

Estudio comparativo sobre psicología familiar en deportistas de natación

Comparative study on family psychology in swimming athletes

Estudo comparativo sobre psicologia familiar em atletas de natação

Mr. C. Sara Noemi Zapata-Moreira, <https://orcid.org/0000-0002-4985-1768>

sara.zapata@utelvt.edu.ec

Universidad Técnica “Luis Vargas Torres” de Esmeraldas, Ecuador

Recibido: octubre/2021

Aceptado: diciembre/2021

Resumen

El objetivo de la investigación es realizar un estudio comparativo sobre psicología familiar en deportistas de natación. Existen problemáticas no resueltas en la vida deportiva de los nadadores, una de ellas es el pobre reconocimiento de la psicología familiar. Entre los antecedentes fundamentales encontrados de estudios comparativos están: Arés (2013) y Ricardo (2014); sus aportes constituyen fundamentos básicos para la intervención; sin embargo, se detectaron ciertas carencias relacionadas con la motivación, actitud, valores humanos, ética profesional, abordaje de la comunicación y el grado de comprensión e influencia. Estas áreas dan lugar a una mirada novedosa y un abordaje científico a temas poco estudiados como la psicología familiar deportiva. Para la investigación se emplearon métodos como el: analítico–sintético, inductivo–deductivo, hipotético–deductivo. Para la validación de los resultados se estructuró un cuasiexperimento, desde la conformación de un grupo control y otro experimental. El estudio valida la importancia del psicólogo deportivo y en especial su intervención en el área familiar, como elemento básico para el logro competitivo. Muestra además las ventajas en el rendimiento y la comprensión familiar que otorga el tratamiento psicológico. El grupo control denota carencias que pudieron corregirse con la ayuda del psicólogo. Por otro lado, la intervención realizada logra una participación positiva de la familia. Con el conocimiento derivado del estudio, se solventan las necesidades existentes y se convierte a la familia en agente movilizador.

Palabras clave: Estudio comparativo, psicología familiar, Natación, psicología deportiva.

Abstract

The objective of the research is to carry out a comparative study on family psychology in swimming athletes. There are unresolved problems in the sports life of swimmers, one of them is the poor recognition of family psychology. Among the fundamental antecedents found in comparative studies are: Ares (2013) and Ricardo (2014); their contributions constitute basic foundations for the intervention; however, certain shortcomings related to motivation, attitude, human values, professional ethics, communication approach and

the degree of understanding and influence were detected. These areas give rise to a novel look and a scientific approach to little studied topics such as sports family psychology. For the investigation, methods such as: analytical-synthetic, inductive-deductive, hypothetical-deductive were used. For the validation of the results, a quasi-experiment was structured, from the conformation of a control group and an experimental one. The study validates the importance of the sports psychologist and especially his intervention in the family area, as a basic element for competitive achievement. It also shows the advantages in performance and family understanding that psychological treatment provides. The control group denotes deficiencies that could be corrected with the help of the psychologist. On the other hand, the intervention carried out achieves a positive participation of the family. With the knowledge derived from the study, the existing needs are solved and the family becomes a mobilizing agent.

Keywords: Comparative study; Family psychology; Athletes; Swimming.

Resumo

O objetivo da pesquisa é realizar um estudo comparativo sobre a psicologia familiar em atletas de natação. Existem problemas não resolvidos na vida esportiva dos nadadores, um deles é o pouco reconhecimento da psicologia familiar. Entre os antecedentes fundamentais encontrados nos estudos comparativos estão: Ares (2013) e Ricardo (2014); suas contribuições constituem fundamentos básicos para a intervenção; no entanto, foram detectadas algumas deficiências relacionadas à motivação, atitude, valores humanos, ética profissional, abordagem de comunicação e grau de compreensão e influência. Estas áreas dão origem a um olhar inovador e a uma abordagem científica de temas pouco estudados como a psicologia da família desportiva. Para a investigação, foram utilizados métodos como: analítico-sintético, indutivo-dedutivo, hipotético-dedutivo. Para a validação dos resultados, foi estruturado um quase-experimento, a partir da conformação de um grupo controle e um experimental. O estudo valida a importância do psicólogo do esporte e sobretudo a sua intervenção na área familiar, como elemento básico para a realização competitiva. Mostra também as vantagens de desempenho e compreensão familiar que o tratamento psicológico proporciona. O grupo controle denota deficiências que poderiam ser corrigidas com a ajuda do psicólogo. Por outro lado, a intervenção realizada alcança uma participação positiva da família. Com o conhecimento derivado do estudo, as necessidades existentes são sanadas e a família torna-se um agente mobilizador.

Palavras-chave: Estudo comparativo, psicologia da família, natação, psicologia do esporte.

Introducción

El deporte ocupa un lugar importante en la vida de la sociedad moderna: asegura un desarrollo físico armónico del hombre y también contribuye a la educación de sus cualidades moral-volitivas. El hombre es un agente activo de la actividad deportiva. La tarea más importante de la psicología es el estudio a las particularidades psicológicas de la personalidad del deportista: tanto las generales (dictadas por los rasgos psicológicos de la actividad deportiva en su conjunto), como las específicas; dependientes del tipo de deporte en el que se especializa el sujeto. Todas esas particularidades mencionadas de la Psicología del Deporte están orgánicamente

vinculadas entre sí, puesto que es una rama especial de la Ciencia Psicológica, cuyo objeto de estudio son los elementos específicos de la actividad deportiva en sus diversas disciplinas y el comportamiento psicológico de la personalidad del deportista.

La natación es uno de los deportes que pueden practicar la mayoría de las personas sin tener en cuenta la edad ya que dentro del agua se tiene un bajo impacto sobre las distintas partes del cuerpo; lo que reduce al máximo la tensión de los huesos y las articulaciones.

Obsérvese la carrera; cuya práctica tiene un fuerte impacto sobre las articulaciones (en especial los tobillos y las rodillas) debido al propio peso y la fuerza de gravedad. Sin embargo, dentro del agua esto no sucede ya que la gravedad es distinta.

Estudios realizados por Morilla *et. al.* (2013) abarcan las condiciones de los deportistas, entrenadores y espectadores; el comportamiento de la forma en que lo hacen; así como la mutua influencia entre actividad física, participación en el deporte y el bienestar psicofísico; la salud y el desarrollo personal.

Los principales aspectos analizados son: la concentración, la atención, la motivación, la autoconfianza y el cómo sobrellevar la presión en los eventos deportivos. Relacionado con lo anterior: los deportistas necesitan estar atentos a su actividad, sobre todo los de élite y alto rendimiento. Las distracciones pueden pasar factura en el peor momento. Sin embargo, existen áreas importantes como: motivación, actitud, valores humanos y ética profesional en las que no se ha profundizado suficiente. (Coral; Rubio; Burbano; 2017)

El trabajo del psicólogo se realiza a través de una evaluación y diagnóstico para determinar en qué áreas el deportista necesita la ayuda. La investigación realizada por Arés (2013) abarca:

1. El autoconocimiento: Consiste en aprender sobre uno mismo; cómo se reacciona ante determinadas situaciones y por qué; en qué momentos se siente más seguro y en cuáles menos; qué es lo que le lleva a desconcentrarse y qué estrategias puede poner en marcha para solucionarlo.
2. La Relajación: Aspecto importante para mantener la atención y no desconcentrarse en los momentos cruciales. Resulta vital que los deportistas aprendan a relajarse tanto física como psicológicamente de forma que la presión

no se acumule y termine causando problemas, como lesiones, insomnio o desconcentración.

3. La Visualización. Es una técnica que ayuda a representar las metas y objetivos y el camino a recorrer para conseguirlos. Gracias a ella se ejercita la motivación, la concentración y la confianza de forma que todas las variables psicológicas estén alineadas con el objetivo a conseguir y los pasos que hay que dar para alcanzarlos (p.34).

A partir de aquí se establece una planificación de la intervención a realizar y se plantean qué herramientas se van a utilizar. Barrios y Yáñez (2007) explican que existen distintos motivos por los que los deportistas acuden al psicólogo: “muchas veces es por una cuestión de falta de confianza”: han sufrido una lesión y les cuesta recuperarse después. Otras veces es porque “llevan mucho tiempo entrenando, y quieren conseguir ese plus que te puede dar la mente”. (p.1)

Si bien la figura del psicólogo deportivo cada vez es más habitual, aún no está presente de forma generalizada en el campo de los deportistas de élite porque “muchas veces los entrenadores no comprenden del todo su papel y los ven incluso como un desafío a su autoridad” (p.14).

Entre los deportistas aficionados, sobre los que hay menos presión a la hora de practicar deporte, la terapia con psicólogos deportivos es mucho menos común porque en general no es necesaria. En el aspecto más pragmático, Stambulova (2020) explica que los psicólogos del deporte ayudan a los deportistas a “manejar y controlar las variables psicológicas que intervienen en la práctica de sus respectivas disciplinas” (p.3)

Una característica común a estos grupos de deportistas es la alta práctica deliberada (de 2 a 6 horas diarias y de 5 a 7 días a la semana en función del deporte) que dedican a su actividad deportiva (Ruiz, Sánchez, Durán y Jiménez, 2017). La labor del psicólogo vendrá marcada en función de la edad y nivel de competición de los deportistas, ya que cada “momento evolutivo” y “situación deportiva” requerirá cubrir unos objetivos concretos en un tiempo determinado. En estas etapas de formación de deportistas, resulta fundamental el desarrollo de todas las cualidades necesarias (física, técnico-táctica y psicológica) para la futura alta competición (García, 2009, p.56). Esto debe de suponer una minuciosa planificación de este trabajo, a la vez que

una continuidad en el tiempo. Esta práctica racional y coherente, junto con el seguimiento de los aspectos psicológicos que acompañan e inciden en un correcto desarrollo del deportista (personalidad, habilidades psicológicas, hábitos saludables) contemplan el fomento de la salud y la calidad de vida del joven, así como el análisis, estudio y valoración de acontecimientos que son relevantes en el deporte, colegio, familia, amistades y que aportan tanto en su vertiente deportiva como humana.

La familia es un elemento activo, nunca permanece estacionaria, sino que pasa de una forma inferior a otra superior, de igual manera que la sociedad evoluciona de un estadio a otro. La familia es un producto del sistema social y refleja su cultura. En las diferentes épocas históricas han existido diversas formas de organización familiar:

- Familia consanguínea: Es la primera forma de unión entre hombres y mujeres. No existía el matrimonio, la relación estaba basada en la necesidad sexual, por lo que no constituían parejas. Se desconocen los padres, los hermanos y se producen relaciones entre hermanos, padres e hijos.
- Familia punalúa: Tiene lugar en la época del salvajismo. El matrimonio era por grupos, las relaciones sexuales eran limitadas a los miembros de la tribu, existía además un compañero íntimo.
- Familia sindiásmica: Existe una pareja, aunque débil que permite tanto al hombre como a la mujer tener relaciones con otros miembros de la comunidad.
- Familia monogámica: Surge del matrimonio del mismo nombre en la época de la civilización producto de la aparición de la propiedad privada y la necesidad de conocer exactamente la paternidad con el fin de transmitir los bienes de herencia. (Wylleman, 2020, p.23)

La psicología familiar, es la que se encarga de analizar y tratar de resolver esos conflictos que se plantean en el grupo familiar. Tal y como se resalta, se estudian las familias como sistemas y se analizan los comportamientos, patrones de comunicación y respuestas emocionales entre los miembros del grupo familiar. Por ello, este tipo de terapia familiar puede ayudar en casos de divorcio, problemas de pareja, muerte de un miembro de la familia, además de otros muchos supuestos ligados al ámbito familiar. (Wylleman, 2020, p.45)

Es importante señalar que la terapia en familia se ocupa de resolver los principales obstáculos que suelen darse en este tipo de relaciones:

- Diversidad: No todas las familias son iguales.
- Privacidad: En las familias se guardan muchos secretos complicados de sacar a la luz. (Según psicólogos, temas como los malos tratos o los abusos son difíciles de sacar).
- Cambio: Una familia cambia mucho a lo largo del tiempo por lo que es preciso analizar el desarrollo que ha tenido para llegar a la situación actual.
- Pertenencia: Las familias generan un fuerte sentimiento de pertenencia.

Es un requerimiento del deporte “profundizar en la influencia que ejerce la familia sobre el atleta; la necesidad de desarrollar enfoques para el abordaje del problema y perfeccionar las vías de intervención” para convertir esa influencia en un factor de perfeccionamiento deportivo y desarrollo personal. (Zaldivar, 2013, p. 62).

El estudio que se presenta se realizó con nadadores tomando en cuenta el “dinamismo, responsabilidad, cultura, sociabilidad e inteligencia como características generales del perfil de personalidad del nadador”. Las observaciones realizadas en el deporte desde la psicología han detectado “conformismo, inconstancia y falta de profundidad personal. El nadador necesita de una gran motivación para levantarse a horas tempranas, antes de que amanezca. Meterse al agua con frío y sueño”. Luego ir al colegio o universidad y entrenar nuevamente en las tardes. A eso súmenle que estos deportistas pasan muchas horas nadando solos con sus pensamientos, sensaciones y preocupaciones. Además de “los sacrificios que hacen por su carrera: dormirse temprano y dejar de salir con amigos los fines de semana”. Cantón (2009)

La familia es una necesidad psicológica en cualquier etapa de la vida, pues ofrece ayuda, protección y satisfacción desde el punto de vista emocional. Cumple también un papel en la formación de valores y patrones de comportamiento, durante la niñez y la adolescencia (Arés, 2013, p. 89).

La familia según declara Stambulova (2020) es un “sistema abierto que interactúa de manera permanente con todos los subsistemas que conforman la sociedad y de los cuales se retroalimenta” (p.31). Es parte indisoluble de la sociedad a la cual pertenece y es tributaria de sus valores y problemas. La familia del atleta, puede estar formada de diversas formas, poseer una dinámica funcional o disfuncional, o incluso constituir una familia “problema”. Resulta conveniente establecer diferenciación entre la

familia que integran los padres, abuelos, hermanos (consanguinidad), de aquella otra que conforma el propio atleta (cónyuge, hijos).

A partir de los aspectos mencionados se plantea el siguiente problema científico: ¿cómo favorecer al desarrollo deportivo de los nadadores desde la psicología familiar?

El objetivo de la investigación es realizar un estudio comparativo sobre psicología familiar en deportistas de natación.

Muestra y metodología

Para la realización de la investigación se escogió una población y muestra intencional de 10 nadadores: 4 hembras y 6 varones y sus respectivas familias. Los escogidos pertenecen al territorio de Esmeralda, Ecuador. La intencionalidad de la muestra se realizó bajo las condiciones:

- Poseer como mínimo 2 años de experiencia en el entrenamiento de natación.
- Disposición de participar en la investigación.

Los métodos y técnicas de investigación científica utilizados en el presente estudio fueron:

- Analítico–sintético: se utilizó durante todo el proceso de consulta de la literatura científica sobre el tema; en el estudio de las temáticas abordadas como parte del marco teórico para determinar sus particularidades, descubrir sus relaciones y características generales, así como en el análisis de los resultados obtenidos en el proceso de investigación. Facilitó además la delimitación, comprensión e integración de los fundamentos que se revelan en el proceso investigativo y se sintetizan en la propuesta.
- Inductivo–deductivo: permitió trabajar en el nivel de lo pensado para llevarlo a lo concreto; con los referentes y fundamentos inferidos del estudio teórico, formular los nuevos juicios y generalizaciones que se sintetizan a lo largo de la investigación, según la lógica de las tareas planificadas.
- Hipotético-deductivo: para el establecimiento de la hipótesis como posible solución al problema que se investiga, la cual resultó el punto de partida para nuevas deducciones, conclusiones y predicciones empíricas que a su vez fueron sometidas a verificación.

- Análisis de documentos: se realiza con el objetivo de valorar los documentos que norman la formación de los deportistas, así como el tratamiento que se le ha dado en el programa de enseñanza.
- Entrevista: permitió obtener diferentes consideraciones de los elementos investigados.
- Encuesta: utilizada para determinar el conocimiento que poseen los familiares sobre los indicadores.
- Observación: se utiliza para constatar el estado que presenta el desarrollo de las habilidades.
- Escala valorativa: se realiza con el objetivo de obtener una valoración correcta.
- Cuasiexperimento: para comprobar la factibilidad de la investigación
- Del nivel estadístico–matemático: se emplean para procesar los datos primarios, la distribución empírica de frecuencias y su correspondiente distribución porcentual, la prueba no paramétrica de rangos señalados de Wilcoxon, en función de determinar la significación estadística entre los resultados de la preprueba y postprueba. Los datos se procesaron mediante el software SPSS para Windows versión 17.0.

Resultados

Se considera que la influencia de la familia (un componente de naturaleza interpersonal) repercute sobre el componente intra-personal, que es quien permite emprender y ejecutar las acciones del sujeto. Esas influencias pueden repercutir de forma positiva o negativa sobre el funcionamiento cognitivo, el estado de ánimo y/o el comportamiento del atleta.

La investigación muestra que una influencia familiar adecuada podría convertirse en motivación, seguridad, vigor, persistencia; o podría transformarse en dificultades en la concentración de la atención, estados emocionales negativos, dificultades en las relaciones interpersonales, disminución de la motivación por el entrenamiento, alteraciones en la autoestima, sensibilidad a fracasos, barreras psicológicas, problemas disciplinarios y deserción, entre otros.

Resulta conveniente diferenciar los problemas materiales u objetivos, de aquellos de carácter subjetivo, percibidos por el atleta como preocupaciones y/o exigencias por parte de su familia. Los principales problemas familiares identificados que pueden afectar a una persona se muestran a continuación en la tabla 1:

Tabla no. 1 definición de supuestos problemas del ámbito familiar que pudieran afectar a un individuo

No	Aspectos
1	Carencia de padres por abandono o no reconocimiento
2	Carencias afectivas de comunicación o de armonía familiar
3	Carencias culturales o sociales
4	Crisis por desmembramiento o desmoralización
5	Crisis por existencia de un miembro alcohólico, drogadicto, delincuente, enfermo mental o en estado terminal dentro de la familia
6	Violencia intrafamiliar
7	Problemas de salud, laboral o académico de algún miembro
8	Actitudes inadecuadas de padres (sobrepotección, rechazo, intolerancia, exceso de autoridad, perfeccionismo)
9	Conflictos familia-comunidad y/o crisis con su pareja

Fuente: Elaboración propia

Otros problemas identificados en la muestra estudiada de naturaleza familiar no resultan predecibles ni resultado de su funcionamiento interno, sino del carácter imprevisible de ciertos acontecimientos vitales, cuya repercusión estará determinada por su naturaleza, el significado y el grado de control que posea tanto la familia como el atleta.

Al identificar cuáles personas, dentro o fuera de la familia mantienen fuertes vínculos afectivos con el atleta aparecen personas cercanas e importantes que integran su "red psicológica" y que por tanto ejercen influencia desde el punto de vista emocional y de control conductual. Éstas son las llamadas figuras afectivas o de control y proporcionan una poderosa vía de influencia que puede movilizarse en determinadas circunstancias difíciles de la vida en el deporte.

Para el análisis de la relación atleta-familia en condiciones deportivas de terreno, se plantea como enfoque conceptual la motivación, la actitud, los valores humanos, la ética profesional el abordaje de la comunicación y la profundización en el grado de comprensión e influencia mutuas. Para lograrlo, se realizó una entrevista al atleta, visitas a la familia y un seguimiento sistemático del asunto, siempre desde una perspectiva de respeto y privacidad. La tabla no. 2 ilustra los principales resultados observados:

Tabla no. 2 Resultados del análisis a la relación atleta-familia

No	Aspectos	Observaciones
1	Motivación	El trabajo de intervención debe amplificar la dimensión "influencia positiva" y replantear factores que limitan el despliegue de las potencialidades de rendimiento o formativas del atleta.
2	Actitud	Las vías principales son la acción institucional, la acción psicológica sobre la familia y la orientación al atleta.
3	Valores humanos	Se consideran de mucho valor para algunas familias y para otras no.
4	Ética profesional	Éste aspecto se considera deficiente en casi todas las familias estudiadas
5	Abordaje de la comunicación y el grado de comprensión e influencia mutuas	La comunicación y la valoración acerca del desempeño deportivo; contribuye a la solución de los problemas de la familia y al desempeño deportivo del atleta.

Fuente: Elaboración Propia

Resultados del cuasiexperimento

- Problema: insuficiencias en la psicología familiar
- Hipótesis: el perfeccionamiento de la psicología familiar propiciará un mejor rendimiento deportivo.
- Variable independiente: el empleo de la psicología familiar
- Variable dependiente: la aplicación de diferentes recursos.
- Variables controladas: condiciones del hogar, condiciones ambientales, horario.
- Población y muestra: estuvo conformada por 10 deportistas y sus respectivas familias. El grupo control lo integraron 6 deportistas y el grupo experimental 4. Los participantes fueron divididos aleatoriamente en dos grupos: uno que era atendido por un psicólogo y otro que no, por el mismo intervalo de tiempo. Esta selección se realizó teniendo como único parámetro la cantidad de personas. Se aplicó un diagnóstico inicial para demostrar la homogeneidad de los grupos.

Las sesiones se realizaron con una frecuencia de dos veces semanales, con una duración de 40 minutos cada una. Se aplicó la entrevista estructurada, con la que se

obtuvieron los datos generales para la caracterización y el diagnóstico tanto de los integrantes del grupo control como los del grupo experimental y los datos específicos. El análisis realizado tuvo como objetivo comparar las puntuaciones obtenidas según las familias de estudio en la escala completa. Como se muestra en la tabla 1, se observó una diferencia significativa entre las medias obtenidas para los grupos de primer y quinto año en la escala completa. Las puntuaciones promedio fueron superiores en el primer grupo. La figura 3 permite observar estas diferencias:

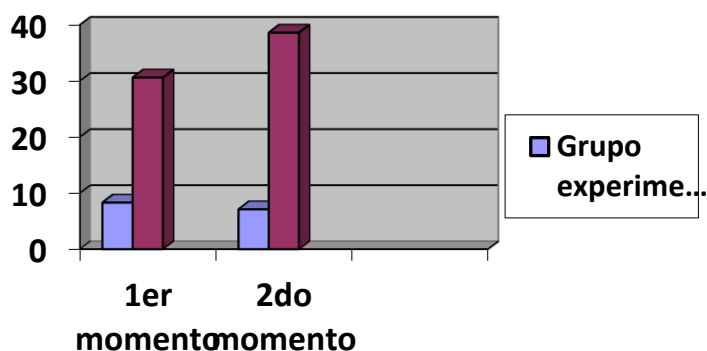
Tabla No. 3. Diferencias derivas del cuasiexperimento

No	Aspectos	Grupo experimental	Grupo control
1	Motivación	8	6
2	Actitud	7	7
3	Valores humanos	8	7
4	Ética profesional	8	7
5	Abordaje de la comunicación y el grado de comprensión e influencia mutuas	7	6.5

Fuente: Elaboración Propia

Como puede apreciarse en la tabla anterior, las diferencias existentes entre los grupos: experimental (Media= 8,31) y control (Media= 7,11); resultaron estadísticamente diferentes. A continuación la gráfica No. 1 ilustra los resultados luego de aplicada la propuesta:

Gráfica No. 1. Resultados luego de aplicada la propuesta



Fuente: Elaboración Propia

Los resultados obtenidos se centran en:

- La modificación en la percepción de los problemas.
- La valoración de diferentes alternativas de enfrentamiento.
- La capacidad de arribar a decisiones y soluciones del atleta: comprometiéndose con ellas dispuesto a asumir sus consecuencias.

- La prevención de conflictos que alteraban el curso de su estabilidad emocional.
- La alcance de una efectiva integración y satisfacción emocional de la familia.
- La elevación del grado de control sobre las situaciones existentes.

Para el análisis de la relación atleta-familia en condiciones deportivas de terreno se plantea, como enfoque conceptual, el abordaje de la comunicación en ambas direcciones y la profundización en el grado de comprensión e influencia mutuas. Para lograrlo, se realizó entrevista al atleta, visitas a la familia y un seguimiento sistemático del asunto, siempre desde una perspectiva de absoluto respeto y privacidad.

En la entrevista con el atleta se abordan las condiciones de vida: el clima familiar (tradiciones, modos de solucionar los conflictos...); comunicación, principales vínculos afectivos; cómo valora la familia su desempeño deportivo; problemáticas y exigencias que ésta le plantea; cómo pudiera el atleta ayudar a su familia y cómo pudiera ésta ayudarlo en su preparación.

En la visita a la familia se abordan las principales problemáticas que se presentan: la comunicación; la valoración acerca del desempeño deportivo; cómo pudiera el atleta contribuir a la solución de los problemas de la familia; cómo pudiera la familia contribuir al desempeño deportivo del atleta; el vínculo de la familia con el entrenador, los dirigentes y la institución.

Discusión

La investigación revela que la acción psicológica familiar puede ejercerse desde diferentes niveles y perseguir diversos objetivos, pero no debe circunscribirse al aspecto material, pues la atención humana resulta imprescindible. Se debe fomentar la vinculación con la familia mediante invitaciones para participar en entrenamientos y competencias, visitas al hogar y otras actividades, con una adecuada definición de objetivos. En estas acciones realizadas, la participación del entrenador resultó importante y los encuentros permitieron ejercer influencia psicológica directa.

La acción psicológica sobre la familia cumplió diferentes propósitos, pero el más importante es la modulación de la influencia que ésta ejerce sobre el atleta. Los objetivos alcanzados a través de la orientación y el entendimiento mutuos son: comprensión y apoyo, planteamiento adecuado de los problemas de ésta al atleta, el

reforzamiento de comportamientos y actitudes acordes a los requerimientos de la preparación deportiva y el desarrollo personal. La familia contribuyó en problemáticas como la higiene y la alimentación, la observancia de un régimen adecuado de descanso y la prevención y/o rehabilitación de lesiones. El entrenador y el personal médico fueron también factores importantes.

La orientación psicológica ayudó además al atleta a apropiarse de los recursos para enfrentar de manera satisfactoria las complejidades que presenta la actividad que realiza, el enfrentamiento a la vida y la problemática familiar. Según el criterio de la autora, es la forma más eficaz de intervención porque cuenta con la ventaja de reforzar el papel activo del sujeto, haciéndolo depender menos de acciones donde se posee menor grado de control.

En este trabajo se concluye que entre las dos muestras estudiadas las diferencias son significativas en los estilos educativos: sobreprotección, autculpabilización, estilo punitivo e inhibicionista, con puntuaciones medias superiores a las familias del grupo experimental. Al relacionar dichos estilos con las variables descritas, se encuentra que el nivel de apoyo psicológico determina diferencias significativas en el modo de rendimiento deportivo.

A partir de lo descrito se observa que el psicólogo del deporte asume labores de psicología familiar y social, pues el deporte es también una actividad social. El deportista no es un ente aislado, se desenvuelve en grupos humanos, donde se establece comunicación, se asumen diferentes actitudes y se cumplen determinados roles.

Las propuesta de Barrios y Yáñez (2007) y Arés (2013) tratan ciertos trastornos como la ansiedad-estrés, trastorno obsesivo-compulsivo, que pueden ir asociados a las demandas deportivas en el alto rendimiento (máxima exigencia, estricta disciplina deportiva), y la solución requiere conocer en profundidad el contexto en que se desenvuelve; estar presente en ese momento de la temporada en el que se produce (inmediatez); valorar si interfiere o no en la actividad y en su vida personal. No obstante, resulta imprescindible realizar estudios desde la óptica abordada en esta investigación.

Los aspectos evaluados: motivación, actitud, valores humanos, ética profesional, abordaje de la comunicación y el grado de comprensión e influencia mutuas

constituye una mirada novedosa y un abordaje científico a temas poco estudiados desde la psicología familiar deportiva.

Es muy importante realizar estudios posteriores sobre la orientación de las relaciones sociales que se establecen en los diferentes equipos deportivos, el liderazgo formal e informal y su dinámica, la adecuación de la estructura formal que se exige a las necesidades de estos grupos para su mejor funcionamiento. Esto se hace mucho más importante en los deportes cuyas acciones se desenvuelven en grupos como es el caso de los deportes de juegos con pelotas y donde las relaciones sociales en muchas ocasiones son determinantes en el rendimiento de un colectivo; por ello se acometen estudios de cohesión grupal y nivel de desarrollo del grupo entre otros trabajos correspondientes a esta esfera de trabajo.

Conclusiones

1. La familia constituye un importante factor de influencia sobre el estado psicológico del atleta, y puede incidir de manera positiva o negativa sobre el aprovechamiento del proceso formativo y de preparación deportiva. Es un elemento que no se puede ignorar, por el contrario, es necesario aprovechar y potenciar.
2. La intervención realizada para lograr la influencia positiva de la familia cumple un papel de primer orden. A partir del conocimiento obtenido mediante métodos científicos y con un criterio amplio desde el punto de vista humano, se fundamentan las necesidades existentes y se convierte a la familia en agente movilizador de todos los factores participantes.
3. El estudio comparativo realizado muestra las ventajas en el rendimiento y la comprensión familiar que otorga el tratamiento psicológico. El grupo control denota carencias que pudieron corregirse con la ayuda del psicólogo.

Referencias bibliográficas

1. Arés, P. (2013). La familia. Fundamentos básicos para su estudio e intervención. Psicología Selección de textos. Félix Varela.
2. Barrios-Duarte R. y Yáñez Rivera, A. (2007). La interacción atleta-familia en el deporte: enfoques para su estudio e intervención. Revista Ef deportes, Buenos Aires - Año 12 - N° 114 - Noviembre de 2007

<https://www.efdeportes.com/efd114/la-interaccion-atleta-familia-en-el-deporte.htm>

3. Coral Apolo G.; Rubio Villalba T.; Burbano Benavides M. (2017). Diferencias biomecánicas en natación utilitaria: estudio en deportistas principiantes y de alto rendimiento. *Rev Cubana Invest Bioméd* vol.36 no.2 La Habana abr.-jun. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200017
4. Cantón Chirivella, E. (2009). Intervención psicológica con un nadador de medio acuático abierto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, vol. 9, núm. 2, julio-diciembre, 2009, pp. 57-65. Universidad de Murcia, España <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227014931005>
5. García-Naveira (2009). Diferencias individuales en Estilos de Personalidad y rendimiento en deportistas. (Tesis doctoral inédita). Universidad Complutense de Madrid.
6. Morilla, M., Pérez, E., Gamito, J., Gómez, M., Sánchez, J. y Valiente, M. (2013). Planificación psicológica de la cantera del Sevilla F.C. S.A.D.: organización, funcionamiento y programa deportivo-formativo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 3 (2), 17-30.
7. Ricardo De la Vega M. (2014). ¿Cómo perciben los entrenadores de fútbol el rol del psicólogo del deporte?: un estudio comparativo. *Cuadernos de Psicología del Deporte* Vol. 14 Núm. 2 <https://revistas.um.es/cpd/article/view/199221>
8. Ruiz, M.; Sánchez, A.; Durán, H. y Jiménez, M. (2017). Habilidades psicológicas de los entrenadores de fútbol. Wanceulen.
9. Stambulova, N. (2020). Athlete's Crises: A Developmental Perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 51-60.
10. Wylleman, P. (2020). Interpersonal Relationship in Sport: Uncharted Territory in Sport Psychology Research. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 555-72.

11. Zaldivar, D. (2013). Las relaciones interpersonales. Revista Psicología Selección de Textos (pp.60-65).

Declaración de Contribución

La autora garantiza que la presente investigación y su redacción no responde a ningún conflicto de interés y que es un artículo inédito.