

## EVALUACIÓN Y ANÁLISIS DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN GIMNASTAS DE RÍTMICA

José Carlos Jaenes Sánchez<sup>1</sup>, José Carmona Márquez<sup>2</sup> y Estefanía Lopa Peralto<sup>2</sup>.

Universidad Pablo de Olavide y Centro Andaluz de Medicina del Deporte (CAMD)<sup>1</sup>, Sevilla, y Universidad de Huelva<sup>2</sup>, España

**RESUMEN:** El objetivo general de esta investigación es conocer, usando el cuestionario “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD) de Gimeno (1999; Gimeno, Buceta, y Pérez-Llantada, 1999, 2001) el nivel de habilidades psicológicas relacionadas con el rendimiento en una muestra de gimnastas de rítmica, una especialidad considerada de alta dificultad de afrontamiento desde el punto de vista psicológico. El CPRD tiene una muy aceptable fiabilidad (coeficiente alfa de Cronbach = .85), puede ser de utilidad para explicar comportamientos observados, y ser de ayuda para la intervención directa e indirecta. Este trabajo ofrece datos sobre habilidades psicológicas en una especialidad poco investigada, indica diferencias significativas entre gimnastas de éxito y no éxito y apunta diferencias entre los grupos pre-élite y no élite. Igualmente se observa que las gimnastas que trabajan con psicólogos del deporte como parte de su entrenamiento, obtienen mejores puntuaciones en Evaluación del Rendimiento que aquellas que no disponen de este servicio.

**PALABRAS CLAVES:** Gimnasia rítmica, habilidades psicológicas, rendimiento.

**RESUMO:** O objetivo geral desta investigação é compreender através de um questionário, intitulado “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD), de Gimeno (1999; Gimeno, Buceta, y Pérez-Llantada, 1999, 2001) o nível de habilidades psicológicas relacionadas com o rendimento em uma amostra de atletas de ginástica rítmica, considerando esta, uma especialidade considerada de alta dificuldade de afrontamentos do ponto de vista

psicológico. O CPRD apresenta um grau de fiabilidade bastante aceitável (coeficiente alfa de Crobach = 0,85), podendo ser utilizado para explicar comportamentos observados e auxiliar uma intervenção direta e indireta. Este trabalho oferece dados sobre habilidades psicológicas numa especialidade pouco investigada, indica diferenças significativas entre ginastas de êxito e não-êxito e apresenta diferenças entre os grupos pré-élite e não-élite. Da mesma forma, observa-se que as ginastas que trabalham com psicólogos do esporte, como parte complementar de seu treinamento, obtêm melhores pontuações em Avaliações de Rendimento, que aquelas ginastas que não dispõem deste serviço.

**PALAVRAS CHAVES:** Ginástica rítmica, habilidades psicológicas, rendimento.

**ABSTRACT:** The main goal of this research project is to discover, when using the Questionnaire of Sports Performance related Psychological Characteristics (Gimeno, Buceta, y Pérez-Llantada, 1999, 2001) the level of psychological skills associated with performance in rhythmic gymnastics, a sports specialty considered very difficult to cope with from a psychological point of view. The PTASA has a very acceptable reliability level (Cronbach alpha coefficient = 0.85) and may be useful to explain behaviour observed and to help in direct and indirect interventions. This study presents data on an activity undergoing little research, indicates significant differences between successful and unsuccessful competition gymnasts; it points to differences between pre-élite and non-élite groups and the results indicate that the gymnasts who work with sports psychologists as part of their training obtain higher scores in Stress Control (SC), Performance Evaluation (PE), Mental Ability (MA).

**KEY WORDS:** Rhythmic gymnastics, psychological skills, performance.

## INTRODUCCIÓN

El alto rendimiento deportivo busca como finalidad el éxito de los deportistas que lo practican, éxito definido como mejora de marcas, consecución de primeros puestos o medallas en los diferentes campeonatos en los que se participa. La gimnasia rítmica tiene además la connotación de que sus participantes empiezan a temprana edad y deben dedicar largas horas de entrenamiento al aprendizaje del manejo de cinco aparatos (cuerda, aro, pelota, mazas y cinta), útiles muy diferentes unos de otros que exigen

desarrollar habilidades específicas para cada una, que serán evaluadas por jueces basándose en las normas del Código de Puntuación. Las gimnastas pueden competir tanto en modalidad individual como de conjuntos, bien con cinco aparatos iguales -cinco pelotas por ejemplo-, o con combinaciones como dos cintas y tres pelotas; ejercicio que se realiza en un tapiz frente a una serie de jueces. No son muchos los estudios encontrados en este deporte, si bien hay alguno de intervención muy reciente (González y Romero, 2009), pero ya Fernández

(1996) indicaba una serie de características psicológicas deseables para estabilizar la personalidad de las competidoras, destacando entre ellas el control de la ansiedad, el manejo de la capacidad de enfocar y desenfocar e incluso ofrece una clasificación de las gimnastas en hiperactivas, de reacción lenta o emocionalmente estables. Cernuda (1990) (citado por Fernández, 1996, p.335), comparó el perfil psicológico de rendimiento deportivo de las gimnastas de la Selección Española midiendo siete aspectos psicológicos: autoconfianza, control de emociones negativas, control de la atención, control viso-imaginario, nivel motivacional, energía positiva y control de actitudes; los resultados de este estudio, muestran que los aspectos con más déficit globales, eran la autoconfianza, el control de emociones negativas, y el control de la atención. Aurrekoetxea y Fernández (1993) replicaron en parte este estudio en gimnastas de entre los 11 y 14 años, encontrando resultados similares a los mencionados por Cernuda. Martínez (1999) llevó a cabo un estudio en el cual relaciona el clima motivacional, bienestar psicológico y rendimiento deportivo en gimnastas de rítmica. Campos, Pérez-Fabello, y Díaz (2000) investigaron sobre la imagen mental de las gimnastas novatas y expertas y Mendizábal (2001) estudió el entorno afectivo de las gimnastas del Equipo Nacional una vez retiradas; encontró que estas, durante su estancia en la selección, valoraban más alto a sus padres y compañeras que a entrenadoras o federativos, siendo el seguimiento de sus

estudios, la preocupación por sus necesidades, su futuro o bienestar psicológico los aspectos que más echaron en falta, aspectos muy importantes para replantear las exigencias del alto rendimiento que en muchas ocasiones no facilita o permite finalizar los estudios o formación a los deportistas.

Entendemos que estudiar las características, habilidades o el dominio que tienen los deportistas de estas últimas, puede contribuir a que optimicen su rendimiento y con ello conseguir mejores resultados (Godoy-Izquierdo, Vélez, y Pradas, 2009). Gimeno (1999) llevó a cabo un trabajo, referido exclusivamente a la evaluación de las habilidades psicológicas, con una muestra muy amplia para posteriormente desarrollar el cuestionario “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD), instrumento muy usado en nuestro ámbito. Gimeno et al. (2001) lo validan en una amplia muestra en diferentes modalidades entre las que se encuentra la gimnasia rítmica y más tarde lo usaron para analizar la posible influencia de variables psicológicas en la consecución de éxito, la continuidad a largo plazo en el deporte de competición y la ocurrencia de lesiones. Gimeno y Guedea (2001) lo aplican a judocas para estudiar las habilidades de posibles talentos deportivos; Vallejo (2003) en salto de trampolín. Mahamud, Tuero, y Márquez (2005) lo usan en una muestra de nadadores y piragüistas y sus entrenadores, y estudian si existe una correlación para los practicantes de ambos deportes entre las puntuaciones obteni-

das en las distintas escalas del cuestionario y aquellas que desean los entrenadores para sus atletas. Olmedilla (2005) evalúa la posible relación entre ocurrencia de lesiones deportivas y variables psicológicas, encontrando suficientes evidencias que soportan dicha relación y que debería ser tenida en cuenta por entrenadores, padres o personas del entorno del deportista, dado que se ha demostrado que sus presiones pueden poner en riesgo la propia salud de los deportistas con lo que interaccionan y Ruiz Barquín y Lorenzo (2008) en jugadores de pádel. Existen estudios de arbitraje y juicio deportivo (Escorial, 2006) o sobre habilidades de entrenadores de fútbol (Mendoza, Izquierdo, Rodríguez, y Ruiz, 2007). Dado que intentamos encontrar explicaciones al rendimiento deportivo, puede ser de utilidad ampliar nuestra búsqueda estudiando constructos menos conocidos para saber su posible impacto en el mismo, caso del estudio de la personalidad resistente (Jaenes, 2009; Jaenes, Godoy-Izquierdo, y Román 2008, 2009; Román, 2007). Como puede verse hay gran interés en estudiar múltiples variables que pueden influir en el rendimiento como se pone de manifiesto en trabajos recientes (Sosa, Jaenes, Godoy Izquierdo, y Oliver, 2009a, 2009b, 2009c y 2009d).

Este tipo de estudios sobre habilidades y características son útiles para que los psicólogos, en colaboración con los entrenadores, puedan diseñar planes de entrenamiento psicológico y hacer que los atletas sean más competentes y rindan de forma más acorde a las posibili-

dades que suelen mostrar en los entrenamientos. El diseño de la programación de estos planes integrales donde se aúnan lo físico, técnico, táctico y lo psicológico y le conceden a esto último la condición de entrenable, es a nuestro entender un buen camino para hacer a los deportistas más competitivos como puede verse en diferentes trabajos: fútbol (Morilla y Pérez Córdoba, 2008), maratón (Jaenes, 2003; Jaenes y Caracuel, 2001, 2005), remo (Jaenes, 2002), bolos (Díaz, 2003) y petanca (González y Garcés de los Fayos, 2009) entre otros.

El objetivo de este trabajo es conocer a) el nivel de habilidades y destrezas psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de gimnastas de rítmica, en función de las puntuaciones obtenidas en el CPRD; b) si existen diferencias de puntuaciones de las gimnastas de nivel pre-élite y de nivel no-élite; c) comprobar si existen diferencias de puntuaciones en los grupos categorizados como de “éxito” y “no éxito” y dado que durante el muestreo, constatamos que algunas gimnastas trabajaban directamente con psicólogos del deporte, intentamos saber d) si el trabajo directo con estos influye de alguna forma en la mejora del manejo de habilidades de las gimnastas medidas con el CPRD.

## MÉTODO

### Participantes

La muestra estuvo compuesta por 89 gimnastas de categoría femenina de seis clubes de las provincias de Huelva y

Sevilla. Con edades comprendidas entre 8,1 y 17,2 años, con una media de 12,04 y una desviación tipo de 2,3 años. Todas compiten a nivel federado, divididas en dos categorías, la categoría A que se denomina “pre-élite” y compuesto por 36 gimnastas de máximo nivel por sus resultados en Campeonatos de España y de Andalucía Absolutos y la categoría B etiquetada como “no-élite” de peores resultados en Campeonatos de España y de Andalucía de Base y que está compuesto por 53 competidoras. Otra variable es la de “éxito” que incluye gimnastas que han conseguido medalla en un Campeonato de España, un total de 14, frente a 74 chicas que forman el grupo “no-éxito” y no han conseguido medalla. Como ya se indicó, trabajan con psicólogos 14 chicas, mientras que el resto (75) no lo hacían.

### Instrumento

Para llevar a cabo esta investigación se aplicó el cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo de Gimeno, Buceta, y Pérez-Llantada (1999, 2001), instrumento que fue creado para la evaluación psicológica en el deporte de rendimiento. En cuanto a su fiabilidad (Gimeno et al., 2001), el CRPD ha mostrado una aceptable consistencia interna, tanto en su puntuación total ( $\alpha = .85$ ) como en sus distintas subescalas: control del estrés (CE) ( $\alpha = .88$ ), influencia de la evaluación del rendimiento (IER) ( $\alpha = .72$ ), motivación (M) ( $\alpha = .67$ ), y cohesión de equipo (ChE) ( $\alpha = .78$ ), con la excepción de la

subescala de habilidad mental (HM) ( $\alpha = .34$ ). Se contesta al mismo en una escala Likert de cinco opciones y se incluye una opción adicional de respuesta para aquellos casos en los que el deportista “no entienda el ítem”, si bien en nuestra investigación se repasó la hoja de respuesta para que no faltara ninguno y se contó con personal entrenado para resolver las posibles dudas. Se hicieron pequeñas modificaciones que no cambiaban el sentido de los ítems para adaptarlo al lenguaje de la gimnasia rítmica.

### Procedimiento

En primer lugar se tomó contacto con cada una de las entrenadoras, explicándoles en qué consistía nuestra investigación y solicitándole permiso para realizar los cuestionarios con sus gimnastas. Estas aceptaron colaborar y se les entregaron las autorizaciones -al ser menores las gimnastas- que fueron firmadas por sus padres a los que se informó del motivo, características del estudio y tratamiento que se haría de los datos. A toda la muestra se les pasó el CPRD en horas de entrenamiento. Lo completaban en grupo y según las preferencias de las entrenadoras -al principio o al final de la sesión- insistiendo en la importancia de rellenarlo de forma individual y con absoluta sinceridad. En todo momento podían preguntar si tenían alguna duda. Dadas las características y objetivos del estudio se usó un diseño *ex post facto*.

### RESULTADOS

Para responder a los objetivos instru-

mentales de este trabajo, se obtuvo la fiabilidad del CPRD en la muestra de gimnastas femeninas, se realizaron análisis de la consistencia interna de las escalas mediante el alfa de Cronbach y análisis descriptivos especialmente centrados en el cálculo de centiles. Para responder a los objetivos sustantivos del estudio, se realizaron análisis comparativos mediante pruebas t de Student para muestras independientes. En los contrastes estadísticos se usó un nivel de significación de .05. Todos los análisis fueron realizados con el paquete estadístico SPSS 15.0.

En nuestra muestra de gimnastas, la consistencia interna de la puntuación total en el CPRD fue de .801, prácticamente igual a la obtenida en la investiga-

ción original (Gimeno et al., 2001), y considerada alta según los criterios habituales (Nunnally, 1978). Igualmente se obtuvieron valores de consistencia interna que pueden ser considerados altos para el Control de Estrés ( $\alpha = .813$ ), aceptables en estudios exploratorios como este en Influencia de la Evaluación del Rendimiento ( $\alpha = .657$ ) y en Motivación ( $\alpha = .602$ ), y valores problemáticos para las otras dos subescalas del CPRD, Cohesión de Equipo ( $\alpha = .353$ ) y Habilidad Mental ( $\alpha = .287$ ). En la tabla 1 se exponen para la muestra de gimnastas, las puntuaciones máximas y mínimas en cada subescala, sus medias y desviación típicas.

**Tabla 1. Estadísticos descriptivos de cada una de las subescalas del CPRD en la muestra de gimnastas de rítmica (N = 89)**

ESCALAS	Puntuación Máxima	Puntuación Mínima	M	DT	$\alpha$
Control de estrés	24	80	53.74	12.119	.813
Influencia de la evaluación del rendimiento	9	44	29.13	7.185	.657
Motivación	9	32	23.64	4.593	.602
Habilidad Mental	13	33	22.93	4.424	.287
Cohesión de Equipo	9	24	19.95	2.837	.353

Dado que existen datos sobre puntuaciones con otras muestras diferentes de practicantes de otros deportes, y con el objetivo de que se pueda hacer visible donde se sitúan las gimnastas con respecto a otros deportistas, se presenta la tabla 2 con la puntuación directa (PD) de las gimnastas que corresponde al centil 50 y para la misma PD se puede ver

en que centil se sitúan los deportistas de la muestra original de validación del CPRD y yudocas evaluados por Gimeno et al. (2001). Con un carácter exploratorio se pueden realizar comparaciones entre las posiciones ocupadas por los distintos grupos de deportistas. Por una parte, se puede observar que las gimnastas tienen puntuaciones superiores a la

muestra general en todas las subescalas. Con respecto a los yudocas, las gimnastas tienen puntuaciones superiores en

Motivación y Cohesión de Equipo e inferiores en Habilidad Mental y Control de Estrés.

**Tabla 2. Comparación de puntuaciones centiles correspondientes a una misma puntuación directa en el baremo del grupo de gimnastas, el grupo normativo del cuestionario CPRD y un baremo específico de judo**

ESCALAS	PD	Centil Gimnastas	Centil muestra original (Gimeno, et al, 2001)	Centil baremo Judo (Gimeno y Guedea, 2001)
<b>Control de estrés</b>	53	50	65	359
<b>Influencia de la evaluación del rendimiento</b>	31	50	80	50
<b>Motivación</b>	24	50	80	70
<b>Habilidad Mental</b>	22	50	60	35
<b>Cohesión de Equipo</b>	20	50	65	60

En la tabla 3, se presentan los estadísticos descriptivos de cada una de las subescalas de los grupos denominados “no-élite” y “pre-élite”. A un nivel descriptivo, se puede observar como las gimnastas de nivel “pre-élite” obtienen puntuaciones medias más altas en CE, IER y HM, y puntuaciones medias más bajas en Motivación y Cohesión de Equipo. Hay que señalar, sin embargo, que ninguna de estas diferencias muestrales fueron estadísticamente significativas.

En la tabla 4 se presentan los estadísticos descriptivos de las puntuaciones obtenidas por las gimnastas, distinguiendo entre las que obtuvieron medalla en un Campeonato de España “éxito”, y el resto que no “no éxito”. Los resultados indican que en la muestra objeto de estudio las gimnastas clasificadas en la

categoría “éxito” obtuvieron medias más altas en Cohesión de Equipo, Influencia de la Evaluación del Rendimiento y Habilidad Mental. Las gimnastas clasificadas como “no-éxito” obtuvieron puntuaciones más altas en Motivación y Cohesión de Equipo. Estas diferencias muestrales fueron estadísticamente significativas sólo en el caso de la Influencia de la Evaluación del Rendimiento ( $t = 2.29$ ,  $gl = 86$ ,  $p = .024$ ), obteniendo las gimnastas de éxito una puntuación media de 33.07 ( $DT = 6.60$ ) frente a una media de 28.26 ( $DT = 7.31$ ) de las demás gimnastas, y en Motivación ( $t = -2.21$ ,  $gl = 86$ ,  $p = .018$ ), donde las gimnastas de éxito obtuvieron puntuaciones medias más bajas ( $M = 21.07$ ,  $DT = 4.32$ ) que las gimnastas de no éxito ( $M = 24.23$ ,  $DT = 4.53$ ).

**Tabla 3. Estadísticos del grupo *gimnastas no-élite* frente a *gimnastas preélite***

	Nivel	N	<i>M</i>	<i>DT</i>	Error Típico
Control de estrés	No-élite	53	53.43	13.104	1.800
	Pre-élite	36	54.31	11.481	1.914
Influencia de la evaluación del rendimiento	No-élite	53	28.19	7.388	1.015
	Pre-élite	36	30.28	7.190	1.198
Motivación	No-élite	53	24.09	4.789	.658
	Pre-élite	36	23.14	4.304	.717
Habilidad Mental	No-élite	53	22.74	4.654	.639
	Pre-élite	36	22.92	4.143	.690
Cohesión de Equipo	No-élite	53	20.11	2.926	.402
	Pre-élite	36	19.36	2.674	.446

**Tabla 4. Estadísticas descriptivas de cada una de las escalas para los grupos de *gimnastas Éxito y No-éxito***

	Medalla	N	<i>M</i>	<i>DT</i>	Error Típico
Control de estrés	Éxito	14	55.57	10.383	2.775
	No-éxito	74	53.34	12.838	1.492
Influencia de la evaluación del rendimiento	Éxito	14	33.07	6.604	1.765
	No-éxito	74	28.26	7.309	.850
Motivación	Éxito	14	21.07	4.323	1.155
	No-éxito	74	24.23	4.529	.526
Habilidad Mental	Éxito	14	23.21	4.136	1.105
	No-éxito	74	22.66	4.494	.522
Cohesión de Equipo	Éxito	14	18.79	3.534	.944
	No-éxito	74	20.00	2.689	.313

En la Tabla 5 se presentan los resultados obtenidos tras la comparación de los datos entre los grupos con y sin psicólogo. Las puntuaciones medias indican que las gimnastas que trabajan con psicólogo como parte de su entrenamiento presentan mayor puntuación en las escalas de Cohesión de Equipo, Influencia de la Evaluación del Rendimiento y Habilidad Mental. En contraposición, las gimnastas que no reciben apoyo psicológico, presentan

mayor puntuación en Motivación y Cohesión de Equipo. A un nivel inferencial estas diferencias fueron estadísticamente significativas sólo en el caso de la Influencia de la Evaluación del Rendimiento ( $t = -2.76$ ,  $gl = 92$ ,  $p = .007$ ), con una media del grupo que tenía psicólogo de 33.86 ( $DT = 5.97$ ) frente a una media de 28.30 ( $DT = 7.09$ ) de las gimnastas que no tenían psicólogo, y en el caso de la Motivación frente a ( $t = 2.32$ ,  $gl = 92$ ,  $p = .023$ ), donde las gim-



nastas con psicólogo obtuvieron una media de 21.07 ( $DT = 4.19$ ) y las gim-

nastas que no lo tenían obtuvieron una media de 24.09 ( $DT = 4.54$ ).

**Tabla 5. Estadísticos de grupo: categoría “NO psicólogo” y “SI psicólogo”.**

	Trabajo con psicólogo	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	Error Típico
Control de estrés	No	80	52.98	12.276	1.373
	Si	14	58.14	10.509	2.809
Influencia de la evaluación del rendimiento	No	80	28.30	7.088	.792
	Si	14	33.86	5.972	1.596
Motivación	No	80	24.09	4.537	.507
	Si	14	21.07	4.178	1.117
Habilidad Mental	No	80	22.79	4.497	.503
	Si	14	23.71	4.046	1.081
Cohesión de Equipo	No	80	20.15	2.649	.296
	Si	14	18.79	3.641	.973

## CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Los objetivos que se plantearon en este estudio fueron varios, en primer lugar conocer las puntuaciones en el CPRD de las gimnastas femeninas que entrenan y compiten en gimnasia rítmica, una especialidad deportiva en la que desde hace poco tiempo se han incorporado gimnastas masculinos

Para ello se utilizó un cuestionario que muestra una fiabilidad aceptable de alfa de Cronbach de .80 y comparable a la obtenida en otros estudios (Gimeno et al, 2001; López, 2007). Cuando se analiza la fiabilidad de cada una de las subescalas del CPRD, también se obtienen, por lo general, resultados similares a los obtenidos en los estudios antes señalados. Las subescalas CE con un valor de .813; IER con .657 y *M* con un .602, son las que más se asemejan a los estudios de

Gimeno et al. (2001), en el que se obtienen valores de alfa de .88, .72 y .67, y de López (2007) con valores de alfa de .83, .69 y .74, respectivamente. En cambio, donde existe más diferencia es en la escala de ChE con un valor de alfa de .353 en nuestro trabajo, frente al .78 de Gimeno et al. (2001). Esta diferencia en la Escala de ChE se puede explicar en tanto que la muestra utilizada en esta investigación, ha estado formada por gimnastas que compiten tanto a nivel individual como en conjuntos por lo que trabajar orientadas a las competiciones individuales –en las que incluso se enfrentan a sus propias compañeras de club– puede influirles en centrarse mucho en su actuación personal.

En cuanto al primer objetivo de conocer las puntuaciones de las gimnastas en comparación con las obtenidas

por otros grupos de deportistas, los resultados muestran que las gimnastas obtienen puntuaciones más altas en todas las subescalas del CPRD que los deportistas de la muestra de la investigación de Buceta et al. (2001). En cambio, con respecto a la muestra de yudocas usada por Gimeno et al. (2001), se obtienen resultados mixtos: las gimnastas parecen tener puntuaciones más altas en Motivación y Cohesión de Equipo, y más bajas en Control de Estrés y Habilidad Mental. La explicación a estos resultados puede residir en las características diferenciales de los deportes analizados.

El segundo de nuestros objetivos era intentar saber si existen diferencias entre los grupos pre-élite y no élite y aunque si bien no es estadísticamente significativa, hay pequeñas diferencias a favor del grupo pre-élite en CE, IER y HM. Esto parece apuntar a la posibilidad de que las gimnastas que tienen más nivel competitivo puedan tener un mejor control del estrés, una mayor capacidad para evaluar su rendimiento y una mayor habilidad mental, todo lo cual puede ser parte de la explicación de sus mejores resultados. En todo caso hay que decir que las diferencias observadas pueden estar muy influidas por el pequeño tamaño muestral de ambos grupos.

Nuestro siguiente objetivo era analizar las diferencias en las puntuaciones del CPRD entre las gimnastas que habían conseguido mayores éxitos deportivos frente a aquellas otras que todavía no habían alcanzado estas metas. Se obtuvieron diferencias estadísticamente

significativas en dos de las subescalas del CPRD, de manera que las gimnastas de éxito tienen una mayor puntuación en Influencia en la Evaluación del Rendimiento, y que las gimnastas de “no-éxito” tienen una mayor puntuación en Motivación. Estos datos pueden indicar que las de mayor nivel competitivo tengan efectivamente más capacidad para analizar su rendimiento y su trabajo pero, sin embargo, es posible que hayan perdido motivación al haber conseguido ya grandes éxitos, mientras que el grupo “no-éxito” aun conserva una gran ilusión por subir a lo más alto de un podium nacional.

Nuestro último objetivo era contrastar si el trabajo con un psicólogo del deporte influye en las puntuaciones del CPRD. Tratamos de analizar si el trabajo con un especialista ayuda a mejorar las capacidades de las gimnastas, teniendo en cuenta que solo una parte de la muestra recibe apoyo psicológico. Efectivamente, las gimnastas con asesoramiento psicológico puntúan más alto en Control de Estrés (CE), Evaluación de Rendimiento (IER) y Habilidad Mental (HM), aunque estas diferencias son sólo significativas en el caso de IER. En cambio, la motivación fue significativamente más alta en el grupo que no tenía psicólogo.

A nuestro entender, la limitación principal de este trabajo es su limitado tamaño muestral. Esto fue debido a la dificultad para obtener la colaboración de más clubes, dado el carácter minoritario de este deporte. En cualquier caso, es nuestra intención continuar el trabajo

con la participación de clubes de otras zonas de España, lo cual permitiría disponer de una muestra más amplia con la que realizar un baremo comparativo para esta especialidad deportiva y analizar si las diferencias apuntadas en las diferentes comparaciones son consistentes.

## REFERENCIAS

- Aurrekoetxea, I. y Fernández, A. (1993). Captación de talentos. *Revista Kirola Ikertuz*, 6, 42-45.
- Campos, A., Pérez-Fabello, M. J., y Díaz, P. (2000). Gimnasia rítmica: la imagen mental de los novatos y expertos gimnastas. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 87-93.
- Díaz, J. (2003). *Psicología de los bolos*. Santander: Federación Cantabria de Bolos.
- Escorial, S. (2006). Características deseables para el arbitraje y el juicio deportivo en judo. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(1), 27-40.
- Fernández, A. (1996) *Gimnasia rítmica y deportiva: Aspectos y evolución*. Madrid: Esteban Sanz.
- Gimeno, F. (1999). *Variables psicológicas implicadas en el rendimiento deportivo: elaboración de un Cuestionario*. Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos de la Universidad Nacional de Educación a Distancia. Tesis doctoral no publicada.
- 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.
- Gimeno, F., Buceta, J. M., y Pérez-Llantada, M. C. (1999). 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: Dyckinson.
- Gimeno, F., Buceta, J. M., y Pérez-Llantada, M. C. (2001). El Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD): Características psicométricas. *Análisis Psicológico*, 1(XIX), 93-133.
- 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.
- Godoy-Izquierdo, D., Vélez, M., y Pradas, F. (2009). Nivel de dominio de las habilidades psicológicas en jóvenes jugadores de Tenis de Mesa, Bádminton y Fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 7-22.
- González, J. y Garcés de los Fayos, E. J. (2009). Plan de entrenamiento psicológico en el deporte de la petanca, la búsqueda del rendimiento grupal óptimo *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1) 87-104.

- González, J. A. y Romero, M. P. (2009). Intervención en gimnasia rítmica. *Actas del XII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, Jaen, España, 632-637.
- Jaenes, J. C. (2002). Entrenamiento psicológico aplicado al remo de competición. En J. Dosil (Ed.), *El psicólogo del deporte. Asesoramiento e intervención* (pp.183-204). Síntesis: Madrid.
- Jaenes, J. C. (2003). Entrenamiento psicológico para corredores de fondo y maratón. En S. Márquez (Coord.). *Psicología de la Actividad Física y del Deporte: Perspectiva Latina* (pp. 343-348). León: Universidad de León.
- Jaenes, J. C. (2009). Personalidad Resistente en deporte. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 2(3), 98-101.
- Jaenes, J. C. y Caracuel, J. C. (2001). Entrenamiento integral para el maratón: Una propuesta desde la perspectiva de campo. En Asociación Galega da Psicología do Deporte (Ed.), *Perspectivas de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte en el III Milenio* (pp. 355-359). Santiago de Compostela: Grafinova.
- Jaenes, J. C. y Caracuel, J. C. (2005). *Maratón: Preparación psicológica para el entrenamiento y la competición*. Córdoba: Almuzara.
- Jaenes, J. C., Godoy-Izquierdo, D., y Román, F. M. (2008). Elaboración y validación psicométrica de la Escala de Personalidad Resistente en Maratonianos (EPRM). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8, 59-81.
- Jaenes, J. C., Godoy-Izquierdo, D., y Román, F. M. (2009). Personalidad Resistente en maratonianos: un estudio sobre el control, compromiso y desafío en corredores y corredoras de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2) 217-234.
- López, I. (2007). *Evaluación y comparación de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento de futbolistas profesionales y no profesionales*. Diploma de Estudios Avanzados no publicada. Universidad de Cádiz, Cádiz, España.
- Mahamud, J., Tuero, C., y Márquez, S. (2005). Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación entre los requerimientos de los entrenadores y la percepción de los deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(2) 237-251.
- Mendizábal, S. (2001). *Fundamentos de la gimnasia rítmica: mitos y realidades*. Madrid: Gymnos.
- Mendoza, A., Izquierdo, J. M., Rodríguez, M. C., y Ruiz, J. C. (Coord.) (2007). *Habilidades psicológicas de los entrenadores de fútbol*. Sevilla: Wanceulen.
- Martínez, C. (1999). *Relaciones entre el clima motivacional, el bienestar psicológico y el rendimiento deportivo en gimnasia rítmica y gimnasia deportiva*. Tesis Doctoral no publicada. Universidad de Valencia, Valencia, España.
- Morilla, M. y Pérez Córdoba, E. (2008). *Entrenamiento de la atención y la concentración en el fútbol*. Sevilla: Wanceulen.
- Nunally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. Nueva York: McGraw-Hill.
- Olmedilla, A. (2005). *Factores psicológicos y*

*lesiones en futbolistas: un estudio correlacional.* Murcia: Quarderna.

Román, F. M. (2007). *Elaboración y validación psicométrica de la Escala de Personalidad Resistente en maratonianos.* Diploma de Estudios Avanzados no publicado. Universidad Pablo de Olavide, Sevilla, España.

Manuscrito recibido: 5/10/2009

Manuscrito aceptado: 19/12/2009

Ruiz Barquín, R. y Lorenzo, O. (2008). Características psicológicas en los jugadores de pádel de alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*, 3(2), 183-200.

Sosa, P. I., Jaenes, J. C., Godoy-Izquierdo, D., y Oliver, J. (2009a). *Variables psicológicas en el deporte.* Sevilla: Wanceulen.

Sosa, P. I., Jaenes, J. C., Godoy-Izquierdo, D., y Oliver, J. F. (2009b). Variables de motivación en jóvenes deportistas de balonmano y judo. *Actas del XII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, Jaén, España, 517-525.

Sosa, P. I., Jaenes, J. C., Godoy-Izquierdo, D., y Oliver, J. F. (2009c). Ansiedad precompetitiva y estrés en jóvenes balonmanistas y judocas. *Actas del XII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, Jaén, España, 563-572.

