

## EVALUACIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE: ASPECTOS METODOLÓGICOS Y PRÁCTICOS

### PSYCHOLOGICAL EVALUATION IN SPORT: METHODOLOGICAL AND PRACTICAL ASPECTS

M<sup>a</sup> Dolores González Fernández

Instituto de Psicologia e de Ciências da Educação. Universidade Lusíada do Porto (Portugal)

La evaluación es una de las funciones más importantes en el trabajo psicológico. En este artículo presentamos los instrumentos de evaluación más importantes en la Psicología del Deporte (tests y cuestionarios, entrevista, observación, registros psicofisiológicos y sociograma) así como algunas de las referencias de aplicación recogidas en los principales manuales y revistas científicas españolas. Además, analizamos algunos de los aspectos metodológicos y prácticos más importantes en dicho proceso. Entre ellos, cabe destacar la necesidad de crear instrumentos específicos y validados para la población deportista española o la necesidad de complementar la recogida de información con más de un instrumento. Estos aspectos nos permitirán trabajar más eficazmente en el proceso de evaluación. Y garantizar un mayor rigor científico en el trabajo psicológico en contextos deportivos.

**Palabras clave:** Evaluación, Instrumentos, Psicología del deporte, Práctica, Metodología.

Evaluation is one of the most important functions in psychological work. In this article, the most important assessment instruments in Sport Psychology (tests and questionnaires, interviews, observations and psychophysiological registers), as well as some administration references collected from the principal Spanish books and scientific journals are presented. Moreover, we analyze some important methodological and practical aspects in this process. Among them, the need to create specific and validated instruments for Spanish athletes or the need to complement the information with more than one instrument must be highlighted. These aspects will allow us to work more effectively in the assessment process, and also to guarantee a greater scientific rigor in psychological work in sport contexts.

**Key words:** Evaluation, Instruments, Sport psychology, Practice, Methodology.

Dentro del ámbito de la Psicología del Deporte y la Actividad Física destacan las siguientes funciones de actuación profesional (COP, 1998; Cantón, 2002; 2009): a) Evaluación y diagnóstico, b) Planificación y asesoramiento, c) Intervención, d) Educación y/o Formación y e) Investigación. Sin negar la importancia de todas ellas, en este artículo nos centraremos únicamente en la primera por ser una de las áreas de la Psicología presente en cualquier actividad del psicólogo y, probablemente, una de las que más interés ha suscitado entre los profesionales del área desde sus inicios.

El proceso de evaluación tiene como objetivo tratar de identificar la conducta objeto de estudio en las diferentes variables de respuesta así como aquellas que las mantienen o las controlan. No se reduce, por tanto, a un simple análisis sino que ha de centrarse en las relaciones que las personas establecen con su medio físico, biológico y social. Por ello, la Psicología del Deporte debe evaluar el

contexto deportivo que incluye a los deportistas, entrenadores, jueces, directivos, familiares, espectadores y medios de comunicación. Tanto en el ámbito profesional aplicado como en la investigación más rigurosa, la disponibilidad de herramientas fiables de recogida de información y análisis, se ha ido convirtiendo en una condición para el avance de esta disciplina (Renom, 2005). Para llevar a cabo dicha evaluación los profesionales de la Psicología del Deporte utilizan instrumentos y procedimientos de evaluación válidos y fiables, tales como tests y cuestionarios, entrevistas, registros de observación, registros fisiológicos o sociogramas, entre otros.

Este artículo no pretende realizar una exhaustiva revisión sobre el proceso de evaluación psicológica en el deporte sino presentar brevemente algunas de las herramientas más utilizadas en este contexto con referencias prácticas detalladas por diversos autores en los principales manuales, actas de Congresos y revistas científicas de Psicología del Deporte y la Actividad Física. Se complementa el artículo con la discusión de algunos de los aspectos metodológicos y prácticos más relevantes en la evaluación psicológica en el deporte con el fin de plantear algunos retos para el futuro. Para una revisión más detallada véase Anguera (2002) y Cruz y Capdevila (1997).

Correspondencia: M<sup>a</sup> Dolores González Fernández. Instituto de Psicologia e de Ciências da Educação. Universidade Lusíada do Porto (Portugal). Rúa Dr. Lopo de Carvalho. 4369-006 Porto, Portugal.

E-mail: [madogon@terra.es](mailto:madogon@terra.es) [dolores@por.ulusiada.pt](mailto:dolores@por.ulusiada.pt)



## INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

Los instrumentos de evaluación utilizados en el ámbito deportivo no difieren de aquellos empleados en otras áreas de la Psicología, aunque como es evidente la especificidad de dicho contexto requiere de adaptaciones al mismo. Así, hablaríamos de tests y cuestionarios, entrevistas, observación, registros psicofisiológicos y sociogramas como los procedimientos más utilizados.

### a) Test y cuestionarios

Sin lugar a dudas, los tests en sus distintas modalidades constituyen uno de los procedimientos de evaluación más utilizados en la Psicología en general y en el deporte en particular. Los cuestionarios resultan muy útiles para recoger información acerca de los deportistas y otros integrantes de este campo, sus actitudes, creencias, experiencias y motivación especialmente cuando se ha de llevar a cabo una investigación. La información obtenida con los tests y cuestionarios debe ser complementada con los datos obtenidos a través de las entrevistas personales y de la observación directa del deportista. A pesar de sus grandes ventajas, en los deportistas de élite pueden ser poco útiles si éstos perciben la situación como amenazante lo que favorece las respuestas positivas (deseabilidad social) o las respuestas intermedias (tendencia central) tal y como apuntan Orlick y Partington (1988).

En su *Directory of Psychological Tests in Sport and Exercise Sciences*, Ostrow (1996) presenta 314 instrumentos de evaluación psicológica recogidos en artículos escritos en lengua inglesa en diversas revistas científicas internacionales durante el período 1965-1995. Entre ellos cabe resaltar, los 31 agrupados en el capítulo dedicado a la ansiedad o los 47 integrados en la motivación hacia el deporte y hacia el ejercicio físico. No obstante, tal y como recogen García-Mas, Estrany y Cruz (2004) solamente uno de cada tres se fundamenta en un marco conceptual claramente definido, menos de un cuarto de ellos presenta datos sobre su análisis factorial y menos de un 10% muestran evidencia de un extenso marco de referencias previas a su construcción. En España, Guillén y Márquez (2005) en un *Directorio de Psicología de la Actividad Física y del Deporte* dedican un capítulo a los tests e instrumentos utilizados en esta área, recogiendo un total de 322. De éstos, únicamente en 12 de ellos se presentan datos de su adaptación al castellano. En dicho manual se recogen, también, datos de cinco tests desarrollados desde su raíz por especialistas españoles.

Una de las variables que más interés ha suscitado en la relación entre rendimiento deportivo y variables psicológicas ha sido, sin lugar a dudas, los estados de ánimo (De la Vega, Ruiz, García-Más, Balagué, Olmedilla y del Valle, 2008). Para ello, una de las herramientas más adecuadas es el *Profile of Mood States* (POMS. McNair, Lorr y Dropleman, 1971) que se compone de seis subescalas todas ellas negativas (tensión, depresión, confusión, fatiga y cólera) a excepción del vigor considerada positiva. El protocolo de la versión española corresponde al Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat del Vallés, en Barcelona (Pérez-Recio y Marí, 1991), donde también se utilizan dos formas breves (con 15 ítems). Revisiones de las investigaciones y meta-análisis confirman que el POMS posee utilidad para llevar a cabo predicciones acerca del rendimiento deportivo a partir de los estados de ánimo (Andrade, Arce y Seoane, 2000).

En España uno de los más utilizados es el *Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo* (CPRD) de Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada (1999). Consta de 55 ítems divididos en 5 subescalas que evalúan el control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo. Así, Nieto y Olmedilla (2001) lo utilizaron para la evaluación de un atleta de marcha atlética o Gimeno (2001) como parte del proceso de evaluación de talentos deportivos en judo. El CPRD puede ser un instrumento útil para la evaluación de las necesidades y recursos de un deportista o equipo en su conjunto planteando hipótesis dentro del marco del análisis funcional o bien para implementar programas de entrenamiento psicológico para mantener y fortalecer las habilidades psicológicas de los deportistas (Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada, 2007).

Una variedad, poco empleada, pero también presente en la Psicología del Deporte son los tests proyectivos (Renom, 2005), especialmente en algún país iberoamericano como Argentina, con mucha tradición en este tipo de enfoque (Roffe, 1999, 2004).

Finalmente, podemos resaltar la reducida presencia de instrumentos deportivos en catálogos generales y comercializados. Entre estos cabe mencionar la *Batería de Tests Psicológicos para Deportistas PY-BTPD-S* (Fernández, Fernández y Mielgo, 1999) o el *Cuestionario de Estrategias Cognitivas en Deportistas* (Mora, García, Toro y Zarco, 2001).



**b) Entrevistas**

La entrevista inicial debería recoger el máximo de información posible en áreas relevantes de la práctica deportiva. En el Cuadro 2 se recoge un resumen de los datos básicos y específicos a recoger en la entrevista propuesta por Dosil (2004). Como es obvio se requiere, por parte del psicólogo del deporte, una preparación previa para realizarla adecuadamente. Entre otros aspectos es importante, también, una adecuada comunicación ver-

bal y no verbal, reorientar el tema cuando sea necesario o cortar las respuestas cuando son muy extensas o irrelevantes. No debemos tampoco olvidarnos de establecer una relación de confianza entre el psicólogo y el deportista que facilite la recogida de información.

Como ejemplos de entrevistas semi-estructuradas podemos resaltar la utilizada por Alonso-Arbiol, Arratibel y Gómez (2008) con el fin de conocer la motivación de inicio, mantenimiento y abandono en árbitros de fútbol o la de Sánchez y Torregrosa (2005) para investigar el papel que los aspectos psicológicos tienen en el rendimiento en la escalada. Pozo y Sagredo (2005) proponen una completa entrevista exploratoria en la que se recoge información en distintas áreas tales como recursos económicos, relaciones personales, estudios/trabajo, organización del tiempo, sueño, alimentación y lesiones, otros deportes, deporte actual, resultados deportivos, objetivos/motivación, relaciones con el entrenador, compañeros de equipo, entrenamiento y competición.

**c) Observación**

A pesar de no ser el más frecuentemente utilizado, la observación es un método de gran utilidad en la Psicología del Deporte y la Actividad Física. En este sentido, Anguera (2002) considera la observación en contextos deportivos como imprescindible por varios motivos:

- a) Existen constantemente conductas espontáneas
- b) El marco en el que se producen los comportamientos es natural
- c) Se puede realizar un seguimiento temporal
- d) Carácter perceptible de los comportamientos
- e) Posibilidad de estudiar a los deportistas como entes individuales o como miembros del grupo

Un trabajo verdaderamente interesante es el presentado por Ortín, Olmedilla y Lozano (2003) quienes proponen un modelo de registro con 14 situaciones diferentes en las que se consideraban probables los rechaces en fútbol, indicando el jugador que se hace con el rechace y el equipo a que pertenece. También, Ortega, Giménez y Olmedilla (2008) utilizaron la observación del vídeo de cada uno de los partidos jugados con el objetivo de mejorar la percepción subjetiva de la eficacia competitiva y del rendimiento en un equipo de baloncesto.

Sin lugar a dudas, uno de los instrumentos de evaluación más utilizados en contextos deportivos ha sido el *Coaching Behavior Assesment System* (CBAS) de Smith, Smoll y Hunt (1977) que permite la observación directa y codificada de la conducta del entrenador durante los

CUADRO 1 TEST E INSTRUMENTOS UTILIZADOS EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE CREADOS POR AUTORES ESPAÑOLES. TOMADO DE DIRECTORIO DE PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (GUILLÉN Y MÁRQUEZ, 2005)	
✓	S. Márquez (1992). Cuestionarios de Antecedentes, Manifestaciones y Consecuencias de la Ansiedad ante la Competición Deportiva (CAMC)
✓	M. Boixados, M. Torregrosa, M. Mimbreno y J. Cruz (1994). Instrumento de Observación del Fairplay en Fútbol (IOFF)
✓	G. Marrero, J. Martín-Albo y J. L. Nuñez (1996). Cuestionario de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono (MIMCA)
✓	J. Dosil y O. Díaz (2002). Cuestionario de Alimentación y Deporte (CAD)
✓	A. García-Más, F.J. Aguado, J. Cuartero, J. Calabria, R. Jiménez y P. Pérez (2003). Cuestionario de Sueño en el Deporte (CSD)

CUADRO 2 DATOS BÁSICOS Y ESPECÍFICOS A RECOGER EN LA ENTREVISTA CON EL DEPORTISTA (DOSIL, 2004)	
DATOS BÁSICOS	
1.- Datos de identificación 2.- Datos deportivos 3.- Datos del equipo técnico 4.- Datos del entorno	
DATOS ESPECÍFICOS	
Si el deportista acude por un problema	1.- Motivo de consulta 2.- Determinación de la conducta problema 3.- Determinar la influencia de las personas cercanas del deportista en la conducta problema
Si el deportista acude para mejorar su rendimiento	1.- Estudio de las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas del deportista mediante valoración subjetiva 2.- Descripción detallada de los hábitos del deportista 3.- Balance de las variables psicológica más importante

partidos y entrenamientos demostrando ser un instrumento útil para registrar la mayoría de las conductas de los entrenadores, con una alta fiabilidad entre observadores y capaz de detectar diferencias individuales en los patrones conductuales de los entrenadores (Souza, Cruz, Torregrosa, Vilches y Viladrich, 2006). El CBAS se ha utilizado en España para evaluar la conducta de entrenadores de diferentes deportes como el baloncesto, el balonmano o el fútbol (Boixadós y Cruz, 1999; Cruz, 1994; Marí, 1989) analizando 12 categorías divididas en dos grandes factores generales: conductas reactivas (respuestas ante ejecuciones deseables, respuestas ante errores y respuestas ante conductas inadecuadas) y conductas no reactivas o espontáneas (relacionadas con el juego e irrelevantes para el juego).

Por último, debemos resaltar que la incorporación de medios y recursos informáticos ha facilitado la observación y evaluación conductual así como una mayor fiabilidad de los registros y análisis realizados. En este sentido, merece ser mencionada la línea de investigación llevada a cabo por Hernández-Mendo en el ámbito de la observación informatizada. Las múltiples variables que concurren en la competición deportiva, la interacción que se produce entre ellas mientras se lleva a cabo la ejecución y por la dificultad de controlar los efectos de las variables contextuales, nunca idénticas de una situación a otra, resulta aconsejable el empleo de la observación en Psicología del Deporte (Hernández-Mendo y Ramos, 1996). Desde sus primeros trabajos de codificación y análisis de datos con el programa Transcriptor en diferentes deportes (Hernández-Mendo, González, Areces y Vales, 1996; Hernández-Mendo, Ramos, Peralbo y Risso, 1993) hasta los trabajos más recientes (Anguera y Hernández-Mendo, 2003; Gorospe, Hernández-Mendo, Anguera, Martínez de Santos, 2005; Hernández-Mendo, 2001) son muchas las contribuciones al desarrollo de la evaluación psicológica en el ámbito de la Psicología del Deporte y la Actividad Física de este grupo de trabajo.

#### **d) Registros psicofisiológicos**

Este tipo de registro incluye la obtención de información psicológica a partir de técnicas psicofisiológicas de registro como la electrocardiografía o la electromiografía o a partir de técnicas bioquímicas como el registro de niveles hormonales, de enzimas o de lactatos en la sangre (Cruz y Capdevila, 1997).

El control del nivel de activación ha sido una de las áreas en las que los psicólogos del deporte han utilizado registros psicofisiológicos. Así, Dosil y González (2003) proponen un aparato de biofeedback de 4 canales para evaluar el nivel de ansiedad de un deportista ante diferentes situaciones. También, Larumbe (2001) propone el biofeedback para recoger información sobre la actividad electrodérmica mediante la variación del tono de una señal acústica que se genera de forma similar a las variaciones en la conductancia de la piel.

En otro sentido, García-Mas (2004) propone la actigrafía como un sistema de observación, registro y análisis de la actividad física, altamente fiable y válida. Mediante un pequeño aparato colocado en un brazo o una pierna podemos registrar la intensidad y/o frecuencia de los movimientos corporales, mediante el muestreo de la señal eléctrica.

Entre los marcadores hormonales Suay, Sanchis y Salvador (1997) destacan las catecolaminas y el cociente de testosterona/cortisol ya que reflejan el estado de los sistemas simpático-medulosuprarrenal e hipotálamo-hipofisario y sus concentraciones pueden medirse mediante análisis de orina y saliva. La detección de dichos marcadores puede constituir una buena alternativa ya que como apunta Suay (1997) en contextos como el deporte profesional, no se puede descartar que los deportistas puedan falsear los resultados de los cuestionarios o tests utilizados mientras que los marcadores biológicos proporcionan medidas de adaptación que no son fácilmente manipulables por el sujeto.

Por otro lado, los constantes avances tecnológicos, la telemetría y la portabilidad de algunos aparatos poligráficos son la solución ideal para los registros de campo fisiológicos y psicofisiológicos ya que permiten el análisis en situaciones reales de entrenamiento y competición sin interferir en la conducta deportiva (Capdevila, 1995).

#### **e) Sociograma**

Tal y como apuntan Weinberg y Gould (1996) el sociograma es una de las herramientas más empleadas en el estudio de la dinámica o la cohesión grupal facilitando la evaluación de el grado de relación, la estructura del grupo y la posición relativa que ocupa en él cada uno de sus miembros. A pesar de que los cuestionarios han sido el método más popular de medir la cohesión de equipo, no muestran el modo en que las personas concretas se relacionan entre sí, si se forman subgrupos o si alguno de los miembros se encuentra socialmente aislado (Carron y Grand, 1982).

A través de esta técnica se recogen datos de todos los integrantes del grupo, con preguntas que hacen alusión a situaciones específicas tales como “en un viaje que se realizara en coches particulares, si tuvieras que escoger tres jugadores que te acompañaran... ¿a quiénes elegirías?, y ¿con quién no te gustaría ir?”. “Si las habitaciones donde va a estar concentrado el equipo durante una semana son de cuatro personas, ¿a qué tres compañeros te gustaría tener contigo?, ¿a quiénes no?” (Dosil, 2004).

El sociograma fue utilizado por Maltête y Garnarczyk (2006) con cuatro equipos de la Liga EBA de baloncesto con el fin de valorar la cohesión en sus dimensiones jerárquica, funcional y social. También Leo, García, Sánchez y Parejo (2008) elaboraron un sociograma para evaluar las relaciones sociales (positivas y negativas) y de tarea (positivas y negativas) de los jugadores en varios equipos de fútbol.

Una vez descritos los principales instrumentos de evaluación utilizados en el ámbito de la Psicología del Deporte y la Actividad Física, nos centraremos en el análisis de los aspectos metodológicos y prácticos más relevantes en esta área.

### ASPECTOS METODOLÓGICOS

Tal y como apunta Vealey (1992), los primeros estudios de evaluación en PSICOLOGÍA DEL DEPORTE trataron de obtener perfiles de rasgos de personalidad de diversos grupos de deportistas y de no deportistas y estudiar la relación entre varios rasgos de personalidad y diferentes conductas deportivas, especialmente el rendimiento. Posteriormente, y dada la importancia de los factores situacionales en el contexto deportivo los psicólogos del deporte comenzaron a desarrollar tests específicos a cada situación deportiva así como instrumentos de observación de la conducta de entrenadores y deportistas.

Los instrumentos de evaluación que más se han utilizado en psicología del deporte han sido los correspondientes al indicador cognitivo, tal y como se puede fácilmente comprobar. No obstante, este no permite analizar los datos de forma continua durante todo el curso de entrenamiento o la competición (Cruz y Capdevila, 1997). La observación sistemática del indicador conductual permite complementar este aspecto. La validez y fiabilidad de los resultados del indicador conductual en el entorno deportivo dependerán del instrumento de registro elegido y el entrenamiento de los observadores en el mismo, del procedimiento utilizado para planificar las sesiones de observación y de la sensibilidad del instrumento para

evaluar las conductas que resultan más relevantes en la situación estudiada (Cruz y Capdevila, 1997). Es cierto, también, que la mayoría de los problemas en torno a los test provienen de su uso incorrecto así como de la propia construcción del mismo.

En relación a algunos de los aspectos metodológicos que pueden ser el origen de algunas de las insuficiencias y limitaciones en las investigaciones (Muñiz y Hambleton, 1996; Muñiz y Fernández-Hermida, 2000) podemos apuntar las siguientes: En primer lugar y, aunque cada vez en menor medida, continúan utilizándose traducciones de cuestionarios o escalas originales de otros países sin tener en cuenta los cambios culturales y sin la necesaria adaptación psicométrica. Así, los tests no son automáticamente utilizables, deben de adaptarse cuidadosamente en función de las diferencias interculturales entre el idioma/cultura originario y aquéllos en los que se pretende utilizar (Muñiz y Hambleton, 1996). Para ello debemos recordar que la *International Test Commission* (ITC) ha elaborado veintidós directrices específicas sobre el contexto, la construcción y adaptación del test, aplicación e interpretación de las puntuaciones para una correcta adaptación o construcción de los tests psicológicos (Hambleton, 1996). Tal y como apunta Renom (2005), metodológicamente el patrón tipo simplificado que describe el proceso de construcción de un cuestionario ha consistido en (1) crear ítems bajo algún modelo psicológico, (2) administrarlo a una muestra concreta, (3) efectuar un Análisis de Componentes Principales, (4) examinar los factores y sus varianzas explicadas y, finalmente, (5) concluir con la validación del test y el modelo subyacente.

A éste problema podríamos añadir que dadas las dificultades en encontrar muestras adecuadas, muchos estudios utilizan muestras de tamaño reducido o de estudiantes lo que nos lleva a preguntarnos si realmente podemos generalizar estos resultados a la población de deportistas. En relación a la generalización cabe plantearse, también, si debemos extrapolar los resultados de un deporte colectivo a uno individual o si por lo contrario sería necesario llevar a cabo adaptaciones específicas para cada uno de ellos.

Asimismo, encontramos dificultades éticas al entrevistar o utilizar cuestionarios en momentos previos o inmediatamente posteriores a la competición por lo que en la gran mayoría de las ocasiones debemos recurrir a la recogida de información de forma prospectiva, que aunque relevante puede no ser del todo completa.



## ASPECTOS APLICADOS

Como hemos podido observar, los instrumentos de evaluación en la Psicología del Deporte y la Actividad Física son de la misma naturaleza que los utilizados en cualquier otro área de la Psicología. No obstante, y como primer aspecto a resaltar a nivel más práctico la selección de instrumentos de evaluación debe limitarse a los imprescindibles, escogiendo entre éstos los que ofrezcan mayores garantías tal y como recomienda Ezquerro (1996). En Psicología del Deporte la evaluación no debe limitarse únicamente a las necesidades psicológicas de los deportistas con el fin de intervenir en aquellas áreas donde fuese preciso. Tal y como recoge Buceta (1998) debe aplicarse, también, para evaluar las características y los efectos del propio entrenamiento. En este sentido podemos evaluar el contenido del entrenamiento, el volumen e intensidad del mismo o el propio rendimiento de los deportistas lo que, sin lugar a dudas, proporcionará un mayor conocimiento del contexto en que se lleva a cabo la práctica deportiva.

Otro aspecto sumamente práctico consiste en recoger información a partir de diferentes fuentes. Así, Jaenes y Caracuel (2006) para la evaluación y posterior intervención con jóvenes deportistas individuales proponen la entrevista abierta para los padres y la entrevista semidirigida para el entrenador y el deportista. De acuerdo con los mismos autores, la información recogida en dichas entrevistas con los distintos implicados se ha de complementar, cuando sea posible, con una observación in situ.

Resulta igualmente de gran importancia explicar a los entrenadores y deportistas en qué consiste el proceso de evaluación y su relación con el proceso de asesoramiento e intervención posterior. En relación al papel del psicólogo es fundamental conocer los requisitos físicos y psicológicos de cada deporte, su argot, los periodos de entrenamiento y competición etc. ya que la evaluación difiere de unas modalidades deportivas a otras. En esta misma línea de trabajo, es importante comunicar los resultados del proceso de evaluación lo más rápidamente posible con el fin de garantizar una mayor credibilidad al proceso.

A nivel práctico, podemos mencionar, además, el papel de las nuevas tecnologías ya que afectan a las técnicas de análisis de datos y a la instrumentación que sirve para la recogida de información (Renom, 2005). Tal y como apunta este autor, el fenómeno es especialmente preocupante en áreas emergentes caracterizadas por

una menor regulación a efectos de la propiedad intelectual y la existencia de un público destinatario de perfil heterogéneo tal como entrenadores, deportistas o padres, entre otros.

Finalmente, y por lo que respecta al nivel más práctico de la evaluación psicológica en contextos deportivos proponemos en línea con lo apuntado por Prieto y Muñoz (2000) a nivel general las siguientes vías para mejorar el uso de los tests (y por extensión a otros procedimientos de evaluación): a) restringir el acceso de los usuarios, permitiendo su empleo solamente a profesionales debidamente capacitados y acreditados; b) incrementar la formación de los usuarios y c) fomentar la investigación para desarrollar pruebas eficientes (construcción de nuevas pruebas, adaptación adecuada de las desarrolladas en otros países y revisión periódica de la calidad técnica de las ya disponibles).

## CONCLUSIONES

Tal y como hemos podido observar, los tests y cuestionarios generales y específicos del deporte son los procedimientos de evaluación más utilizados en Psicología del Deporte y la Actividad Física. La evaluación conductual y psicofisiológica requiere un mayor coste de tiempo y dinero lo que conlleva una menor utilización en el campo aplicado. No obstante, proponemos tal y como ya se hace en la psicología general la complementariedad de los diversos instrumentos para una correcta evaluación de los aspectos psicológicos en el área del deporte y el ejercicio físico.

Al mismo tiempo debemos enfatizar que la evaluación psicológica en contextos deportivos debe regirse por los principios de Código Deontológico del Colegio Oficial de Psicólogos. Entre estos podríamos hacer referencia al artículo 6 ("... sinceridad para con los clientes, prudencia en la aplicación de instrumentos y técnicas...") o el 18 ("... el/la psicólogo/a no utilizará medios o procedimientos que no se hallen suficientemente contrastados, dentro de los límites del conocimiento científico vigente...")

Podemos concluir en línea con lo apuntado por García-Mas, Estrany y Cruz (2004) que el tema de la evaluación en el campo de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte está realmente en abierto. Estos autores apuntan hacia la necesidad de un mayor refinamiento conceptual y metodológico en distintos aspectos: teorías subyacentes, metodología del diseño, estudios de fiabilidad, estudios de las distintas validaciones posibles, establecimiento de



critérios externos objetivos, adaptación de las herramientas a las características de las distintas situaciones deportivas y, por último, la reintroducción de los datos obtenidos como conocimiento de resultados para el deportista. Queda, por tanto, un largo camino que recorrer que sin lugar a dudas dotará de un mayor rigor científico a la evaluación psicológica en contextos deportivos y del ejercicio físico.

Como línea de trabajo futuro que responda a las necesidades metodológicas y prácticas anteriormente citadas, proponemos la elaboración de un Directorio de instrumentos de evaluación psicológica del deporte y la actividad física específico para España en el que se aporten datos de las características técnicas de cada uno de ellos que nos permitan seleccionar el instrumento más apropiado para los objetivos particulares de cada situación. Y en línea con lo apuntado por la Comisión de Tests del COP revisar los tests más empleados en dichos contextos con el fin de garantizar una mayor calidad y rigor científico en el proceso de evaluación psicológico. Paralelamente, debemos continuar enfatizando la necesidad de una mayor formación específica de los profesionales que obtienen la información sea cual fuere el instrumento o procedimiento utilizado así como un mayor esfuerzo en la construcción de tests desarrollados íntegramente en España y adaptados a las distintas poblaciones objeto de estudio.

## REFERENCIAS

Andrade, E. M., Arce, C., y Seoane, G. (2000). Aportaciones del POMS a la medida de estado de ánimo de los deportistas: estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 7-20.

Anguera, M. T. (2002). Evaluación en Psicología del Deporte. En J. Dosil (Ed.), *El psicólogo del deporte: asesoramiento e intervención* (pp. 51-68). Madrid: Síntesis.

Anguera, M. T., y Hernández-Mendo, A. (2003). Evaluación de programas de actividad física. En A. Hernández Mendo, *Psicología del Deporte (Vol.II1): Fundamentos* (pp. 141-177). Buenos Aires: Tulio Guterman.

Alonso-Arbiol, I., Arratibel, N., y Gómez, E. (2008). La motivación del colectivo arbitral en fútbol: un estudio cualitativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 187-203.

Boixadós, M., y Cruz, J. (1999). Intervención conductual en entrenadores de futbolistas alevines. En F. Guillén

(Ed.), *La Psicología del Deporte en España al final del milenio* (pp. 423-431). Las Palmas de Gran Canaria: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Cantón, E. (2002). El área profesional de la psicología del deporte. En J. Dosil (Ed.), *El psicólogo del deporte: Asesoramiento e intervención* (pp. 39-50). Madrid: Síntesis.
- Cantón, E. (2009). La profesión de psicólogo del deporte. En J. Díaz, I. Díaz y J. Dosil (Eds.), *La psicología del deporte en Iberoamérica* (pp. 161). Torrelavega (Cantabria): SIPD.
- Capdevila, L. (1995). Metodología de evaluación de patrones conductuales, cognitivos y fisiológicos en situaciones deportivas. En E. Cantón (Dir.), *Libro de Actas V Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 22-28). Valencia: Universitat de València.
- Carron, A. V., y Grand, R. R. (1982). *Team climate questionnaire: Forma B*. London, Ontario: Faculty of Physical Education, University of Western Ontario.
- Colegio Oficial de Psicólogos de España –COP- (1998). *Perfiles profesionales del psicólogo*. Madrid: Edit. COP-E.
- Colegio Oficial de Psicólogos de España –COP- (2004). *Ética y Deontología para Psicólogos*. Madrid: Colegio Oficial de Psicólogos de España.
- Cruz, J. (1994). El asesoramiento psicológico a entrenadores: experiencia en baloncesto de iniciación. *Apunts. Educació Física i Esports*, 35, 5-14.
- Cruz, J., y Capdevila, L. (1997). Evaluación en Psicología del Deporte. En G. Buéla-Casal y J. C. Sierra (Dir.), *Manual de Evaluación Psicológica. Fundamentos, técnicas y aplicaciones* (pp. 923-947). Madrid: Siglo XXI.
- De la Vega, R., Ruiz, R., García-Más, A., Balagué, G., Olmedilla, A., y del Valle, S. (2008). Consistencia y fluctuación de los estados de ánimo en un equipo de fútbol profesional durante una competición de Play-Off. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (2), 241-251.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: McGrawHill.
- Dosil, J., y González, M. (2003). Aplicación de las técnicas de biofeedback en las mejoras del rendimiento deportivo. En S. Márquez (Coord.), *Psicología de la*

- actividad física y del deporte: perspectiva latina* (pp.643-648). León: Universidad de León.
- Ezquerro, M. (1996). *Psicología clínica del deporte*. En J. Dosil (Ed.), *El psicólogo del deporte: Asesoramiento e intervención* (pp.69-97). Madrid: Síntesis.
- Fernández, J. L., Fernández, I., y Mielgo, M. (1999). *PY-BTPD-S Bateria de tests psicológicos para deportistas-Salamanca*. Madrid: Psymtec.
- García-Mas, A. (2004). Aplicación de la actigrafía en el estudio de la actividad física. *Archivos de Medicina del Deporte*, 21, 11-14.
- García-Mas, A., Estrany, B., y Cruz, J. (2004). Cómo recoger la información en Psicología de la Actividad Física y el Deporte: tres ejemplos y algunas consideraciones. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(1-2), 129-151.
- Gimeno, F., Buceta, J. M., y Pérez-Llantada, M. C. (1999). El Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD): características psicométricas. En A. López de la Llave, M. C. Pérez-Llantada y J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones breves en Psicología del Deporte* (pp.65-76). Madrid: Dykinson.
- Gimeno, F., Buceta, J. M., y Pérez-Llantada, M. C. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el Cuestionario Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo. *Psicothema*, 19(4), 667-672.
- Gimeno, F., y Guedea, J. A. (2001). Evaluación e intervención psicológica en la "promoción" de talentos deportivos en judo. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1), 103-125.
- Guillén, F., y Márquez, S. (2005). *Directorio de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Gorospe, G., Hernández-Mendo, A., Anguera, M. T., y Martínez de Santos, R. (2005). Desarrollo y optimización de una herramienta observacional en el tenis de individuales. *Psicothema*, 17(1), 123-127.
- Hambleton, R. K. (1996). Adaptación de tests para su uso en diferentes idiomas y culturas: Fuentes de error, posibles soluciones y directrices prácticas. En J. Muñiz (Coord.), *Psicometría* (pp. 207-238). Madrid: Universitat.
- Hernández-Mendo, A. (2001). Un cuestionario para evaluar la calidad en programas de actividad física. *Revista de Psicología del Deporte*, 10, 179-196.
- Hernández-Mendo, A., y Ramos, R. (1996). *Introducción a la informática aplicada a la Psicología del Deporte*. Madrid: Rama-Editorial.
- Hernández-Mendo, A., González, M. D., Areces, A., y Vales, A. (1996). Observación en deportes sociomotores: fútbol. En A. Hernández-Mendo y R. Ramos (Eds.), *Introducción a la informática aplicada a la Psicología del Deporte* (pp.45-53). Madrid: Rama-Editorial.
- Hernández-Mendo, A., Ramos, R., Peralbo, M., y Risso, A. (1993). Un programa para el análisis observacional: Transcriptor v 1.1. aplicación en Psicología del Deporte. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, 3(7), 18-25.
- Jaenes, J. C., y Caracuel, J. C. (2006). Propuesta de evaluación e intervención en jóvenes deportistas individuales. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(1), 127-134.
- Larumbe, E. (2001). Entrenamiento de variables psicológicas para los tiros libres. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1), 89-97.
- Leo, F. M., García, T., Sánchez, P. A., y Parejo, I. (2008). Importancia de la percepción de eficacia para la mejora de la cohesión en el fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 47-60.
- Maltête, D., y Garnarczyk, C. (2006). Tentativa de conceptualización tridimensional de la cohesión: aplicación al baloncesto. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(1), 95-112.
- Marí, J. (1989). Estudi de les interaccions conductuals entre entrenadors i jugadors en iniciació esportiva a l'handbol. En *Actas de las V Jornades de l' Associació Catalana de Psicologia de l'esport* (ACPE) (pp.84-92). Barcelona: GESES.
- McNair, D. M., Lorr, M., y Dropleman, L. F. (1971). *Manual of Profile of Mood States*. San Diego: ITS/Educational and Industrial Testing.
- Mora, J. A., García, J., Toro, S., y Zarco, J. A. (2001). *Cuestionario de estrategias cognitivas en deportistas*. Madrid: TEA Ediciones.
- Muñiz, J., y Hambleton, R. K. (1996). Directrices para la traducción y adaptación de los tests. *Papeles del Psicólogo*, 66, 63-70.
- Muñiz, J., y Fernández-Hermida, J. R. (2000). La utilización de los tests en España. *Papeles del Psicólogo*, 76, 41-49.
- Nieto, G., y Omedilla, A. (2001). Planificación del entrenamiento psicológico en atletas de élite: un caso de

- marcha atlética. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1), 127-142.
- Orlick, T., y Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *The Sport Psychologist*, 2, 105-130.
- Ortega, E., Giménez, J. M., y Olmedilla, A. (2008). Utilización del vídeo para la mejora de la percepción subjetiva de la eficacia competitiva y del rendimiento en jugadores de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 279-290.
- Ortín, F. J., Olmedilla, A., y Lozano, F. J. (2003). La utilización de registros para la mejora del comportamiento táctico en deportes de equipo. *Revista de Psicología del Deporte*, 12(1), 95-105.
- Ostrow, A. (1996). *Directory of Psychological Tests in the Sport and Exercise Sciences* (2ª Ed.). Morgantown: Fitness Information Technology.
- Pérez-Recio, G., y Marí, J. (1991). *Protocolo de la prueba POMS*. Sant Cugat del Vallés, Barcelona: Centre d'Alt Rendiment.
- Pozo, A., y Sagredo, N. (2005). Entrevista exploratoria para deportistas. En J. A. Mora y F. Chapado (Eds.), *Visión actual de la Psicología del Deporte* (pp. 744-749). Sevilla: Wanceulen.
- Prieto, G., y Muñiz, J. (2000). Un modelo para evaluar la calidad de los tests utilizados en España. *Papeles del Psicólogo*, 77, 65-75.
- Renom, J. (2005). Análisis, instrumentación y evaluación en Psicología del Deporte: las herramientas psicométricas. En J. A. Mora y F. Chapado (Eds.), *Visión actual de la Psicología del Deporte* (pp. 285-296). Sevilla: Wanceulen.
- Roffé, M. (1999). *Psicología del jugador de fútbol. Con la cabeza hecha pelota*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Lugar.
- Roffé, M. (2004). Como evaluar las presiones y miedos de los deportistas de Selección: una experiencia de 4 años con futbolistas juveniles. *Lecturas Educación Física y Deportes*. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital. Año 10, nº 72 –Mayo.
- Sánchez, X., y Torregrosa, M. (2005). El papel de los factores psicológicos en la escalada deportiva: un análisis cualitativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 14 (2), 177-194.
- Smith, R., Smoll, F., y Hunt, E. (1977). A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly*, 48, 401-407.
- Sousa, C., Cruz, J., Torregrosa, M., Vilches, D., y Viladrich, C. (2006). Evaluación conductual y programa de asesoramiento personalizado a entrenadores (PAPE) de deportistas jóvenes. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(2), 263-278.
- Suay, F. (1997). Instrumentos psicobiológicos para el control del entrenamiento. En F. Guillén (Ed.), *La psicología del Deporte en España al final del milenio* (pp.149-158). Gran Canaria: Servicio de Publicaciones y Producción Documental de la U.L.P.G.C.
- Suay, F., Sanchis, C. y Salvador, A. (1997). Marcadores hormonales del Síndrome de Sobreentrenamiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 11, 21-39.
- Vealey, R. S. (1992). Personality and sport: A comprehensive view. En T.S. Horn (Dir.), *Advances in sport Psychology* (pp. 25-59). Champaign: Human Kinetics.
- Weinberg, R., y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.