponde al número de citas dentro de cada tema y categoría.

Tabla 3. Resultados del análisis de contenido referente a las reacciones diferenciadas de los deportistas, relativas a las constricciones específicas de los J.J.O.O.

impacto o *deslumbramiento*”, fueron algunas de las expresiones con las que los entrenadores describieron lo que habían observado en los practicantes respecto a sus experiencias en la villa olímpica y con todo el ambiente creado en torno a los J.J.O.O.

Al referirse al “proceso de competición”, cinco entrenadores señalaron que la vivencia de los deportistas en su participación en la competición olímpica fue completamente diferente de otras competiciones. Para algunos pareció ser el momento en el que más se empeñaron y en donde la motivación para competir fue mayor, mientras que otros se sintieron viviendo un momento único, y exteriorizando sus emociones de forma poco habitual. El entrenador I afirma: “sin duda alguna que los momentos en que él más se empeña son los J.J.O.O.(...). De hecho, los Juegos tienen un significado importantísimo, especial...”.

Los medios de comunicación aparecen debido al gran número de periodistas acreditados para seguir los J.J.O.O. y por la forma

de presión nada habitual que ejercieron sobre los deportistas para que obtuvieran buenos resultados. Otro aspecto fue la “*preparación específica para los J.J.O.O.*” considerada muy diferente de lo que sucede en cualquier otra competición. Según el entrenador D: “Ellos estaban ávidos por entrenar y yo podía darles todo el entrenamiento que quisiera. (...) En este periodo sentí que ellos estaba claramente a mi disposición.”

Objetivo III

De una forma general, los resultados de las entrevistas indicaron que la mayoría de los entrenadores percibió factores tanto negativos como positivos en la prestación competitiva de sus discípulos. Únicamente un entrenador, cuyos atletas sí que lograron sus expectativas con respecto a los resultados en los Juegos, informó que no habían existido factores que influyeran de forma negativa en el rendimiento.

Temas	Subcategorías	Categorías principales	N.º de entrenadores que citaron as categorías
Elevada auto-confianza (2) Trabajo con el psicólogo del deporte (2) Focalización en la tarea (1) Elevada motivación (1)	Competencias Psicológicas y su preparación (6)	Factores Psicológicos (10)	5
Voluntad de ganar (3) Objetivos claramente definidos (1)	Actitud frente a los J.J.O.O (4)		
Buena relación entre E-D (5) Confianza en el entrenador (2) Resolución de problemas entre E-D (1)		Relación E-D (8)	7
Empeño de los atletas en los entrenamientos (3) Preparación anterior (3) Conocimiento del local de los J.J.O.O. (1)		Preparación específica para los J.J.O.O. (7)	4
Logística por parte del COP/Federación (2) Apoyo de Familiares y amigos (1) Falta de condiciones de entrenamiento (1)		Servicios de apoyo y soporte (4)	4
Buen desempeño en la prueba (2) Valor de los atletas (1)		Factores de prestación (3)	3
Cobertura de los media (2)		Presencia de los media (2)	2
Cohesión en el equipo (1)		Cohesión del equipo (1)	1

Leyenda: el valor entre paréntesis corresponde al número de citas dentro de cada tema y categoría.

Tabla 4. Resultados del análisis de contenido relativo a los factores que influyeron positivamente en la prestación de los deportistas.

Entre los factores que influyeron de forma positiva en la prestación de los atletas en los Juegos Olímpicos (Tabla 4), los “factores psicológicos” incluyeron la subcategoría “competencias psicológicas y su preparación” que, por ejemplo, llevó a la siguiente afirmación, la cual ilustra el tema “elevada auto-confianza”: “sin duda, la auto-confianza que ella tenía contribuyó a su buen resultado. Ella es una deportista extremadamente confiada en sus cualidades

y en sus potencialidades”. (Entrenador F). Respecto al trabajo con el psicólogo del deporte se destacó el apoyo dado a los entrenadores en la preparación de los atletas. Uno de los técnicos afirmó en este sentido que: “(...) nosotros nos preocupamos de hablar con el psicólogo del deporte y en aquel momento él nos dio algunas directrices (...) que nos ayudaron a preparar las cosas anticipadamente para evitar sorpresas por el camino.” (Entrenador E).

Dentro de la categoría “relación entrenador-atleta”, que fue la segunda más citada, la buena relación en la dualidad parece ser el aspecto más relevante, como ilustra la entrenadora F: “a veces ni es preciso que ella hable porque ya conozco sus reacciones. Han sido muchos años trabajando en conjunto y siempre nos identificamos mucho la una con la otra, (...) siempre nos hemos llevado muy bien. Pienso que además de entrenadora he sido siempre una gran amiga y en ciertos momentos, principalmente en los más difíciles, eso también ayuda un poquito.”

Uno de los aspectos destacados en la categoría “preparación específica para los J.J.O.O.” fue la posibilidad de haber estado previamente en el lugar donde se realizarían los Juegos, lo que permitió un conocimiento profundo del ambiente así como la preparación de los atletas para situaciones específicas que después se encontrarían durante la competición.

En el ámbito de los “servicios de apoyo y soporte”, la familia y amigos parecen haber tenido un papel importante. El entrenador H hace la siguiente descripción: “Yo creo sinceramente que la parte más positiva fue el apoyo que él tuvo de las personas. (...) Cada vez que él recibía un e-mail diciendo “¡ánimo (nombre del deportista)!” Eso lo motivaba y era muy importante para él”. En el lado opuesto, hacer referencia al hecho interesante indicado por uno de los entrenadores, de que la falta de condiciones para preparar los J.J.O.O. fue un factor positivo, una vez que esto provocó en sus deportistas un mayor espíritu de sacrificio, aumentando su motivación para la competición.

La “presencia de los medios de comunicación”, aunque en muchas ocasiones apuntada como negativa, fue percibida como positiva por dos entrenadores, ya que la fuerte exposición de los atletas a la opinión pública constituyó para algunos una importante fuente de motivación en el desempeño durante las pruebas.

Finalmente, el impacto positivo de la cohesión del equipo es descrito de la siguiente forma por el entrenador E: “El grupo que nosotros tenemos ya trabaja hace varios años juntos. Ese aspecto influyó muy positivamente porque ellos se llevan muy bien y por eso “se animaban” unos a otros. La cohesión del equipo era grande.”

En lo que respecta a los factores que influyeron de forma negativa sobre el rendimiento en los Juegos Olímpicos, es curioso verificar que algunos de ellos, como vimos anteriormente, también fueron considerados por algunos técnicos como positivos (Tabla 5).

Por ejemplo, el papel del entrenador es destacado por tres de ellos que reconocieron que consiguieron ayudar a sus atletas a superar dificultades en determinado momento de la competición. El entrenador D afirmó: Si hubiese alguna cosa más que pudiese haber hecho, (...) la verdad es que no tuve capacidad para hacer algo diferente (para evitar el fracaso). También los medios de comunicación, antes señalados por haber influido positivamente a algunos participantes, fueron asociados a un impacto negativo en el rendimiento por otros técnicos. Por ejemplo, el entrenador H afirmó: “(nombre del deportista) no consiguió jugar muy bien con la presión que se puso sobre él. Le perturbó saber que estaba siendo filmado por todas aquellas cámaras de TV que estaban allí cuando el competía”.

El hecho de que Sydney, lugar de realización de los Juegos, fuese un lugar muy alejado de Europa, fue un aspecto incluido en la categoría “estancia y alojamiento durante los J.J.O.O.”. Algunos entrenadores sintieron que el largo periodo pasado fuera de Portugal cansó a los atletas, quienes se vieron privados de su familia y de amigos durante este tiempo. Por otro lado, la estancia en la villa olímpica durante los J.J.O.O. fue igualmente percibida por algunos entrenadores como un factor negativo, principal-

mente en lo que respecta a las distracciones existentes, que deslumbraron a los deportistas debido a la enorme disponibilidad de la oferta que ofrecía la villa, y también por las condiciones deficientes relacionadas con la circunstancia de que algunos entrenadores y deportistas debieron dormir en casas improvisadas dentro de la villa y no en los apartamentos destinados a la comitiva. En este sentido, el entrenador H describe del siguiente modo el local donde fue hospedado con su atleta: “Hacía frío durante la noche, hacía calor durante el día, la gente pasaba al lado y había un jaleo increíble

(...). El agua caliente se acababa al rato y si una persona tardaba más de 10 minutos en ducharse, la otra ya no podía lavarse. Estábamos allí confinados en un espacio en el que teníamos que andar encogiendo las piernas si nos cruzábamos.”

Entre los “factores psicológicos”, un entrenador llamó la atención hacia el hecho de que su atleta consideró su primera participación en los juegos Olímpicos como una recompensa, sintiendo de este modo que había cumplido su objetivo y que no se había empeñado lo suficiente para conseguir una clasificación acorde con su potencial.

Temas	Subcategorías	Categorías principales	N.º de entrenadores que citaron as categorías
Falta de articulación con el departamento médico (2) Malas condiciones de entrenamiento durante os J.J.O.O. (1) Rigor de la organización con la publicidad en la ropa de los atletas (1) Presencia de la familia en el local de los J.J.O.O.(1)		Servicios de apoyo y soporte (5)	4
Falta de planificación de las rutinas durante los J.J.O.O. (1) Incapacidad del entrenador para ayudar a los deportistas a gestionar situaciones de crisis (3)		Entrenador y proceso de entrenamiento (4)	4
Ausencia prolongada del país/ aislamiento de la concentración (2) Alojamiento en malas condiciones (1) Distracciones de la Aldea Olímpica (1)		Estancia/alojamiento durante los J.J.O.O. (4)	3
Falta de confianza en los momentos clave (1) 1ª participación del deportista (1)		Factores Psicológicos (2)	2
Lesión del deportista (2)		Lesiones (2)	2
Pobres condiciones del terreno de juego (1) Proceso de selección ajeno a la responsabilidad del entrenador (1)		Otros Factores (2)	2
Presión de los media (1) Cobertura de los media (1)		Distracciones con los media (2)	1

Leyenda: el valor entre paréntesis corresponde al número de citas dentro de cada tema y categoría.

Tabla 5. Resultados del análisis de contenido relativo a los factores que influyeron negativamente en el rendimiento de los deportistas.

Objetivo IV

Tras la investigación centrada en los objetivos anteriores, pretendemos ahora verificar, de acuerdo con la percepción de los entrenadores, si las especificidades de la competición olímpica determinan reacciones diferentes en los atle-

tas que, según sus expectativas iniciales, obtuvieron un mejor (grupo I) o un peor (grupo II) resultado. Así, estudiaremos primero las diferencias entre los dos grupos, con respecto a los factores positivos (Tabla 6) para después explorar los factores negativos (Tabla 7).

Categorías principales	Alcanzaron o superaron las expectativas – Grupo I		No alcanzaron las expectativas – Grupo II		Total	
	N.º de citaciones	N.º de entrenadores (N= 5)	N.º de citaciones	N.º de entrenadores (N=4)	N.º de citaciones	N.º de entrenadores (N=9)
Factores Psicológicos	9 (30%)	4 (80%)	1 (20%)	1 (25%)	10 (29%)	7 (78%)
Relación E-D	6 (20%)	5 (100%)	2 (40%)	2 (50%)	8 (23%)	7 (78%)
Preparación específica para los JJOO	7 (23%)	4 (80%)	0 (0%)	0 (0%)	7 (20%)	4 (44%)
Servicios de apoyo y soporte	2 (7%)	2 (40%)	2 (40%)	2 (50%)	4 (11%)	4 (44%)
Factores de rendimiento	3 (10%)	3 (60%)	0 (0%)	0 (0%)	3 (8%)	3 (33%)
Presencia de los media	2 (7%)	2 (40%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (6%)	2 (22%)
Cohesión del equipo	1 (3%)	1 (20%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (3%)	1 (11%)
Total	30 (100%)		5 (100%)		35 (100%)	

Tabla 6. Resultados del análisis de contenido – comparación entre el grupo I y el grupo II, en relación a los factores positivos.

La Tabla 6 muestra los factores percibidos como positivos por los entrenadores de los deportistas que alcanzaron o superaron sus expectativas (grupo I) y por los entrenadores de los deportistas que no alcanzaron sus expectativas (grupo II).

Las categorías: “factores psicológicos”, “relación entrenador-deportista” y “preparación específica para los J.J.O.O.” son aquellas donde las diferencias entre los dos grupos parecen más relevantes, destacándose los “factores psicológicos” que obtuvieron nueve citas

de cuatro entrenadores del grupo I y solamente una cita de un técnico del grupo II. Por otro lado, en la “relación entrenador-deportista” es interesante verificar que fue la única categoría citada por todos los entrenadores del grupo I, y únicamente dos entrenadores del grupo II le hicieron referencia. Finalmente, se verifica una importante diferencia en la categoría “preparación específica para los J.J.O.O.”, ya que es citada por el 80% de los entrenadores cuyos deportistas alcanzaron sus

expectativas e ignorada por los entrenadores de los atletas con peores resultados.

En lo que respecta a los factores negativos (Tabla 7), las mayores diferencias entre los dos grupos se registran solamente en los “servicios de apoyo y soporte”. Todos los entrenadores del grupo II se refieren a esta categoría como influyente desde el punto de vista negativo en el rendimiento de sus deportistas durante los J.J.O.O., lo que no se registra en ningún técnico de los atletas con mejores resultados.

Categorías principales	Alcanzaron o superaron las expectativas – Grupo I		No alcanzaron las expectativas – Grupo II		Total	
	N.º de citas	N.º de entrenadores (N= 5)	N.º de citas	N.º de entrenadores (N=4)	N.º de citas	N.º de entrenadores (N=9)
Servicios de apoyo y soporte	0 (0%)	0 (0%)	5 (34%)	4 (100%)	5 (24%)	4 (44%)
Entrenador y el proceso de entrenamiento	2 (33%)	2 (40%)	2 (13%)	2 (50%)	4 (19%)	4 (44%)
Estancia/ alojamiento durante los JJOO	1 (17%)	1 (20%)	3 (20%)	2 (50%)	4 (19%)	3 (33%)
Factores Psicológicos	1 (17%)	1 (20%)	1 (7%)	1 (25%)	2 (9.5%)	2 (22%)
Lesiones	0 (0%)	0 (0%)	2 (13%)	2 (50%)	2 (9.5%)	2 (22%)
Otros factores	2 (33%)	2 (40%)	0 (0%)	0 (0%)	2 (9.5%)	2 (33%)
Distracciones con los media	0 (0%)	0 (0%)	2 (13%)	1 (25%)	2 (9.5%)	1 (11%)
Total	6 (100%)		15 (100%)		21 (100%)	

Leyenda: el valor entre paréntesis corresponde al número de citas dentro de cada tema y categoría.

Tabla 7. Resultados del análisis de contenido – comparación entre el grupo I y el grupo II, en relación a los factores negativos.

Discusión

En respuesta al primer objetivo, los resultados de la investigación nos permiten afirmar que los entrenadores perciben las competiciones de los Juegos Olímpicos como poseedoras de características específicas que las diferencian de otros eventos internacionales, encontrando similitudes únicamente en la categoría “proceso de competición”, lo que se justifica debido a la estabilidad de los reglamentos de los diferentes deportes en cualquier contexto competitivo. Por otro lado, las mayores diferencias se relacionan con el “ambiente/clima de la competición olímpica”, resaltando la grandiosidad del acontecimiento y el significado muy especial que los atletas le atribuyen y que los lleva a encarar todo el proceso de preparación y participación de forma específica. En esta perspectiva, la gran presencia de los medios de comunicación refleja una cobertura significativamente mayor por parte de la prensa, lo que es una presión adicional sobre los deportistas que no se manifiesta en otras competiciones. Estos aspectos se revelan como dificultades específicas de la competición olímpica –lo que sale al camino del segundo objetivo de esta investigación– y parecen tener impacto en las reacciones diferenciadas de los deportistas en este contexto, especialmente en los practicantes menos experimentados y que tuvieron allí su primera participación. Es más, el número posible de presencias en los Juegos Olímpicos es necesariamente reducido, debido al hecho de que se realizan cada cuatro años, y que condiciona la capacidad de adaptación, incluso en los deportistas con más de una participación.

El tercer objetivo tenía la intención de identificar los aspectos que, bajo la percepción de los entrenadores, influyeron positiva y negativamente sobre el rendimiento de sus

deportistas. Se verificó que todos los técnicos señalaron factores positivos y únicamente uno de ellos apuntó factores negativos. Esto sugiere que los practicantes se deben preparar para manejar aquellos tipos de condicionantes que pudieran beneficiar o perjudicar su rendimiento en los Juegos Olímpicos, en la línea de lo que ya habían concluido Orlick y Partington (1988) y Gould et al. (1998), que señalaron la necesidad de preparar a los deportistas para afrontar las distracciones inherentes a los Juegos.

Con mayor especificidad, los factores positivos se encontraron en las siguientes categorías: “factores psicológicos” (que incluye las subcategorías “competencias psicológicas y su preparación” y “actitud frente a los J.J.O.O.”); “relación entrenador-deportista”; “preparación específica para los J.J.O.O.”; “servicios de apoyo y soporte”, “factores de prestación”; “presencia de los *media*” y “cohesión del equipo”. Por otra parte, las categorías referentes a los factores negativos fueron las de “servicios de soporte y apoyo”; “entrenador y proceso de entrenamiento”; “estancia/alojamiento durante los J.J.O.O.”; “factores psicológicos”; “lesiones”; “distracciones con los medios de comunicación” y “otros factores”.

Estos resultados podrán confirmar la existencia de alguna consistencia transcultural, ya que en otras investigaciones se han llegado a conclusiones semejantes. Por ejemplo, los deportistas olímpicos americanos estudiados por Greenleaf et al. (2001), apuntaron como aspectos positivos los “factores psicológicos” (que incluye también las subcategorías “competencias psicológicas y su preparación” y “actitud frente a los J.J.O.O.”), “los servicios de apoyo y soporte” y la “cohesión del equipo”, mientras que dentro de los factores negativos destacaron el “entrenador y proceso de entrenamiento”, las “distracciones con los

medios de comunicación” y las “lesiones”. Debemos señalar aún que, tal y como concluyeron Orlick y Partington (1988), Gould et al. (1998), y Greenleaf et al. (2001), la importancia de los factores psicológicos en el rendimiento de los deportistas es especialmente destacada por los entrenadores olímpicos en la obtención de éxito en los Juegos, ya que fue la categoría más citada en los factores positivos. Sin embargo, hemos podido identificar otros aspectos que, no teniendo origen psicológico, condicionan el rendimiento por la influencia que tienen en el proceso afectivo-cognitivo de los practicantes. Greenleaf et al. (2001) sugieren que los psicólogos del deporte deben estar atentos a los factores adicionales “no psicológicos” y a la influencia que tienen en el rendimiento, tanto como a las interacciones que puedan existir entre ellos y los factores psicológicos.

El cuarto y último objetivo de la investigación consistió en verificar lo que piensan los entrenadores sobre las diferentes reacciones a las características olímpicas específicas de los atletas que alcanzaron sus expectativas iniciales, con respecto a aquellos que no las alcanzaron. Pudimos concluir que estos dos grupos se discriminan por las categorías “factores psicológicos”, “relación entrenador-deportista” y “preparación específica para los J.J.O.O.”, en las cuales el grupo con más éxito obtiene valores superiores. Al contrario, respecto a los factores negativos, los atletas de los dos grupos solamente divergen en la categoría “servicios de apoyo y soporte”, donde el grupo con peores resultado se siente más perjudicado. Es interesante constatar que las diferencias se registraron esencialmente en los factores positivos, lo que sugiere que, de acuerdo con los entrenadores, los deportistas (y sus técnicos) que obtuvieron mejores resultados tuvieron más capacidad para explotar los aspectos que favorecen el rendimiento.

Este hecho realza la idea de que es tan importante saber tratar con factores negativos como saber trabajar y explotar de la mejor forma los factores favorables para el rendimiento en la competición olímpica, lo que parece confirmarse por la circunstancia de ser la “preparación específica para los J.J.O.O.” el aspecto positivo donde se encuentran las mayores diferencias entre aquellos con mejores y peores resultados. Por otra parte, a pesar de la evidente importancia de los detalles logísticos, de organización y de apoyo en este grandioso evento deportivo -lo que llevo a Woodman y Hardy (1998) a afirmar que los factores organizacionales en grandes competiciones internacionales son fuentes de estrés para los deportistas- el hecho de que los “servicios de soporte y apoyo” parece haber sido el factor negativo más valorado por los entrenadores de los deportistas que no alcanzaron sus expectativas, puede sugerir que éstos tienen una mayor dependencia de los factores externos y que tienden a atribuir externamente las causas de sus malos resultados. Al contrario, los entrenadores del grupo con más éxito enfatizan la relación entrenador-deportista como un factor positivo, haciendo así una atribución interna al buen resultado obtenido, donde el papel del técnico es percibido como determinante. Nótese, sin embargo, que los estudios de Gould et al. (1999), Vernacchia, Mc Guire, Reardon, y Templin, (2000) y Greenleaf et al. (2001) confirman la importancia de la relación entrenador-deportista, ya que los propios deportistas la consideran como un factor importante que influencia su rendimiento. Gould et al. (1998, 1999) van más lejos al afirmar que los entrenadores también tienen un determinado rendimiento durante las competiciones, que también tendrá una influencia directa sobre el rendimiento de sus deportistas y que, como éstos, también necesitan ser preparados para afrontar las

situaciones estresantes y las distracciones, mediante su participación en programas de entrenamiento en competencias psicológicas.

En síntesis, considerando toda la investigación, nos ha sido posible concluir que:

a) los entrenadores percibieron aspectos específicos en los Juegos Olímpicos que los distinguen de otras competiciones internacionales;

b) las características específicas de los Juegos Olímpicos provocaron en los atletas

reacciones diferenciadas con respecto a otros grandes eventos en los que participan;

c) los entrenadores percibieron un conjunto de factores que influyeron de forma positiva y negativa en el rendimiento de sus atletas en los Juegos Olímpicos de Sydney 2000;

d) según sus entrenadores, los deportistas que obtuvieron mejores y peores rendimientos reaccionaron de forma distinta a los dificultades, obligaciones y constricciones específicas de los Juegos Olímpicos.

PSICOLOGIA DE LOS JUEGOS OLIMPICOS: LA PERCEPCION DE LOS ENTRENADORES

PALABRAS CLAVE: Entrenamiento psicológico, Rendimiento olímpico, Relación entrenador-deportista.

RESUMEN: Estudios recientes (Gould, 2001a,b; Greenleaf et al., 2001) consideran a la competición Olímpica con características específicas que implican una adaptación psicológica especial por parte de los deportistas. Por otro lado, se entiende generalmente como esencial la relación entrenador-deportista para la optimización del potencial deportivo de los participantes, teniendo el entrenador un papel muy importante en todo el proceso de preparación psicológica. El objetivo general de la investigación fue estudiar la percepción de los entrenadores sobre las necesidades y obligaciones específicas de los Juegos Olímpicos y sobre la adaptación psicológica de los atletas. En el estudio participaron nueve entrenadores portugueses que acompañaron técnicamente a sus deportistas en los Juegos Olímpicos de Sidney, de los que cinco alcanzaron o excedieron sus expectativas, y no lo hicieron los restantes. La recogida de datos se realizó mediante una entrevista estructurada y el análisis de datos siguió los procedimientos recomendados por Miles y Huberman (1984). La conclusión fue que los entrenadores percibieron aspectos específicos de los Juegos Olímpicos que los distinguen de otras competiciones internacionales y provocaron en los atletas reacciones diferenciadas con respecto a otros grandes eventos que fueron o bien favorables o bien perjudiciales desde el punto de vista del rendimiento. Otra observación fue que los deportistas que obtuvieron tanto mejores como peores rendimientos reaccionaron de forma diferente a las distintas dificultades específicas de unos Juegos Olímpicos.

PSICOLOGIA DOS JOGOS OLÍMPICOS: A PERCEPÇÃO DOS TREINADORES

PALAVRAS-CHAVE: Treino Psicológico, Rendimento olímpico, Relação treinador-atleta.

RESUMO: Estudos recentes (Gould, 2001a,b; Greenleaf et al., 2001) consideram a competição Olímpica com características específicas que implicam uma adaptação psicológica especial por parte dos desportistas. Por outro lado, geralmente, entende-se como essencial a relação treinador-atleta para a optimização do potencial desportivo dos participantes, tendo o treinador um papel muito importante em todo o processo de preparação psicológica. O objectivo geral desta investigação, foi estudar a percepção dos treinadores sobre as necessidades e obrigações específicas dos Jogos Olímpicos e sobre a adaptação psicológica dos atletas. No estudo participaram nove treinadores portugueses que acompanharam tecnicamente os seus desportistas nos Jogos Olímpicos de Sydney. Cinco destes treinadores alcançaram ou excederam as suas expectativas, e os restantes não. A recolha de dados realizou-se mediante uma entrevista estruturada e a análise de dados seguiu os procedimentos recomendados por Miles & Huberman (1984). A conclusão foi de que os treinadores perceberam aspectos específicos dos Jogos Olímpicos que os distingue de outras competições internacionais e provocaram nos atletas reacções diferenciadas relativamente a outros grandes eventos que foram ou favoráveis ou prejudiciais do ponto de vista do rendimento. Outra observação foi que os atletas que obtiveram tanto melhores como piores prestações reagiram de forma diferente às distintas dificuldades específicas de uns Jogos Olímpicos.

Referencias

- Buceta, J. M. (1992). Intervención psicológica con el equipo nacional olímpico de baloncesto femenino. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 69-88.
- Cabrita, T. y Serpa, S. (2003). *Processo de adaptação dos atletas aos Jogos Olímpicos de Sydney, 2000: percepção dos atletas e treinadores*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa (Tesis de Máster no publicada).
- Castro, T. y Serpa, S. (2003). *Processo de adaptação dos atletas aos Jogos Olímpicos de Sydney, 2000: percepção dos treinadores*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa (Tesis de Máster no publicada).
- Cruz, J. (1992). El asesoramiento y la intervención psicológica en deportistas olímpicos. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 41-46.
- Eklund, R. (1994). A season-long investigation of cognition in collegiate wrestlers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65 (2), 169-183.
- Eklund, R. (1996). Preparing to compete: A season-long investigation with collegiate wrestlers. *The Sport Psychologist*, 10, 111-131.
- Escudero, J. J. (1992). Preparación psicológica de la selección olímpica española de ciclismo: Barcelona 92. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 95-102
- García, J. y Llames, R. (1992). Preparación psicológica de la selección olímpica de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 63-66.
- Gould, D. (2001a). The Psychology of Olympic Excellence and it's Development . *Proceedings to 10th World Congress of Sport Psychology*, (51-60), Skiathos, Grecia: ISSP.
- Gould, D. (2001b). Sport Psychology and the Nagano Olympic Games: The Case of the U.S. Freestyle Ski Team. En G.Tenenbaum (Ed.), *The Practice of Sport Psychology: International perspectives*. (pp. 49-76). Morgantown: F.I.T.
- Gould, D., Eklund, R. y Jackson, S. (1993) Coping Strategies Used by U.S. Olympic Wrestlers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64 (1), 83-93.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, D., Medbery, R., Strickland, M., Lauer, L., Chung, Y. y Peterson. (1998). *Positive and negative factors influencing U.S. Olympic athletes and coaches: Atlanta Games assessment*. Final grant report submitted to the U.S. Olympic Committee Sport Science and Technology, Colorado Spring, CO. (Informe no publicado)
- Gould, D., Guinan, D., Medbery, R., Greenleaf, C., y Peterson, K. (1999). Factors Affecting Olympic Performance: Perceptions of Athletes and Coaches from More and Less Successful Teams. *The Sport Psychologist*, 13, 371-394.
- Gould, D., Jackson, S. y Eklund, R. (1992a). 1988 U.S. Olympic Wrestling Excellence: I. Mental Preparation, Precompetitive Cognition, and Affect. *The Sport Psychologist*, 6, 358-382.
- Gould, D., Jackson, S., y Eklund, R. (1992b). 1988 U.S. Olympic Wrestling Excellence: II. Thoughts and Affect Occurring During Competition . *The Sport Psychologist*, 6, 383- 402.
- Greenleaf, C., Gould, D., y Dieffenbach, K. (2001). Factors Influencing Olympic Performance: Interviews With Atlanta and Nagano U.S. Olympians. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 154-184.
- Krahe, M. y Serpa, S. (2003). *Processo de adaptação dos atletas aos Jogos Olímpicos de Sydney, 2000: percepção dos atletas*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa (Tesis de Máster no publicada).

- Miles M. y Huberman, A. (1984) *Qualitative data analysis*. (1st ed.). Newbury Park, CA: Sage.
- Orlick, T. y Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *The Sport Psychologist*, 2, 105-130.
- Palmi, J. (1992). Intervención psicológica para la selección nacional olímpica de hockey sobre patines. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 53-62.
- Serpa, S. (2002). Psicología do treino desportivo: A lição de Greg Louganis. En: S. Serpa y D. Araújo (Eds) *Psicologia do desporto e do exercício: compreensão e aplicações* (pp. 171-192). Lisboa: FMH Ed., SPPD.
- Serpa, S. y Rodrigues, J. (2001). High performance sports and the experience of human development. En: G.Tenenbaum (Ed.), *The Practice of Sport Psychology*. Morgantown: F.I.T.
- Vernacchia, R., Mc Guire, R., Reardon, y J., Templin, D. (2000). Psychosocial Characteristics of Olympic Track and Field Athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 5-23.
- Woodman, T., Hardy, L. (2001). A Case Study of Organizational Stress in Elite Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 207-238.

