



“Perfil psicológico relacionado con promedio de gol en jugadoras de Futsal femenino de primera división.”

Alumna: Guadalupe Luján Melli

Título a obtener: Licenciatura en Educación Física y Deportes

Facultad de Motricidad Humana y Deportes

Fecha de presentación: Diciembre 2021.

Índice

Resumen	4
Título.....	6
Justificación.....	6
Planteo del problema.....	8
Objetivo general.....	9
Objetivo específico.....	9
Marco teórico.....	10
Rol de la mujer a nivel macrosocial.....	10
Rol de la mujer a nivel deportivo.....	11
Fútbol.....	15
Futsal.....	18
Futsal femenino.....	19
Rendimiento deportivo medido en promedio de gol.....	20
Psicología del deporte.....	21
Perfil psicológico femenino	22
Características psicológicas del Futsal femenino.....	23
Optimismo y pesimismo disposicional.....	24
Abordaje metodológico.....	26
Diseño metodológico.....	26
Población, muestra, técnica de muestreo	26
Análisis e interpretación del material relevado.....	29

Conclusiones.....	32
Bibliografía.....	33
Anexo.....	35

RESUMEN

El presente trabajo se propone abordar la relación entre el perfil psicológico, medido en el nivel de optimismo, y el rendimiento, teniendo en cuenta el promedio de gol por temporada. El estudio está compuesto por 25 futbolistas mujeres de entre 18 y 30 años de edad que compiten en la primera división del torneo de Futsal femenino de la organizado por la Asociación del Fútbol argentino (AFA).

Si bien las investigaciones sobre la relación entre el optimismo y el éxito deportivo son escasas, éste se presenta como una variable importante a estudiar para comprender las características asociadas al rendimiento de un deportista.

Centrándonos en el Futsal femenino, no existen hasta el momento estudios de investigación que concluyan acerca de la importancia de lo mencionando anteriormente. Es un deporte amateur, aún en su máxima categoría. Considerando esta cuestión se abordó el tema, realizando un recorrido desde el inicio de este deporte, haciendo un paralelismo con el futbol de campo femenino, que logró la semi-profesionalización en 2019. A su vez, se analizaron cuestiones de género en el ámbito deportivo.

Viendo que jugadoras que poseen buena técnica, a la hora de definir no logran convertir, se utilizó una variable medible dentro del perfil psicológico, el “optimismo disposicional” (Scheier y Carver, 1985) que se resume como un rasgo de personalidad que se relaciona significativamente con el empleo de estrategias positivas, y se lo analiza con el promedio de gol.

El presente trabajo se apoya sobre la psicología deportiva. El objetivo general será establecer la relación que poseen ambas variables, para determinar si es el nivel de optimismo es un aspecto fundamental a la hora de convertir.

La metodología utilizada es el test de optimismo “Lot R” el cual se le realizó a 25 jugadoras y cuyo resultado será relacionado con el promedio de gol que hayan obtenido en la temporada 2019.

Una vez obtenidos los resultados se analizan, se discuten y se concluye acerca de la relación entre las variables.

Palabras claves: psicología deportiva, Futsal femenino, perfil psicológico, optimismo/pesimismo disposicional, rendimiento deportivo, promedio de gol.

TITULO

Perfil psicológico relacionado con promedio de gol en jugadoras de futsal femenino de primera división.

JUSTIFICACIÓN

En los últimos años la psicología del deporte fue ganando terreno debido a la importancia de comprender qué les sucede a los deportistas internamente, relacionado a sí mismo y al medio exterior, por fuera y durante la competencia con el fin de potenciar el máximo rendimiento deportivo. Por tanto, es el estudio del efecto de los factores psíquicos y emocionales sobre el rendimiento deportivo y el resultado de la participación en un deporte.

El futsal es un deporte de equipo, dinámico. La idea del juego es adoptar una táctica de rotación constante. El movimiento se realiza de forma intensa durante todo el partido, por este motivo los cambios son ilimitados.

El momento de juego requiere una concentración elevada, ya que toda acción debe ser coordinada por todos los miembros del equipo para lograr generar una situación de gol y convertir. Al momento de marcar un gol se ponen en juego diversas cuestiones: psíquicas (optimismo, frustraciones, presiones) y físicas del jugador (técnica, habilidad, entrenamiento, etc). Ha sucedido que jugadores que no poseen una elevada habilidad, tienen una efectividad muy alta al momento de convertir en relación a otros jugadores que poseen una habilidad mayor. Es por esto que surge lo denominado “optimismo de gol”. Aquí entra en juego un aspecto de la psicología, el “optimismo disposicional”, que es el que mediremos en este trabajo, con el fin de relacionarlo con el promedio de gol que hayan obtenido las jugadoras al final de la temporada 2019. El promedio de gol será tomado como un aspecto medible del rendimiento deportivo.

El fútbol femenino en el año 2019, a causa de un reclamo de la futbolista Macarena Sanchez, adquirió carácter “profesional”. Los medios lo caratulaban de esta forma, mientras que diferentes clubes y jugadoras alzaron la voz debido a las irregularidades presentes en el torneo, ahora re caratulado como “semi profesional”. La lucha por los derechos de las mujeres dentro del futbol tomó visibilidad los últimos años, debido a que el futbol en Argentina es considerado socialmente, un espacio instruido para los hombres. Por su parte, el futsal femenino sigue relegado al amateurismo.

Hoy en día, año 2021, el futbol femenino continua siendo catalogado como “semi profesional”.

Si bien el fútbol y el fútbol femenino están en pleno auge de crecimiento debido a las movilizaciones feministas, aún carecen de trabajos de campo e investigación propios. Es por esto que el deporte elegido es fútbol femenino, para promover el crecimiento desde un área que aún carece de desarrollo.

Una vez realizados los tests a las jugadoras, se podrá establecer qué tipo de relación posee el “optimismo disposicional” con el rendimiento deportivo. Esto es un aporte de valor, ya que al obtener los resultados se conocerá sobre qué aspectos trabajar en los entrenamientos y poder planificarlos para potenciar el rendimiento deportivo individual y obtener mejores resultados a nivel grupal, con el objetivo de convertir mayor cantidad de goles por partido.

Considerando que se analiza puntualmente una temporada de fútbol femenino, con sus estadísticas, tales como goles convertidos; pases correctos; recuperaciones del balón, pérdidas; remates al arco; tiros desviados/atajados, etc. Sí el trabajo se centra concretamente en los goles convertidos y los resultados al finalizar el trabajo determinan que son directamente proporcionales con el tipo de perfil psicológico, entonces establecemos que esa jugadora posee un optimismo disposicional alto que influye directamente sobre la cantidad de goles convertidos, por lo cual en ciertas situaciones en donde se necesita convertir para revertir un resultado, será tomada en cuenta por el cuerpo técnico.

La misma situación se dará a la inversa, en caso de que el resultado del trabajo sea que las variables medibles son directamente proporcionales. Sí una jugadora obtuvo un promedio bajo entre situaciones de gol y goles convertidos se podrá inferir que se ve influida por un pesimismo, el cual deberá trabajar en los entrenamientos, potenciando sus virtudes, generando confianza, quitándose presiones, entre muchos otros aspectos que la conduzcan a poder revertir la situación.

PLANTEO DEL PROBLEMA

Este trabajo se centra en el enfoque de optimismo disposicional de Scheier y Carver (2003). Este modelo asume que cuando surgen dificultades las expectativas favorables incrementan los esfuerzos de las personas para alcanzar los objetivos en tanto que las expectativas desfavorables reducen tales esfuerzos, a veces hasta el punto de desentenderse totalmente de la tarea. Por tanto, los optimistas son personas que tienen expectativas y percepciones positivas sobre su vida, mientras que los individuos pesimistas tienden a representar su vida de forma negativa. Tales expectativas se consideran además como disposiciones estables (rasgos).

Teniendo en cuenta este enfoque se analizará si el tipo de perfil psicológico (optimismo/pesimismo) resulta determinante a la hora de evaluar el rendimiento deportivo de una jugadora medido en su promedio de gol.

Existen jugadoras que presentan buena técnica individual pero a la hora de definir, no logran convertir. Por tanto surgen los interrogantes: ¿es el tipo de perfil psicológico (optimista/pesimista) fundamental a la hora de analizar el promedio de gol por temporada? ¿si se trabaja sobre el nivel de optimismo, para tener una mente positiva, aumentará la efectividad a la hora de convertir, o no tiene relación directa?.

La importancia de conocer dicha relación dará los parámetros para trabajar con las jugadoras, y poder llevarlas a su máximo rendimiento deportivo, en este trabajo medido en promedio de gol.

A su vez, además del aporte de información que dará el resultado del trabajo en el deporte, y en la forma de entrenarse, se considera fundamental sumar trabajos de investigación a un futsal femenino que aún carece de ello.

OBJETIVO GENERAL

Analizar la correlación entre el tipo de perfil psicológico (optimismo) y el rendimiento deportivo (medido en promedio de gol) en jugadoras de Futsal femenino pertenecientes a la Primera división del torneo AFA 2019.

OBJETIVO ESPECÍFICO

Determinar si a mayor nivel de optimismo aumenta el promedio de gol en jugadoras de futsal femenino pertenecientes a la primera división del torneo AFA 2019.

MARCO TEÓRICO

Rol de la mujer a nivel macrosocial

A lo largo de los años, el rol de la mujer se encontró estrictamente delimitado bajo una estructura patriarcal, es decir, bajo un orden social que establecía el sexo como marca para asignar a cada persona actividades, funciones, relaciones y poderes específicos.

La mujer se encontraba relegada a tareas domésticas y crianza de los hijos, siendo el hombre el sostén económico de la familia. Se veía atravesada por una evidente desigualdad frente al hombre que impacta a nivel laboral, social, familiar, entre muchos otros.

Así fue como a lo largo de los años, mujeres y grupos de mujeres activistas comenzaron a organizarse para cambiar la perspectiva de género que hasta el momento instauraba modelos de masculinidad y femineidad como universales y opuestos entre sí.

Dentro de la historia argentina surgieron grandes personalidades que ocuparon un lugar importante en la lucha por los derechos de las mujeres, tales como Alicia Moreau de Justo, médica, política y fundadora de la Unión Feminista Nacional. En 1932 elaboró un proyecto de ley que establecía el sufragio femenino, el cual no se concretó hasta 1947 por impulsión de Eva Duarte de Perón, actriz, política, fundadora del Partido Peronista Femenino y Fundación Eva Perón, desde la cual ayudó a madres solteras, ancianos, mujeres y niños de bajos recursos. Fue el nexo de conexión entre los trabajadores sindicales, y su esposo, Juan Domingo Perón. Eva es considerada una de las figuras políticas más influyentes del siglo XX. Otros nombres destacados son: Juana Azurduy, Julieta Lanteri, Cecilia Grierson, Victoria Ocampo, “Nini” Marshall, Lola Mora, Tita Merello, Alfonsina Storni, entre muchas otras, integraron la lucha por la igualdad de género, en diferentes momentos y desde diferentes ámbitos de la cultura argentina. Estas figuras empezaron a marcar un camino que hasta el día de hoy se sigue trazando, y sus nombres resuenan con fuerza dentro del movimiento feminista.

ROL DE LA MUJER A NIVEL DEPORTIVO

Dentro del ámbito deportivo, surge hoy, el nombre Macarena Sánchez Jeanney, estudiante de trabajo social, y activa luchadora de los derechos de las deportistas de fútbol femenino.

Anteriormente, y a lo largo de los años el fútbol once y futsal femenino en Argentina estaban relegados al amateurismo. Las futbolistas no contaban con derechos laborales, ni con un salario por el trabajo que realizaban, eran pocos los clubes que le brindaban a las jugadoras un viático para los traslados. En su mayoría, además de entrenar, tenían un trabajo por fuera del fútbol, salario con el cual vivían. Ejemplo de ello, Rosana Gómez, jugadora estrella del Club Atlético Boca Juniors, y Selección Argentina por el año 2009, además de dedicarle muchas horas por día al entrenamiento, y representar al país, trabajaba paralelamente en un locutorio.

Otros clubes, traían jugadoras del interior, les brindaban la pensión del club para vivir y las cuatro comidas básicas, a cambio de que representen al club. Ellas, también en su mayoría, tenían un trabajo aparte.

Estas eran las condiciones en las que el fútbol femenino se desarrolló a lo largo de los años, hasta enero de 2019, donde tuvo un punto de inflexión. La jugadora de fútbol once, Macarena Sánchez, oriunda de Santa Fe, fue desvinculada del club al que pertenecía UAI URQUIZA a mitad del torneo de primera división 2018-2019, lo que le imposibilitaba jugar y sumarse a otro club. Macarena intimó a UAI URQUIZA pidiéndole que regularice su situación laboral, y a la AFA (Asociación de Fútbol Argentino) pidiéndole la profesionalización del Fútbol Femenino Argentino (imagen 1). Previo a este episodio, en el año 2017, las jugadoras de la Selección Argentina realizaron un “paro” en forma de protesta, ya que no contaban con camisetas, cancha donde entrenar, ni viáticos para ir a jugar.

El reclamo de Maca Sánchez

La delantera fue desafectada de UAI Urquiza y acusa al club por no haber aceptado sus reclamos para ser reconocida como trabajadora de fútbol profesional.



*Imagen 1 *Macarena Sánchez en UAI URQUIZA imagen recortada “Diario Olé” 21/01/2019 - 15:00**

La lucha de Macarena Sanchez, generó repercusión a nivel mundial, y la AFA creó la primera Liga Profesional Femenina el cual se denominó “Torneo Rexona” (imagen 2). La asociación les brindará a los clubes de primera división de futbol once, un monto de dinero, que cubrirá el sueldo de ocho jugadoras, las cuales firmarán contrato con el club. El primer torneo profesional de futbol once tuvo su inicio en septiembre del año 2019, con una fase de “todos contra todos”, y otra dividida en “Zona de campeonato” y “zona de permanencia”. En el primer torneo de la era “semiprofesional” el Club Boca Juniors se coronó campeón.

El crecimiento que tuvo el futbol femenino desde 2019 a la actualidad, fue significativo. El 11/08/2021 se hizo oficial una noticia que genera un antes y un después dentro de la lucha por adquirir derechos. La AFA lanzó el nuevo torneo, que tiene como principal característica

la transmisión de los partidos por televisión abierta. Los encuentros se podrán disfrutar por las pantallas de la TV Pública y de DeporTV. Citando al Diario Olé:

Durante el evento, Claudio Tapia se mostró orgulloso por este nuevo avance y destacó todos los cambios que se dieron en los últimos años (imagen 2). "Desde que asumimos, entendimos que debíamos ser la conducción de la igualdad y darle a la mujer el lugar que se merecía, que antes no se le daba. Debíamos tomar medidas para que los clubes empezaran a asumir el compromiso de que el Fútbol Femenino siguiera creciendo y desarrollándose. Y así se formó el Fútbol Femenino Profesional", explicó el Presidente de la AFA. (Olé, 2021, p.web).



*Imagen 2 *Claudio Tapia, Sergio Marchi y las jugadoras de distintos equipos de Primera División en la presentación oficial de la “Liga Profesional de Fútbol Femenino”.*

Por el momento, y en la lucha por beneficios, el fútbol femenino sigue relegado al amateurismo. Es alto el porcentaje de clubes de fútbol donde las jugadoras deben pagar una cuota mensual por la actividad, por más que estén representando al club en el torneo oficial de AFA. Son pocos los casos de clubes en donde no abonan mensualidad, y aún menos los clubes que pagan viáticos a sus jugadoras.

Históricamente muchas de las jugadoras que jugaban once también lo hacían en otro club de fútbol, ya que no regía ninguna reglamentación que lo prohibiera. Es a partir del 2019, el primer torneo “semi profesional” en donde se le negó la posibilidad a las jugadoras de jugar

en otro club, ya que ahora tienen un contrato laboral con la institución de once. Es por esto, que muchas jugadoras tuvieron que optar entre un deporte y otro. El futsal femenino se ve afectado directamente por la profesionalización del futbol once, ya que muchas de sus jugadoras decidieron dedicarse al futbol profesional. Tal es el caso de la jugadora Lorena Benítez, en la actualidad jugadora de futbol once del Club Atlético Boca Juniors y representante de la Selección Argentina mayor. Si bien su decisión fue dedicarse al futbol profesional, también fue representante de la Selección Argentina de futsal femenino, y jugadora del Club Kimberley, bicampeón en el torneo AFA primera división.

Si bien el futbol femenino está creciendo a pasos agigantados, podemos observar claras diferencias entre los beneficios que se consiguieron y aplicaron en once, y los que aún le faltan al futsal.

FUTBOL

No es posible establecer una fecha exacta sobre el origen del fútbol. Se sabe que desde tiempos prehistóricos el hombre tomó por costumbre patear “cosas esféricas”. Fueron los ingleses los que de esa costumbre hicieron un juego, con normas y reglamento. Allí, en 1857, se fundó el primer club de la historia “Sheffield United Football Club”. Es este club quien en 1867 crea una competición llamada “Youdan Cup”, identificado como el primer torneo de la historia.

A lo largo de la historia, y en cada país, surgieron diferentes entidades que llevaron a cabo la organización del fútbol, ya sea creando una liga Nacional, como así también estar bajo las órdenes de las entidades Internacionales. Las normas del fútbol se fueron modificando durante años, hasta llegar al deporte como hoy se lo conoce.

El fútbol consiste en dos equipos, cada uno con 11 jugadores, en disputa por una pelota la cual se puede tocar únicamente con el pie, distribuidos en un campo de juego de 45m x 90m (imagen 3). Cada uno posee un arco de 7,32 metros de ancho por 2,44 metros de alto, defendido por un portero, el único que puede tocarla con la mano dentro de un área delimitada. El tiempo de partido son dos tiempos de 45 minutos, con un descanso en el medio de 15 minutos. Ganará el partido quien logre ingresar mayor cantidad de veces la pelota dentro del arco del rival, lo cual se conoce como “Gol”.

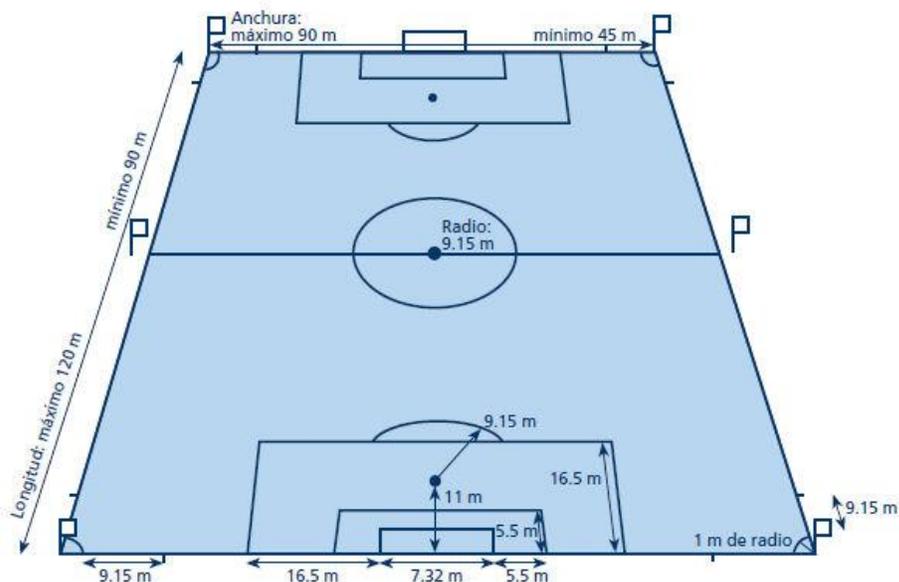


Imagen 3 *Medias cancha de futbol once*

El futbol femenino tiene orígenes en la misma época, también en Inglaterra, se rige bajo el mismo reglamento, la única diferencia es que el futbol masculino ganó más terreno y visibilidad a lo largo de los años.

Como muestra de esto, una imagen (4) capturada del recibimiento de la hinchada de Boca en la “Bombonera” en el partido vs River en el torneo 2019.



Imagen 4 “Futbol masculino, recibimiento de la hinchada de Boca en la “Bombonera” en el partido vs River en el torneo 2019.”

Por otro lado, veremos una imagen (5) del año 2019, donde las jugadoras de futbol femenino también jugaron el Superclasico en la “Bombonera”. Si bien el deporte, el rival, el lugar y el año es el mismo, el fenómeno social del futbol se diferencia entre el femenino, y el masculino.



*Imagen 5 *Fútbol femenino. Superclásico BOCA-RIVER en la Bombonera, torneo 2019”.*

Sumado a esto, cabe aclarar que los partidos masculinos son pagos, mientras que los partidos femeninos tienen libre ingreso.

En la actualidad, año 2021, tal como se hace mención anteriormente, el fútbol once femenino transmite todos sus partidos por la televisión abierta, TV Pública y DeporTV.

FUTSAL

El futsal nació en Uruguay en 1930. El objetivo es convertir más goles que el equipo rival. Es una adaptación del fútbol, las dimensiones son más chicas. Se utiliza una pelota más pesada en relación a la de fútbol once, un campo de juego de 40 metros de largo por 20 metros de ancho y un arco de 3 metros de ancho por 2 metros de alto (imagen 6). El reglamento está modificado: son 5 jugadores en cancha, se comprende por 2 tiempos de 25 minutos parando el reloj cuando la pelota se va de la cancha, hasta que es puesta en juego otra vez y los laterales se realizan con el pie. Además, existe la denominada “Sexta falta”, esto consiste en un tiro sin barrera, similar a un penal, pero con más distancia. El punto de tiro es a 10 metros del arco, mientras que en el penal es a 6 metros. El tiro de 10 metros se otorga cuando uno de los equipos, en un margen de 25 minutos, comete 6 faltas. La cuenta es únicamente dentro de cada tiempo, una vez terminado el primer tiempo, el conteo de faltas vuelve a cero. Dentro del reglamento oficial de la AFA (Asociación del fútbol argentino) se detallan a fondo situaciones específicas de juego, infracciones, sanciones y de otros aspectos tales como el equipamiento básico, en los cuales no nos adentraremos.

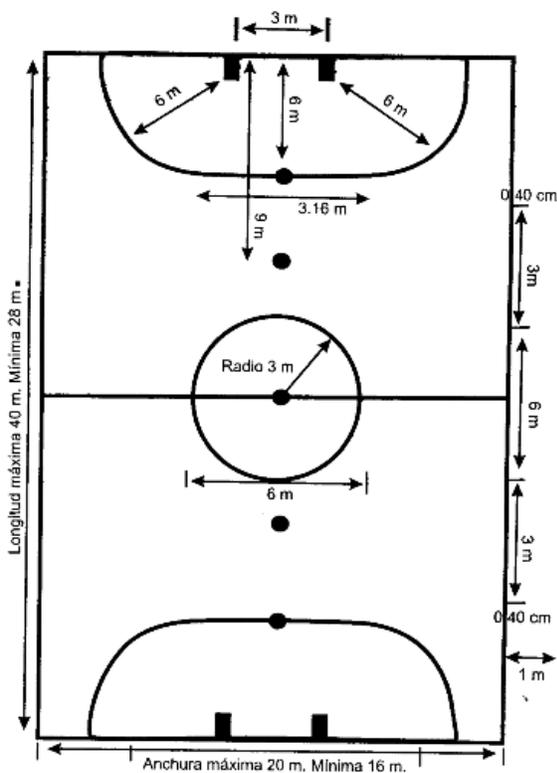


Imagen 6 *Medidas cancha Futsal*

FUTSAL FEMENINO

La Asociación de fútbol argentino detalla en cuanto al género: “Toda referencia al género masculino en las Reglas de Juego del Futsal por lo que respecta a árbitros, jugadores u oficiales equivaldrá (para simplificar la lectura) tanto a hombres como a mujeres.”

La liga oficial de futsal femenino está regulada por la Asociación de fútbol argentino (AFA). Cuenta con dos categorías diferenciadas por nivel o antigüedad: A y B. Dentro de cada categoría se presentan cuatro categorías por equipo: primera (categoría superior), tercera (jugadoras menores a 18 años), y cuarta división.

La liga A, en la que nos centraremos, está conformada por 16 equipos. El torneo 2019 fue conformado por 30 fechas, dando su inicio el 28 de Marzo y finalizando el 11 de noviembre de dicho año. El equipo campeón de la fase regular, por segundo año consecutivo, fue Kimberley venciendo por 5 a 3 a Ferrocarril Oeste el 23 de Noviembre del año 2019 (imagen 7).



*Imagen 7 *Plantel de Kimberley campeón 2019**

RENDIMIENTO DEPORTIVO MEDIDO EN PROMEDIO DE GOL

Williams y James (2001) señalan que el rendimiento y resultado deportivo de un deportista es multifactorial. El éxito deportivo dependerá de un conjunto de cualidades propias (habilidades, capacidades físicas, variables psicológicas, etc) y ajenas al mismo (árbitro, terreno de juego, rival, etc). Centrándose en las variables del individuo, los deportistas que han obtenido éxito o altos niveles de desempeño poseen destreza y talento para realizar bien una actividad específica y puede que se trate de personas con características de personalidad similares (Casis y Zumalabe, 2008). Por tanto, la psicología del deporte tiene como uno de sus objetivos de estudio aclarar si existen determinadas características de personalidad que son necesarias o convenientes para un nivel específico o asociado a un mayor rendimiento deportivo.

En este estudio se midió un aspecto del rendimiento deportivo: el promedio de gol, entendiéndolo como la cantidad de goles convertidos en una temporada, sobre la cantidad de partidos jugados (N° goles/ N° de partidos jugados).

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

La psicología del deporte es un área de especialización de la Psicología que forma parte de las llamadas Ciencias del Deporte. Es el estudio científico de los factores psicológicos asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física.

Está dedicada a estudiar el cómo, porqué y bajo qué condiciones los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con el atleta y el deporte (directivos, espectadores, padres de deportistas) se comportan en el modo que lo hacen, así como investigar la mutua influencia entre actividad física y la participación en el deporte y bienestar psico-físico, la salud y el desarrollo personal.

Para un deportista, la Psicología del Deporte cumple un rol para:

- Hacer frente a presiones de entrenamientos y competencias.
- Mejorar el rendimiento.
- Recuperación de lesiones.
- Optimizar la comunicación atleta-entrenador.
- Hacer más eficiente la comunicación con sus compañeros de equipo (deportes de conjunto) y/o de entrenamiento (deportes individuales)
- Disfrutar del deporte.
- Impulsar el desarrollo personal.
- Prevención y/o apoyo emocional.
- Apoyo para plan de vida después del deporte.

Las variables psicológicas inciden en la práctica del deporte y cada vez son más altas las demandas que se exigen, por lo que con mayor frecuencia, los atletas y entrenadores recurren a las Ciencias del Deporte para aprender y resolver rápida y efectivamente las situaciones que se presentan.

PERFIL PSICOLÓGICO FEMENINO

Hay quienes sostienen que las diferencias “psicológicas” entre hombres y mujeres, en relación con la práctica deportiva, son inexistentes. (Sierra y Viadé. POR ARICANAMERAS. 2019.) Señalan que las diferencias hay que asociarlas a condicionamientos socioculturales más que a factores de corte psicológico. David Sierra señala: *“podría ser que los estereotipos sean capaces de condicionar formas de pensar y conductas de manera que llegamos a tener profecías auto cumplidas”*. Es decir, que la mujer actúe de forma “vulnerable” ante una situación en la que el hombre responde de manera contraria es simplemente una consecuencia de un patrón sociocultural. Los actuales logros sociales encaminados a la igualdad entre mujeres y hombres también tendrán su efecto en la reducción de estas diferencias en el deporte.

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DEL FUTSAL FEMENINO

Si el ambiente es favorable, es probable que la futbolista entrene con mayor interés y dedicación. Con un ambiente favorable hacemos referencia: a un equipo dirigido por un entrenador o entrenadora entusiasta, con gran interés y dedicación por lo que hace ,un entorno familiar y de amistad que la apoyen y faciliten, en la medida de lo posible su práctica futbolística y medios materiales e instalaciones adecuados para realizar los entrenamientos y los partidos.

Otra característica, es que las mujeres deportistas se encuentran dispuestas a mostrar sus áreas de “debilidad” para ser “ayudadas” a mejorar su rendimiento, diferencia que seguramente responde más a patrones de socialización y a las expectativas sociales del rol masculino.

OPTIMISMO Y PESIMISMO DISPOSICIONAL

Actualmente los conceptos de pensamiento positivo u optimismo y pensamiento negativo o pesimismo son objeto de investigación rigurosa en el ámbito deportivo (De la Vega et al., 2012, García- Naveira and Díaz, 2010, Ortín et al., 2013, Ortín et al., 2012, Regourd-Laizeau et al., 2012). Desde la teoría de rasgos propuesta por Scheier y Carver (1998), los optimistas son personas que tienen expectativas y percepciones positivas sobre su vida, mientras que los individuos pesimistas tienden a representar su vida de manera negativa, y el futuro es algo indeseable.

García- Naveira y Díaz (2010) indican que el optimismo se relaciona positivamente con el rendimiento en jugadores de fútbol de 14 a 24 años, concluyendo que, ante las acciones a realizar o dificultades, las creencias y expectativas positivas del futuro facilitan la autorregulación de la conducta del deportista y así se incrementan los esfuerzos para alcanzar los objetivos.

Según Grimaldo (2004) el optimismo constituye un aspecto que media entre las situaciones externas, ya sean físicas o sociales, y la interpretación que hacemos de estas situaciones. Así pues, la orientación optimista de la vida nos permite responder positivamente frente a situaciones adversas, críticas e inclusive traumáticas, permitiendo la posibilidad de enfrentar y superar dichas dificultades. La misma autora nos señala que la diferencia entre una actitud optimista y una pesimista, depende del enfoque con que se evalúen las cosas. De esta manera una misma situación para ambas personas puede ser apreciada ya sea desde una perspectiva optimista o desde una pesimista; y dependiendo de su percepción se generarán diferentes expectativas respecto a los resultados. Peterson (2000) plantea que el optimismo puede ser considerado como una característica cognitiva (una meta, una expectativa o una atribución causal) sensible a la creencia en ocurrencias futuras sobre las cuales las personas tengan fuertes sentimientos. De acuerdo a Gillham, Shatte, Reivich y Seligman (2001) el optimismo incluye las expectativas de control sobre los resultados de nuestras propias acciones, las expectativas sobre la posibilidad de alcanzar resultados positivos en el futuro, así como un cierto componente de eficacia personal (Citado por Martínez-Correa, Reyes del Paso, García-León y González-Jareno, 2006). Según los especialistas, los optimistas son personas que a pesar de los diversos problemas que puedan tener, no los niegan, sino por el contrario, crean estrategias de acción y de afrontamiento a la realidad.

Para concluir se puede decir que el optimismo disposicional es un mediador de la forma en cómo las personas afrontan las situaciones estresantes, aunque no está muy claro la naturaleza de este efecto (Scheier y Carver, 1985). Parece que, al menos en parte, el efecto mediador del optimismo disposicional estaría en que los optimistas y los pesimistas utilizan diferentes estrategias para afrontar situaciones estresantes (Scheier y alt. 1989). Más concretamente, parece que el optimista utilizaría estrategias de afrontamiento dirigidas al problema, incluyendo estrategias de afrontamiento cognitivo y tendería a no utilizar estrategias que suponen distanciamiento de la situación estresante. (Taylor y alt.1992; Fontaine, Manstead y Wagner, 1993).

En este contexto, utilizaremos el optimismo disposicional como aspecto medible del perfil psicológico y ver su influencia en el rendimiento deportivo, en este caso medido en cantidad de goles por temporada (imagen 8).



*Imagen 8 *Futsal femenino, 2 jugadoras de Futsal pertenecientes al Club Kimberley festejando un gol.**

ABORDAJE METODOLÓGICO

Diseño metodológico

Enfoque cuantitativo. Diseño no experimental de tipo descriptivo, de corte transversal.

La elección de esta estrategia metodológica, junto a las técnicas de investigación, se basaron en la elección del Test “LOT R”, el cual mide el nivel de optimismo, aspecto cuantitativo., es decir se miden las variables independiente y dependiente. Se lo considera experimental dado que no se aplican estímulos, ni intervienen las variables y descriptivo porque se detalla la relación entre las variables. Dado que este análisis de variables se realiza en un momento dado, sin seguimiento de la muestra en el tiempo, se lo considera de corte transversal, detallado anteriormente.

Población, muestra, técnica de muestreo

Población: Todas las jugadoras de Futsal pertenecientes a la primera división del torneo AFA 2019.

Muestra: 25 jugadoras de Futsal pertenecientes a la primera división del torneo AFA 2019.

Técnica de muestreo: No probabilística, por criterio. Ya que se seleccionaron 25 jugadoras, con un alto nivel de técnica individual. Las mismas, pertenecen a los clubes con mayor rotación de jugadoras, para que a la hora de analizarse los resultados, sobre todo el promedio de gol, todas tengan una cantidad de minutos similar en cancha.

Para esta investigación se utilizó la versión en español del Life Orientation Test Revised (LOT-R) (Remor, Amorós, y Carrobles, 2006). Esta escala está compuesta por: cinco ítems que miden el grado de optimismo; tres que miden el pesimismo; y dos de relleno utilizados para despistar. El formato de respuesta es de tipo Likert, de cinco puntos (1= muy en desacuerdo hasta 5 = muy de acuerdo). Se estima que a mayor puntaje más optimista es el sujeto.

El test se realizó a 25 jugadoras de fútbol femenino pertenecientes a la máxima categoría de AFA. Las mismas pertenecen a los clubes que tienen mayor rotación de jugadoras, para que al momento de calcular el promedio de gol por temporada, todas estén bajo el mismo criterio de minutos en cancha.

El Test fue brindado a las jugadoras de la siguiente manera: en primer lugar se informa la finalidad del trabajo; luego se solicita información sobre la jugadora; y por último los 10 ítems que se conforman por:

- 1- En momentos de incertidumbre usualmente espero lo mejor;
- 2- Es fácil para mí relajarme;
- 3- Si algo malo me pudiese pasar, así va a ser;
- 4- Siempre soy optimista respecto a mi futuro ;
- 5- Disfruto mucho a mis amigos;
- 6- Es importante para mí mantenerme ocupada;
- 7- Casi nunca espero que las cosas sucedan como yo quiero ;
- 8- No me disgusta tan fácilmente ;
- 9- Casi nunca espero que me sucedan cosas buenas ;
- 10- En general, espero que me ocurran más cosas buenas que malas

Cada ítem tiene posibilidad de una única respuesta: (Muy en desacuerdo- En desacuerdo- Neutral- De acuerdo- Muy de acuerdo). Las preguntas 1,2,4,8 y 10 se relacionan al optimismo; 3,7 y 9 se relacionan al pesimismo, y 5,6 son neutrales, para despistar, por tanto no serán tenidas en cuenta al momento de evaluar los datos.

El Test fue enviado de forma digital, generado como Formulario de Google (Anexo).

Una vez que se realizaron las 25 encuestas se generó una planilla de Excel donde se calculó el valor medio de optimismo (VM) de cada jugadora. Para hacerlo se sumaron todos los resultados obtenidos en cada pregunta, y se dividió por 8 (la cantidad de preguntas a analizar). Este resultado arroja: cuanto más elevado sea la media, mayor nivel de optimismo. Una vez

obtenido esto, se calculó el Desvío Estándar (DE): error absoluto. Esto arrojará el dato de: cuanto mayor sea el número de DE, mayor será el rango de diferencia por jugadora entre una respuesta y otra, es decir, en algunos ítems respondió de forma optimista, mientras que en otras de forma pesimista. Entonces: cuanto más elevado sea el DE, menor es el rango de homogeneidad de las respuestas. Y por último se calculó el Coeficiente Variación medido en %. Para hacerlo se dividió el DE por VM y el resultado se multiplicó por 100. Esto arroja que cuanto menor sea el % de coeficiente varianza, mayor homogeneidad en las respuestas, es decir que el nivel de optimismo, o pesimismo se mantuvo de manera regular a lo largo del test.

Un aspecto a señalar es que las preguntas dirigidas al optimismo se analizaron de forma ascendente, es decir, del 1 al 5, mientras que en las preguntas negativas se analizaron de forma descendente, del 5 al 1. Las preguntas 5 y 6 no figuran ya que no son tenidas en cuenta por ser de relleno.

En lo referido a la variable dependiente, se obtuvo la información necesaria para calcular el promedio de gol de cada jugadora. Para esto, se dividió la cantidad goles convertidos por el total de partidos jugados. Se debe tener en cuenta que en cuanto a los partidos jugados, todas las jugadoras tuvieron una cantidad similar de minutos en cancha.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DEL MATERIAL RELEVADO

Aquí la tabla de resumen para cada variable, optimismo (v. independiente) y promedio de gol (v. dependiente) (tabla 1). En ella se detalla mínimo (valor más bajo), máximo (valor más alto), media, desvío estándar y coeficiente variación.

	OPTIMISMO	PROMEDIO DE GOL
<i>Mínimo</i>	2,63	0,30
<i>Máximo</i>	4,38	2,00
<i>Media</i>	3,45	0,70
<i>Desvío Std.</i>	0,41	0,35
<i>Coef. Var. %</i>	11,76	50,26

Tabla 1 *mediciones generadas a partir de las respuestas obtenidas*

Sobre estos resultados, se ven respuestas más homogéneas en cuanto al optimismo, que en el promedio de gol (Coef. Var.%) . Mientras que en la media de optimismo, se observa un valor alto con respecto al máximo, con lo cual traducido al test, significa que predomina un nivel de optimismo alto dentro de las jugadoras evaluadas.

Aquí el gráfico (de dispersión (x,y). X=Optimismo e Y=promedio de gol).

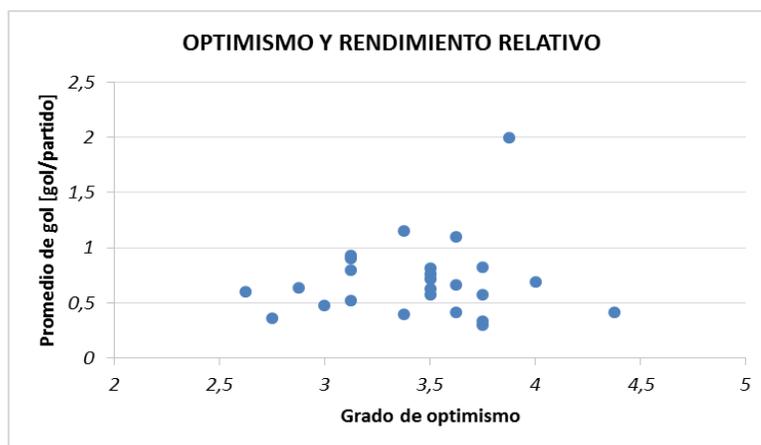


Gráfico 1 *resultados del test presentados en gráfico*

Los resultados arrojan una correlación muy baja ($r=0,11$) (coeficiente r de Pearson).

La asociación entre las variables es baja (según el coeficiente r de Pearson) tanto para el nivel de optimismo como para el promedio de gol. Si bien la diferencia entre mínimo y máximo se mantiene similar, no tienen una correlación directamente proporcional.

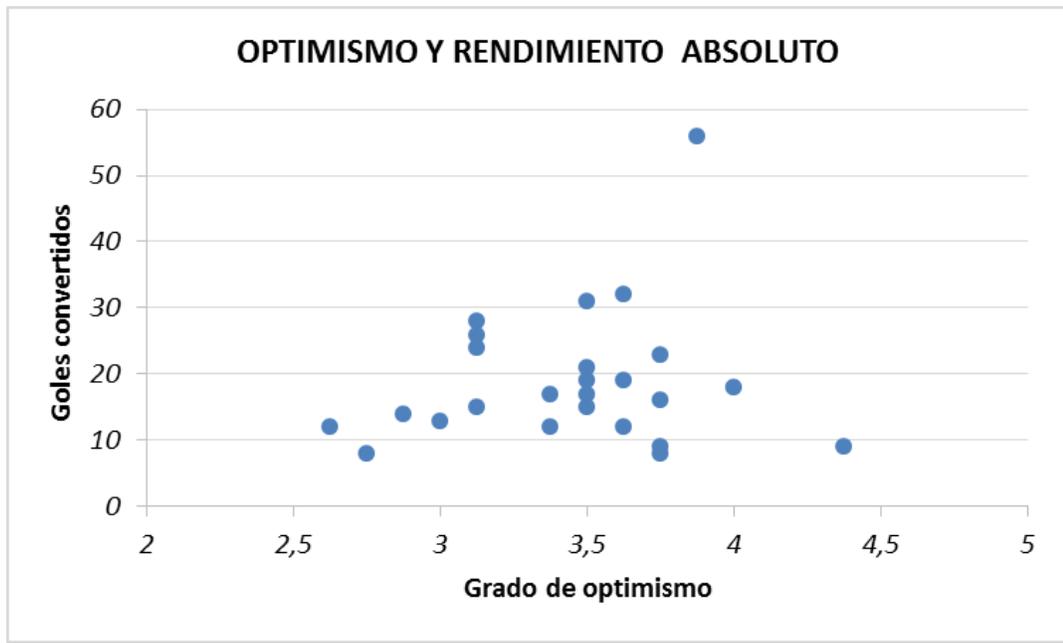
Luego se realizó una tabla (2) con las variables cantidad de partidos jugados (independiente) y goles convertidos (dependiente). En ella se detalla mínimo (valor más bajo), máximo (valor más alto), media, desvío estándar y coeficiente variación.

	PARTIDOS JUGADOS	GOLES CONVERTIDOS
<i>Mínimo</i>	20,00	8,00
<i>Máximo</i>	30,00	56,00
<i>Media</i>	26,72	18,96
<i>Desvío Std.</i>	3,13	10,32
<i>Coef. Var. %</i>	11,71	54,44

*Tabla 2, *resultados sobre variables partidos jugados y goles convertidos.**

En cuanto a los resultados obtenidos, se ve mayor homogeneidad en cuanto a los partidos jugados en relación a los goles convertidos. La asociación entre ambas variables es baja. La diferencia entre mínimo y máximo en los partidos jugados es baja, mientras que en goles convertidos es amplia.

Aquí el gráfico de dispersión (x,y). X=Optimismo, Y=promedio de gol.



*Gráfico 2*relación entre variables representado en gráfico**

Correlación muy baja ($r=0,15$) (coeficiente r de Pearson).

La asociación entre las variables es baja (según el coeficiente r de Pearson) tanto para el promedio de gol como para las conversiones. Por lo cual, el rendimiento medido en promedio de gol, no se encuentra influenciado por el nivel de optimismo.

CONCLUSIONES

A la luz de los resultados obtenidos, el tipo de perfil psicológico utilizando el nivel de optimismo como medida, no arrojó una relación significativa con el rendimiento deportivo, medido en promedio de gol por temporada.

Si bien: “la orientación optimista de la vida nos permite responder positivamente frente a situaciones adversas, críticas e inclusive traumáticas, permitiendo la posibilidad de enfrentar y superar dichas dificultades.” (Grimaldo 2004) no es determinante dentro de un ámbito de competencia de Futsal femenino, a la hora de convertir goles. Esto no quita que sea de gran importancia realizar un entrenamiento mental, y mantener los niveles altos de optimismo, ya que según la bibliografía citada, este es importante en la forma de enfrentar y superar adversidades de forma positiva, aspecto que la competencia deportiva requiere.

Si bien es fundamental trabajar sobre los aspectos psicológicos dentro del deporte, entrenando aspectos mentales, en cuanto al análisis del promedio de gol se determina que es un aspecto multifactorial, que no está atravesado únicamente por el nivel de optimismo individual. Existen otras situaciones psicológicas, internas (frustraciones, miedos, confianza) y externas (presión del entrenador, hinchada, entre otros), físicas (técnica, nivel de entrenamiento, habilidad propia del jugador), y situaciones propias de cada partido tales como el equipo, el rival, la cancha en la que se juega, entre otros, que también inciden al momento de convertir un gol. Un trabajo interdisciplinario entre psicólogos del deporte, preparadores físicos, y entrenadores técnicos, le dará un abordaje integral al deporte y a la competencia como tal, a la hora del trabajo en el entrenamiento.

Para concluir, se considera fundamental realizar un entrenamiento mental, pero este deberá ser acompañado de cuestiones físicas, técnicas y tácticas para brindarle al deportista la mayor cantidad de herramientas posibles para la resolución de problemas dentro de la competencia.

BIBLIOGRAFÍA

- Luis Rojas, Marcos. Libro Libro “La fuerza del optimismo” ,Editorial Santillana, Madrid, 2005.
- Aidan Moran, John Toner. Libro “Psicología del deporte”. Editorial El Manual Moderno S.A de C.V, Ciudad de México, 2017.
- López-Gullón, J.M., Martínez-Abellán, A., y Pallarés. Estudio “Optimismo versus pesimismo precompetitivo en los deportes de combate olímpicos. Diferencias de género, ranking y campeones”, J. G.Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Murcia, 2017.
- Francisco José Ortín, Enrique J. Garcés de los Fayos, Joan Gosálvez, Enrique Ortega y Aurelio Olmedilla. Estudio “Optimismo y ejecución en el deporte en situaciones adversas. Replicando a Seligman 1990”. Francisco José Ortín, Enrique J. Garcés de los Fayos, Joan Gosálvez*, Enrique Ortega* y Aurelio Olmedilla, Revista de Psicología del Deporte, Universitat Autònoma de Barcelona, 2011.
- Alejo García-Naveiraa Roberto Ruiz-Barquín Francisco J.Ortínc. Estudio “Optimismo y competitividad en jóvenes atletas de rendimiento.” Revista Latinoamericana de Psicología, Universidad de Murcia, España, 2015.
- Aranzana Juarros, Miguel; Salguero del Valle, Alfonso; Molinero González, Olga; Zubiaur González, Marta; Vega Marcos, Ricardo de la; Ruiz Barquín, Roberto; Márquez Rosa, Sara. Estudio “Influencia del perfil resiliente, optimismo disposicional, estrategias de afrontamiento y carga de entrenamiento en los niveles de estrés-recuperación en nadadores.”, Universidad Europea de Madrid, 2015.
- Francisco J.Ortín-Montero1*, Ricardo De-la-Vega2y Joan Gosálvez-Botella. “Optimismo, ansiedad-estado y autoconfianza en jóvenes jugadores de balonmano” , Universidad de Murcia, 2013.
- Pablo Vera-Villarroel, Natalia Córdova-Rubio Karem Celis-Atenas . “Evaluación del optimismo: un análisis preliminar del Life Orientation Test versión revisada (lot-r) en población chilena”. Escuela de Psicología, Universidad de Santiago de Chile, Chile, 2008.

- Alejo García Naveira y Juan Francisco Díaz Morales. “Relación entre optimismo//pesimismo disposicional, rendimiento y edad en jugadores de fútbol de competición, Revista de Iberoamericana de Psicología del ejercicio y el deporte, Madrid, 2010.
- J.A Bueno Alvarez, Miguel Angel Mateo. Libro “Historia del futbol”, Editorial EDAF, Madrid, 2010.
- Marcos Uyá Esteban. Libro “Breve historia del fútbol”, Eitorial Notilus, S.L, Madrid, 2019.
- FIFA, “Reglas de juego de Futsal”, 2011.
- Maximiliano Marasso, página web “Diario La Futbolista”, 2019.
- Comité Olimpico Mexicano. “Psicología del deporte, dirección médica”, Mexico, 2020.
- Martín Garcia, G. (1). La mujer futbolista desde la perspectiva psicológica. Cuadernos De Psicología Del Deporte, 3(2). Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/112341>
- David Sierra, Albert Viadé. Entrevista “La psicología del deporte no tiene género”, España, 2019.
- Eliseo Chico Librán. “Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento”, Facultad de Psicología,Universidad Rovira i Virgili, España ,Taragona, 2002.

ANEXA

No se pueden editar las respuestas

FUTSAL FEMENINO.

Este test, Lot-R, se realizará a jugadoras de futsal femenino, pertenecientes al torneo de primera división de AFA. Cada ítem tendrá posibilidad de seleccionar una única respuesta.

Tus respuestas serán utilizadas para mi tesis. Te agradezco el tiempo tomado para realizarla, y te deseo muchos éxitos en el fin del torneo.

***Obligatorio**

APELLIDO Y NOMBRE *

Borghi.....

CLUB

Club Comunicaciones.....

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo
En momentos de incertidumbre usualmente espero lo mejor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es fácil para mi relajarme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Si algo malo me pudiese pasar, así va a ser.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siempre soy optimista respecto a mi futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Disfruto mucho a mis amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es importante para mí mantenerme ocupada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Casi nunca espero que las cosas sucedan como yo quiero.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No me disgusta tan fácilmente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Casi nunca espero que me sucedan cosas buenas.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En general, espero que me ocurran más cosas buenas que malas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>