

# Estrategias de evaluación de las habilidades psicológicas

Hernández Saavedra, A.; Navarro Navarro, R.; Ruiz Caballero, J. A.; Brito Ojeda, E.

La actividad deportiva conlleva un gran esfuerzo y colectivo para superar los propios límites y alcanzar el máximo rendimiento posible. A este respecto, la evaluación psicológica es la actividad que más se practica y responde a la necesidad de dar respuesta a una serie de cuestiones estrechamente relacionadas con el rendimiento y que han sido previamente planteadas, de forma que se ha convertido en una herramienta fundamental para conocer el funcionamiento psicológico de deportistas y su relación con el rendimiento deportivo.

Los psicólogos del deporte consideran que las habilidades psicológicas pueden ser utilizadas para mejorar el rendimiento deportivo y que, además, los árbitros pueden aprender a poner en práctica dichas habilidades de la misma forma que aprenden cualquier otra habilidad técnica. Pero... *¿cómo pueden ser medidas y evaluadas estas variables?*

Varios son los métodos y procedimientos utilizados en la evaluación de las habilidades psicológicas como, por ejemplo, el desarrollo de la observación, entrevistas, cuestionarios, encuestas, pruebas estandarizadas (tests), análisis de contenidos, diseños de caso único, diseños de grupo, etc. La observación y evaluación de las habilidades psicológicas pretende organizar el trabajo del árbitro haciendo *más sistemática* su tarea para que pueda sacar conclusiones sobre cómo lleva a cabo su actividad.

En el presente capítulo se presenta la perspectiva que ofrece el proceso de evaluación en

Psicología del Deporte y las principales herramientas de evaluación, donde se inserta el instrumento que hemos utilizado y que nos permitirá una adecuada recogida de datos en un grupo específico de sujetos: los árbitros.

## La evaluación psicológica

Mientras que en el ámbito profesional la evaluación psicológica en España nace oficialmente en 1928 con la creación del Instituto de Psicología Aplicada, en el ámbito académico se considera que su nacimiento se produce a partir de la creación, en 1953, de la Escuela de Psicología y Psicotecnia, en cuyo plan de estudios se incluyó una asignatura con el nombre de "psicodiagnóstico". Desde entonces y hasta llegar a nuestros días esta disciplina ha experimentado un gran desarrollo tanto a nivel académico como a nivel profesional, lo que se demuestra por la creación y el perfeccionamiento de algunos instrumentos de evaluación psicológica y la elaboración de unas normas que mejoraron su utilización.

Sin embargo, el término evaluación nos obliga a precisar su significado, pues puede tener diversas definiciones. Así, para Gronbach (1982) la evaluación es:

*El examen sistemático de lo que ocurre en, y a consecuencia de, un programa que se está llevando a cabo, un examen encaminado a mejorar dicho programa y otros que tengan el mismo objetivo general.*

Por su parte, Fernández Ballesteros (1992) la considera como:

"... La disciplina psicológica que se ocupa de la exploración y el análisis del comportamiento de un sujeto con distintos objetivos básicos o aplicados a través de un proceso de toma de decisiones mediante la aplicación de una serie de dispositivos, tests y técnicas de medida."

La evaluación orientada a la toma de decisiones se concibe como prescriptiva del tipo de necesidades y, en virtud de quien decide, sobre procesos y actuaciones psicológicas, pudiendo convertirse en un instrumento para la clarificación o para reforzar la imposición. Desde esta perspectiva podemos considerar la evaluación como *el proceso de diseñar, obtener y proporcionar información útil para juzgar alternativas de decisión, donde la tarea del evaluador es ayudar a tomar decisiones racionales y abiertas a partir de la recogida de datos en un contexto definido, tanto de los procesos como de los productos*. Es decir, se trata de planificar los objetivos y sus condiciones de realización, puesta en práctica de los recursos y los medios disponibles, progresión de las actividades y de los problemas que surgen en el proceso y evaluar los resultados de las actividades realizadas.

La evaluación psicológica actual ha alcanzado un elevado desarrollo tanto a nivel teórico como aplicado que ha llevado a una pérdida de unificación, siendo realmente difícil de conceptualizar como una disciplina independiente. Así, se suele considerar como un área psicológica eminentemente aplicada (Silva, 1999) al tiempo que se pro-

duce un distanciamiento entre teoría y práctica. También se observa un resurgimiento del modelo psicométrico simultáneo al desarrollo del modelo conductual, a lo que hay que añadir una mayor especialización de los autores que trae consigo una pérdida de la visión global, por lo que ante esta diversidad de modelos, submodelos, teorías, prácticas y especializaciones, los autores optan por adoptar alguna de las siguientes posturas (Silva, 1999):

- *Ecléctica*: Es decir, utilizar cualquier técnica que pueda resultar de utilidad en la práctica, independientemente del modelo teórico de partida.
- *Integradora*: Como por ejemplo la aplicación de los principios psicométricos al modelo conductual.
- *Interdisciplinar*: Lo que permitiría la especialización y la colaboración entre los distintos modelos.

Eclecticismo, integración e interdisciplinariedad ponen de manifiesto la necesidad de poder relacionar de forma coherente y organizada los distintos tipos y áreas de la evaluación psicológica. Como manifiesta McReynolds (1971):

*“... En la actualidad resulta muy difícil, sino imposible, que un psicólogo pueda estar informado sobre todas las áreas de la evaluación psicológica”*

La evaluación psicológica implica un proceso de toma de decisiones que incluye tareas, operaciones y acciones (llevadas a cabo en una determinada secuencia) con el objetivo de responder a las demandas de la situación y de los sujetos evaluados, lo cual requiere un conocimiento psicológico profundo y unas buenas habilidades profesionales.

En el contexto de la actividad física y del deporte, la evaluación psicológica exige la aplicación de metodologías específicas que eva-

lúen acciones, que expliquen el rendimiento deportivo (habilidades técnicas, decisiones tácticas, etc.) y que establezcan relaciones relevantes entre causa-efecto, ayudando a comprender la realidad orientando sobre la manera de intervención y proporcionando el feedback necesario para valorar el progreso del sujeto después de la intervención realizada. En otras palabras, se trata de conocer qué es lo que está sucediendo y por qué está ocurriendo; cómo es el rendimiento del árbitro y qué variables determinan que actúe de una u otra manera.

Partiendo del conocimiento de la realidad, el objetivo será decidir qué es lo que se puede hacer y cómo actuar para modificar, mantener o extinguir comportamientos; es decir, sobre qué variables se debería actuar para mejorar el rendimiento, de qué recursos se dispone para ello, qué dificultades deben ser controladas y qué estrategias se pueden utilizar para adaptar la intervención a los sujetos y la situación.

### Procesos de evaluación psicológica

La información que se obtiene a través de una evaluación psicológica viene determinada por múltiples factores, uno de los cuales es el proceso que se sigue para realizarla. Sin embargo, este proceso, entendido como una metodología, no ha recibido por la comunidad científica la importancia que en realidad tiene. La concepción de la evaluación psicológica como un proceso ha servido para distinguir la evaluación de la simple aplicación de tests psicológicos, ya que el evaluador utiliza otras muchas técnicas y la aplicación de éstos no es más que una fase de un procedimiento que conduce a la resolución de un problema.

Diversos autores han señalado la importancia de considerar y estudiar el proceso de evaluación como una toma de decisiones, puesto que la mejora en las deci-

siones diagnósticas se incrementa con el estudio del proceso que, explícita o implícitamente, sigue los pasos de un procedimiento semejante al método científico: El evaluador observa, formula hipótesis, las prueba, interviene y los resultados obtenidos retroalimentan su proceso hasta alcanzar el objetivo planteado.

Westmeyer & Hagebock (1992) señalan que una de las condiciones para maximizar el rigor científico de la evaluación psicológica es:

*“... Contar con un proceso en el que se establezcan claramente los distintos pasos y actividades que debe realizar el evaluador”*

No obstante, debido a los distintos modelos teóricos de evaluación psicológica, hasta el momento no existe un consenso entre los evaluadores, lo cual responde a las diferentes metas, sujetos implicados, conceptualización del mismo y a los distintos modelos teóricos de evaluación psicológica, si bien la mayoría reconocen un proceso que se describe en tres etapas:

1. *Recogida de información.*
2. *Análisis de dicha información y juicio sobre el resultado del análisis.*
3. *Toma de decisiones a raíz del juicio emitido.*

Fernández-Ballesteros (1992) considera que el proceso de evaluación viene determinado por el objetivo de la evaluación. Así, aun cuando todo proceso de investigación sigue las fases del método hipotético-deductivo, si el objetivo de la evaluación es el diagnóstico, la orientación o la selección, la verificación de las hipótesis formuladas se realizará mediante técnicas correlacionales; mientras que si el objetivo es el tratamiento, la metodología correlacional debe ser complementada con procedimientos experimentales.

En cuanto al juicio diagnóstico, Haynes (1994) lo identifica con las inferencias sobre un sujeto basadas en la evaluación que afectarán al

tipo de tratamiento que recibe y lo considera:

... Un proceso de toma de decisiones donde están implícitos diversos aspectos cognitivos, por lo que a menudo refleja los sesgos, las expectativas, las experiencias destacadas recientes, el entrenamiento, el modelo teórico y la atención selectiva del evaluador, en vez de ser una función de los objetivos.

En opinión de Godoy & Silva (1992) existen dos defectos importantes a la hora de realizar un juicio diagnóstico:

1. *Generar hipótesis excesivamente pronto en el proceso de evaluación.* Lo que conduce a ignorar datos relevantes a nivel personal, contextual y social.
2. *Realizar un razonamiento global, intuitivo y no sistemático que lleve a confirmar hipótesis diagnósticas falsas.* Así, se han realizado estudios sobre el tipo de procesamiento a que se someten los datos, búsqueda de modelos matemáticos que expliquen el juicio como un proceso de toma de decisiones y los posibles sesgos implícitos.

Silva (1999) recoge de una forma más sistemática una serie de sesgos en los que se puede incurrir al realizar un juicio diagnóstico y que, por tanto, deben tenerse en cuenta y de los cuales destacamos los siguientes:

- Tendencia a hacer un menor uso de la información positiva que de la negativa.
- Tendencia a una mayor utilización de la información que confirme la hipótesis.
- Efecto de "primacía" consistente en destacar el valor diagnóstico de la primera información y el efecto de "recencia" dando mayor valor a la última información obtenida.
- Existen determinados factores que hacen que el sistema abier-

to de hipótesis de trabajo se convierta en un sistema cerrado debido a la mayor probabilidad otorgada a una determinada hipótesis.

- Tendencia a sobreestimar las hipótesis que tenemos más a mano y subestimar las que están en el trasfondo.
- Actitud conservadora ante algunos problemas diagnósticos.
- Influencia de las ideas preconcebidas.
- Falta de conciencia acerca de los propios procesos de construcción de los juicios diagnósticos.
- Seguridad excesiva en el diagnóstico que se ha hecho, lo cual, además, correlaciona de forma negativa con la calidad del diagnóstico.

Sin embargo, el conocimiento de los posibles sesgos no es suficiente para mejorar el juicio diagnóstico; lo que se necesita son programas de entrenamiento en los que se ponga un énfasis especial en las tareas prácticas. De las investigaciones realizadas podemos extraer tres principales características del proceso de evaluación:

1. Implica un proceso de toma de decisiones mediante estrategias adecuadas al plan específico, donde se enfatiza el concepto de utilidad (McCreynolds, 1971). El juicio resultante (del proceso de evaluación) se utiliza para tomar decisiones destinadas a solucionar problemas prácticos importantes (Maloney & Ward, 1976).
2. Implica la resolución de problemas mediante (Sloves; Doherty & Schneider, 1979):
  - Clarificación.
  - Planificación.
  - Desarrollo.
  - Puesta en marcha.
  - Determinación de los resultados.
  - Diseminación.

Desde esta orientación, la evaluación psicológica es un pro-

ceso mediante el cual se responden preguntas y se solucionan problemas (MALONEY & WARD, 1976).

3. Requiere la generación y comprobación de hipótesis que mejor expliquen los datos disponibles, hipótesis que, si se posee el tiempo suficiente y los medios adecuados, serían las primeras en ser comprobadas (Shapiro, 1970). También, aunque desde una perspectiva conductual, Fernández-Ballesteros & Staats (1992) han hecho hincapié que en el proceso de evaluación:

*...Presupone ligazón entre los eventos conductuales y ambientales cada vez que se realiza el análisis de una nueva conducta y antes de recoger evidencia empírica."*

Por ello es importante proponer un marco de referencia básico que ha de cumplir los siguientes requisitos de acuerdo con lo que se pretende:

- Debe ser aplicable a distintos contextos de evaluación, así como integrar todo tipo de objetivos (descripción, clasificación, predicción, explicación y control).
- Debe contener operaciones típicas en evaluación y valoración.
- Debe integrar la generación y comprobación de hipótesis.

Los pasos básicos del proceso de evaluación se pueden resumir en cuatro fases:

1. Análisis del caso.
2. Organización e información de los resultados.
3. Planificación de la intervención.
4. Valoración y seguimiento.

En resumen, el proceso de evaluación que acabamos de describir considera el procedimiento de recogida sistemática de información mediante el uso de instrumentos adecuados con el fin de

desarrollar el diseño correspondiente al planteamiento inicial y termina cuando se alcanzan, a través de la descripción, clasificación y predicción, los objetivos de diagnóstico, orientación, selección o propuesta de intervención. Sin olvidar el seguimiento correspondiente y la valoración del efecto de la intervención llevada a cabo, para continuar de nuevo el proceso de niveles más elevados de control ante situaciones nuevas y problemas planteados a lo largo del desarrollo y crecimiento psicológico.

### La evaluación en psicología del deporte

Investigadores soviéticos utilizaron cuestionarios de personalidad, tests psicomotores y tests de inteligencia para identificar las características individuales que podían predecir el éxito deportivo y así obtener perfiles de personalidad de varios grupos de sujetos y estudiar la relación entre los rasgos de personalidad y diferentes tipos de comportamientos, especialmente orientados hacia el rendimiento y el éxito deportivo (Vealey et al., 1982). Sin embargo, un análisis más detenido determinó que no existe un perfil de personalidad que diferencie a los deportistas de los no deportistas y que los rasgos de personalidad no son buenos predictores del éxito deportivo (Fisher; Ryan & Martens; 1986 Y Gill & Deeter, 1986).

Por su parte, Morgan (1990) concluye que los resultados de los tests de rasgos de personalidad se deben utilizar de forma complementaria a otro tipo de datos como son los estados de ansiedad, las cogniciones y las medidas psicofisiológicas. Ante esta situación, la atención se centra en los factores situacionales considerando que tienen una mayor influencia en el rendimiento deportivo que los rasgos de personalidad. Por este motivo los psicólogos del deporte han desarrollado tests específicos e instru-

mentos de observación de la acción del deportista y técnicas de evaluación de indicadores bioquímicos y psicofisiológicos.

Desde nuestra perspectiva y siguiendo a Cruz & Capdevila (1996), la competencia deportiva debe entenderse como:

*... Un proceso donde la acción deportiva evoluciona a lo largo del tiempo y del entrenamiento en función de factores individuales y factores situacionales, así como las expectativas, los estilos de fijación de objetivos y las metas que asumen los deportistas."*

Visto así, el rendimiento deportivo es toda la acción (externa o interna, explícita o implícita, intencional o incidental, automática o controlada) que realizan los deportistas de forma continuada, tanto durante el entrenamiento como en la competición, por lo que resultará adecuado estudiar el proceso por medio del análisis multifactorial de los indicadores de la acción deportiva. Sin embargo, aunque a nivel teórico la investigación en Psicología del Deporte considera a la acción deportiva como un proceso, se continúan evaluando fenómenos puntuales y aislados de los deportistas y las situaciones; es decir, falta la integración de los conocimientos adquiridos para analizar los procesos en su conjunto y no sólo los productos o resultados.

### Modalidades de evaluación psicológica deportiva: indicadores

Para evaluar la acción de un deportista tendríamos que examinar secuencialmente sus acciones, pero dada la dificultad que ello entraña, la mayoría de los investigadores separan la acción en segmentos para su análisis desde el punto de vista práctico, de manera que, una vez determinado el objetivo a analizar, tendremos que decidir el nivel de análisis, que, en ocasiones, se reduce a elegir una técnica o instrumento concretos de evaluación.

Esta es la razón por la que se ha hecho una clasificación de la acción motora y deportiva en modalidades de expresión (indicadores) que intentan facilitar el proceso. A este respecto, en la documentación analizada encontramos los siguientes (Capdevila, 1997):

#### Indicador Cognitivo

Cuando la información para evaluar aspectos relacionados con las percepciones, cogniciones y motivaciones de los sujetos se obtiene mediante técnicas subjetivas.

La evaluación de este indicador utiliza tests, cuestionarios, inventarios específicos, auto informes, escalas y entrevistas adaptados o contruidos específicamente para la ocasión. Esta modalidad, aún siendo la más utilizada, sigue sin tener en cuenta que es difícil que los registros obtenidos a partir de tests y cuestionarios permitan analizar los datos de forma continua durante todo el proceso deportivo. Por último, destacamos que la evaluación cognitiva:

*"...Su realización sólo es posible antes o después del entrenamiento o de la competición, de manera que podemos encontrar con el problema de interpretar las cogniciones prospectiva o retrospectivamente".*

#### Evaluación de las acciones externas

Las observaciones sistemáticas han supuesto un cambio importante en la evaluación al centrar la atención en lo que dice y hace el deportista, en lugar de centrarse en cómo es.

Para evaluar esta modalidad suele utilizarse la observación sistemática de la conducta externa (motora o verbal) mediante hojas de registros, vídeos, sistemas computarizados y otras tecnologías aplicadas al ámbito deportivo. Sin embargo, la validez y fiabilidades de los resultados del indicador de la acción externa en el entorno deportivo depende-

rán del procedimiento utilizado para planificar las sesiones de observación, de la sensibilidad de los instrumentos utilizados para evaluar las acciones que resulten más relevantes a la situación estudiada y del entrenamiento de los observadores en el uso de los mismos, por lo que exige la labor de un evaluador capacitado y competente con el fin de asegurar la obtención de datos de buena calidad.

El objetivo principal de la evaluación observacional es obtener una descripción detallada de la información, incluidas las actividades, los participantes y el significado que le dan a la actividad e involucra la identificación atenta y la descripción exacta de las interacciones y procesos humanos pertinentes.

#### Indicador psicofisiológico y bioquímico

Supone retomar una línea de evaluación que ya habían desarrollado psicólogos del deporte de la Europa del Este (Vanek & Gratty, 1970). Cuando se obtiene información psicológica a partir de técnicas de registro psicofisiológicas (EEG, EMG, ECG, etc.) o de técnicas bioquímicas (hormonas, enzimas, etc.) decimos que estamos evaluando esta modalidad. En este tipo de estudios se registran las variables psicofisiológicas y bioquímicas según valores medios en periodos de tiempo concretos, siendo pocos los estudios que consideran dichas variables de forma continua en el tiempo.

Con la evaluación continua en el tiempo de estos indicadores se puede obtener información que refleja la acción del deportista, como por ejemplo el nivel de la variable en momentos puntuales de la situación estudiada, los patrones individuales de acción y el nivel de actividad física a lo largo de la situación.

Como conclusión de este apartado y a partir de los distintos aspectos comentados en el mismo, consideramos que la estrategia metodológica más adecuada para

la evaluación y el diagnóstico en Psicología del Deporte consiste en integrar el indicador cognitivo con una mayor utilización de los indicadores de las acciones externas y de los registros psicofisiológicos y bioquímicos.

#### **Objetivos de la evaluación psicológica deportiva**

El rendimiento deportivo debe ser analizado de forma continuada, es decir, como un proceso implícito en el entrenamiento y en la competición, y no como el resultado final de la competición o de ciertas evaluaciones aisladas.

El objetivo fundamental de la evaluación psicológica en el deporte debe incluir un plan metodológico que conduzca al adecuado registro de las habilidades psicológicas implicadas, fundamentalmente aquellas que se relacionan con el rendimiento deportivo, el funcionamiento personal, la satisfacción y el contexto. En palabras de Buceta (2004):

*...Debe registrar información mediante diversos procedimientos con el fin de establecer relaciones causales que puedan ser relevantes para comprender lo que está ocurriendo (variables dependientes: rendimiento y funcionamiento deportivo, satisfacción, etc.) y por qué está ocurriendo (variables independientes: ambientales, psicológicas, etc.).*

Existen variables que pueden ser observadas y registradas de forma objetiva en función de su presencia o ausencia, frecuencia, intensidad, duración, etc. Entre ellas incluimos las siguientes:

- **de rendimiento físico:** Pueden evaluarse a través de diferentes medidas biológicas (pulsación, tensión arterial, velocidad, etc.).
- **de funcionamiento deportivo:** Tanto en la fase de decisión como en la de ejecución, es preciso discriminar los objetivos específicos de la evaluación respecto a la toma de decisión, ejecu-

ción, resultado particular o resultado global. Es decir, la evaluación debe considerar que entre una variable psicológica y un resultado deportivo hay decisiones y acciones que determinan el rendimiento deportivo.

- **de funcionamiento personal, salud y bienestar:** La adherencia a la actividad y la comunicación son factores que juegan un papel importante en la eficacia del árbitro que pueden afectar a su rendimiento. Aquí la evaluación psicológica se centra fundamentalmente en la delimitación de conductas que interfieran o favorezcan la eficacia del árbitro para identificarlas y ubicarlas en el contexto correspondiente y saber qué consecuencias tienen en la actividad deportiva y en el rendimiento. En cuanto a la salud y el bienestar, nos pueden llevar a conocer el grado de satisfacción que el árbitro está desarrollando con su actividad, evitando cualquier tipo de interferencia y consiguiendo la gratificación personal y profesional.
- **variables psicológicas:** Aunque pueden ser identificadas por medio de algunos indicadores externos (nerviosismo, tensión, falta de puntualidad, etc.) son difíciles de observar de forma explícita y objetiva (motivación, confianza, estrés, etc.), por lo que para su evaluación es preciso disponer de instrumentos específicos que nos ayuden a determinar el nivel de cada una de ellas y poder controlarlas una vez se determine la influencia que tienen en el rendimiento deportivo del árbitro.

En resumen, podemos considerar que el objetivo de la evaluación psicológica es conocer la realidad de los árbitros para determinar qué conductas interfieren en su actividad con el fin de controlarlas adecuadamente, decidiendo de manera conjunta lo que procede en cada caso concreto para llevar a cabo las intervenciones oportunas.

## Métodos para evaluar las habilidades psicológicas deportivas

Partimos del supuesto que las habilidades psicológicas de los árbitros pueden utilizarse para mejorar su rendimiento. Además, como se ha comentado en el capítulo anterior, pueden aprender a practicar dichas habilidades de la misma forma que desarrollan habilidades técnicas o tácticas.

Las investigaciones llevadas a cabo respecto a las diferencias individuales parten del supuesto de que las habilidades psicológicas pueden ser tanto innatas como aprendidas, por lo que para poder identificarlas se hace necesario un plan metodológico que haga explícito lo implícito, de manera que parece lógico mediar las diferencias existentes entre diversos niveles de desarrollo de las habilidades psicológicas entre árbitros expertos y novatos.

Esta investigación, que aún no se ha realizado con árbitros, se llevó a cabo en los años ochenta con deportistas de competición para identificar las características que definen a los expertos y establecer un programa de entrenamiento oportuno para los novatos, llegándose a identificar diez rasgos del deportista ganador: confianza, concentración, compromiso, establecimiento de metas, coraje, paciencia, comunicación, inteligencia, autoestima y persistencia.

Otra manera de evaluar las habilidades psicológicas se orienta hacia el enfoque de las fuerzas personales, donde se evalúan los pensamientos que acontecen en los momentos previos de una ejecución exitosa o ante las peores ejecuciones. En esta línea de metodología se han identificado los procesos mentales usados y las estrategias mediante las cuales son aprendidos, desarrollados y aplicados (Eklund; Gould & Jackson, 1993). Con este enfoque se pretende enfatizar la fuerza del pensamiento y su influencia en el rendimiento deportivo, donde concentración, visuali-

zación, energía, expectativas, confianza y comunicación, se combinan de forma positiva con la maestría deportiva para alcanzar el éxito (Orlck & Partington, 1988).

El enfoque descrito en el párrafo anterior tiene como objetivo describir antes que estandarizar, por lo que podría utilizarse como guía de contenidos y aproximaciones para una más eficaz investigación cuantitativa y proporcionar una mayor comprensión de los objetivos a evaluar para llevar a cabo el proceso de estandarización del instrumento de evaluación (López Valle; Martínez & Padilla, 2002).

La metodología de evaluación individualizada pretende establecer una serie de mediciones de las habilidades psicológicas que guíen la futura intervención sin generalizar los resultados a grupos de referencia. Aquí podemos incluir:

- **Perfil personal:** Basado en los constructos teóricos (KELLY, 1955) y en el uso del análisis de la rejilla (BEAIL & BEAIL, 1985) pretende captar la forma en que una persona da sentido a su experiencia en sus propios términos y revelar las teorías que guían a un determinado sujeto.
- **Análisis del diagnóstico individual** (Butler & Ardí, 1992): Combina entrevistas personales, pruebas psicológicas y análisis de situaciones específicas como procedimiento de diagnóstico para ser usado como guía en la intervención.
- **Métodos de caso único** (Vernacchia & Cook, 1993): Se han utilizado para investigar la eficacia de las intervenciones llevadas a cabo.

En resumen, la evaluación es un proceso riguroso y preciso que requiere siempre de una obtención de datos previa, ya que se trata de presentar las variables evaluadas de forma objetiva y sistemática y todas las conclusiones que se obtengan habrán de ser plasmadas en un informe para que el árbitro tenga una

perspectiva global de la situación y una información detallada que refleje el estado actual y las posibles estrategias de afrontamiento para planificar las acciones pertinentes.

## Instrumentos de evaluación

Tanto los teóricos como los investigadores creen que las habilidades psicológicas influyen no sólo en el rendimiento deportivo, sino que las mismas pueden manipularse para que produzcan un rendimiento de calidad. A este respecto, numerosos estudios cuyo objetivo era fomentar una serie de destrezas psicológicas relacionadas con el rendimiento en el deporte han demostrado la relación existente entre ciertas variables psicológicas y el rendimiento deportivo (Williams, 1993 & Dosil, 2001).

Así pues, las variables psicológicas se han constituido en el argumento central a partir del cual se han ido construyendo los cimientos de la Psicología del Deporte actual y paralelo a este interés en la identificación, evaluación e intervención sobre características, habilidades o factores psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo, aparece la necesidad de construir y desarrollar herramientas de medición y evaluación válidas y fiables que nos permitan trabajar de forma ordenada, sistemática y clara.

Los instrumentos de evaluación que más se han utilizado en Psicología del Deporte lo han sido fundamentalmente por su facilidad para poder aplicar tests y cuestionarios, los correspondientes al indicador cognitivo. Estas pruebas pretenden analizar cómo algunas características individuales (estado de ánimo, atención o ansiedad competitiva) interactúan con los factores situacionales propios de cada situación deportiva.

Los cuestionarios, siempre que estén bien contruidos y ofrezcan las suficientes garantías en cuanto a validez y fiabilidad, son un buen método de recogida de información y una alternativa útil y fiable

para la evaluación de variables que no pueden ser observadas directamente ya que en función de su contenido pueden hacer referencia a motivaciones, hechos, intenciones, acciones, opiniones, actitudes, emociones, etc., del sujeto al que se aplican. Dosil (2002) hace la siguiente clasificación:

- Según su *cientificidad*: Descriptivos o explicativos.
- Según su *dimensión temporal*: Sincrónicos o diacrónicos.

Balaguer (1994) indica que se deben respetar al menos tres criterios para el uso adecuado de este instrumento:

- Utilizarlos con relevancia para la situación deportiva.
- Dar los resultados lo más rápidamente posible.
- Utilizar los resultados como hipótesis de trabajo, no como definiciones reales del deportista.

Aunque es prácticamente imposible hacer una descripción de todos los instrumentos que los investigadores han utilizado y utilizan en Psicología del Deporte, nosotros hemos realizado una revisión de los más utilizados para efectuar evaluaciones específicas en el ámbito de la competición (Ostrow, 1990; Izquierdo & Rodríguez, 1995; Anshel & Kaissidis, 1997 Y Capdevila, 1997).

El *Directory of Psychological Tests in the Sport and Exercises Sciences* resume la información de 314 escalas, cuestionarios e inventarios específicos y de 141 pruebas no divulgadas en la segunda edición (1996) pero que sí se han publicado en la tercera (2002), donde se informa de 455 instrumentos de recogida de información psicológico-deportiva clasificados en veinte categorías diferentes (ansiedad, atención, actitudes, atribuciones, estrategias cognitivas, personalidad y motivación, por citar algunas) y la descripción de las pruebas se hace según los siguientes criterios:

- Fundamentos teóricos del instrumento.
- Objetivos.
- Descripción.
- Proceso de construcción.
- Análisis de la fiabilidad calculada en la construcción.
- Validez.
- Normas básicas de aplicación, corrección e interpretación de los resultados.
- Disponibilidad y datos del autor.
- Referencias bibliográficas relacionadas con el área temática donde el cuestionario se inserta.

A continuación presentamos una relación de instrumentos relacionados con las habilidades psicológicas que venimos analizando, fundamentalmente de indicador cognitivo y emocional, organizados según la estructura de la presente investigación.

#### **Motivación y atribuciones causales**

- Inventario de Actitudes hacia la Actividad Física (Kenvon, 1968): Mide las razones por las que la gente participa en actividades físicas; social, salud, vértigo (excitación), estética, ascético (cambio físico) y catarsis (relajación).
- Inventario de Motivación Atlético (Tucko; Lvon & Olgvie, 1969): Mide habilidades orientadas hacia los rasgos del deportista; ambición, agresividad, responsabilidad, liderazgo, control emocional, autoconfianza, dureza, habilidad, conciencia, obligación y determinación.
- Escala de Datos Motivacionales (Tutko & Richards, 1972): Mide los rasgos que contribuyen a la importancia de la motivación del éxito; agresividad, entrenamiento, control emocional, dureza mental, energía, autoconfianza, determinación, liderazgo, responsabilidad, esperanza y conciencia.

- Inventario de los Incentivos de la Motivación (Alderman & Wood, 1976): Mide las razones por las que la gente participa en la actividad física: afiliación, agresividad, excelencia, independencia, poder y éxito.
- Achievement Orientation Inventory (Ewing, 1981): Diagnostica la orientación hacia la habilidad deportiva (deseo de mantener alta la percepción de la habilidad), la tarea (disposición a centrarse en el proceso más que en el resultado) y la aprobación social (necesidad de aprobación social).
- Causal Dimension Scale (Russell, 1982): Es una medición de las interpretaciones subjetivas de los sujetos de sus propias atribuciones según el modelo de Weiner de la atribución causal.
- Wingate Short Achievement Responsibility (Tenenbaum; Furst & Weingarten, 1984): Analiza las expectativas de los deportistas en las atribuciones a los éxitos y fracasos.
- Competitive Inventory (Vealey, 1986): Diagnostica las diferencias individuales en la tendencia a luchar para conseguir metas deportivas. Estas metas se orientan hacia la ejecución y hacia los resultados.
- Sport Orientation Questionnaire (Gill & Deeter, 1988): Es un diagnóstico multidimensional de las diferencias individuales en la orientación al logro deportivo.
- Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (Duda & Nicholls, 1989): Evalúa la orientación hacia la tarea y la orientación al yo (ego). Los sujetos orientados hacia la tarea consideran que tienen éxito en el deporte cuando aprenden nuevas habilidades.
- Perception of Success Questionnaire (Roberts & Balagué, 1989): Evalúa la percepción subjetiva ante el éxito en función de la orientación hacia la competitividad y maestría deportiva.

- Performance Outcome Survey (Leith & Prapavessis, 1989): Útil para evaluar las atribuciones causales ante los éxitos y los fracasos. Es una versión adaptada para el deporte de la Escala de Dimensión Causal de Russell.
- Sport Attributional Style Scale (Narvan; Grove & Hatie, 1989): Mide el estilo atribucional en el deporte a partir de interpretaciones subjetivas de los éxitos y los fracasos.

### Ansiedad y estrés

- Anxiety Questionnaire (Sarason & Mandler, 1952): Evalúa la ansiedad de prueba y fue el primer instrumento que se desarrolló donde se plantearon una serie de cuestiones relativas a las actitudes hacia las situaciones de prueba y a las reacciones emocionales experimentadas en tales situaciones.
- Attitudes Toward Physical Activity (Kenyon, 1968): Investiga sobre las actitudes hacia la actividad física y el deporte además de sobre la experiencia social, salud y forma física, búsqueda de sensaciones, experiencia estética, catarsis y experiencia escénica, que permiten delimitar la actitud de un sujeto hacia la actividad física.

- Profile of Mood Status (McNair; Lorr & Droppelman, 1971): Es un cuestionario informatizado que mide seis estados de humor: tensión-ansiedad, depresión-melancolía, odio-hostilidad-angustia, vigor-actividad, fatiga-inercia y confusión-desconcierto.
- State Competition Anxiety Test (Martens, 1977): Es uno de los instrumentos más utilizados en Psicología del Deporte y su objetivo es operativizar el rasgo de ansiedad competitiva en el deporte.
- Competitive State Anxiety Inventory-I (Martens, 1977): Evalúa los dos componentes básicos de la ansiedad: el estado cognitivo de ansiedad (preocupación por el fracaso y sus consecuencias) que se manifiesta con pensamientos negativos, intranquilidad, duda, expectativas negativas y pérdida de concentración y el estado somático de ansiedad (elevación en el nivel de activación de las funciones fisiológicas) que produce nerviosismo y tensión.
- Escalas de Estimación y Atracción hacia la Actividad Física (Sonstroem, 1978): Diagnostica las ventajas y bene-

ficios que reporta la práctica deportiva y el ejercicio físico.

- Precompetitive Stress Inventory (Silva; Ardi; Crace & Slocum, 1987): Pretende recabar información sobre el grado de estrés antes de las competiciones.
- Competitive State Anxiety Inventory-2 (Martens; Burton; Vealey; Bump & Smith, 1990): En este cuestionario, además de los componentes cognitivo y somático, se identifica un tercer componente en la ansiedad estado: la autoconfianza, conceptualmente similar al de autoeficacia percibida tratada como la convicción de que uno puede llevar a cabo exitosamente la conducta necesaria para producir resultados y que se manifiesta por la falta de confianza en las posibilidades y en los recursos propios para afrontar situaciones
- Burnout Inventory for Athletes (Van Yperen, 1993): Evalúa el nivel de agotamiento psicológico de los sujetos.
- Batería de Test Psicológicos en el Deporte de Competición (Fernández; Fernández & Mielgo, 1999): Dispone de escalas de evaluación de la personalidad, motivación, expectativas de éxito, salud, ansiedad y estrés competitivo.

### BIBLIOGRAFÍA

1. CRONBACH, L.J. (1982): Designing evaluations of educational and social programs. San Francisco: Jossey-Bass.
2. FERNÁNDEZ BALLESTEROS, R. (1992): Introducción a la evaluación psicológica. Madrid: Pirámide.
3. SILVA, F. (1999): Avances en evaluación psicológica. Valencia: Promolibro.
4. MCREYNOLDS, P. (1971): Advances in psychological Assessment. California: Science and Behavior Books.
5. WESTMEYER, H. & HAGEBÖCK, J. (1992): "Computer-assisted assessment: A normative perspective". En European Journal of Psychological assessment (8): pp. 1-16.
6. GODOY, A. & SILVA, F. (1992): La evaluación psicológica como proceso. Valencia: NAU libres.