

Cita: **Tutte, V.; Reche, C.; Álvarez, V. (2020).** Evaluación e intervención psicológica en jugadoras de hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 62-74

Evaluación e intervención psicológica en jugadoras de hockey sobre hierba femenino

Evaluation and psychological intervention in female grass hockey players

Avaliação e intervenção psicológica em jogadoras de hóquei em grama

Tutte, V.1, Reche, C.2, Álvarez, V. 1

1)Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Católica del Uruguay. Montevideo-Uruguay.

2)Facultad de Enfermería. Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM).

RESUMEN

El objeto de este estudio de caso fue evaluar las habilidades psicológicas de jugadoras de hockey hierba, y, por otro lado, la eficacia de la participación en un programa de entrenamiento psicológico en las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. Participaron 10 jugadoras de hockey de 16 a 26 años de la selección de hockey hierba femenino de categoría senior. La intervención psicológica se realizó en Montevideo-Uruguay, durante 16 sesiones a través de trabajo individualizado (voluntario) y trabajo grupal (obligatorio) con un enfoque cognitivo-conductual. La intervención estuvo formada por técnicas y estrategias como la reestructuración cognitiva; la autocaracterización; la técnica de la Rejilla de concentración y *Stroop*; habilidades de comunicación y de autoconocimiento; auto-registros conductuales; observaciones-confrontaciones e interpretaciones; y técnicas de relajación y visualización. Se administró el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo en jugadores de fútbol (CPRD-f, Olmedilla, García y Martínez, 2007) antes y después de la intervención de 4 meses de duración. Los resultados indican que las habilidades psicológicas en estas deportistas son caracterizadas por niveles altos de autoconfianza; impermeabilidad a la evaluación del rendimiento; manejo de la ansiedad competitiva y de la atención-concentración. Aparecen diferencias significativas tras la intervención que favorecen la calma ante las diferentes situaciones relacionadas con la competición, con un aumento del manejo de la ansiedad competitiva. Se plantea la necesidad de transferir esta información a psicólogos del deporte que intervengan a jugadoras de hockey, facilitando la selección y ajuste de estrategias psicológicas específicas en los planes de entrenamiento con el objetivo de mantener y fortalecer sus habilidades psicológicas llegando a conseguir que se manifiesten al máximo nivel.

Palabras clave: entrenamiento psicológico, hockey femenino, CPRD-f, rendimiento deportivo.

ABSTRACT

The purpose of this pilot study was to evaluate the psychological skills of grass hockey players, and, on the other hand, the effectiveness of participation in a psychological training program on psychological characteristics related to athletic performance. Ten hockey players from 16 to 26 years old participated in the senior women's field hockey team. The psychological intervention was

- Montero, I., y León, O. G. (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *International journal of clinical and health psychology*, 2(3), 503-508.
- Nieuwenhuis, C. F., Spamer, E. J., y Rossum, J. H. V. (2002). Prediction function for identifying talent in 14-to 15-year-old female field hockey players. *High Ability Studies*, 13(1), 21-33.
- Nippert, A. H., y Smith, A. M. (2008). Psychologic stress related to injury and impact on sport performance. *Physical medicine and rehabilitation clinics of North America*, 19(2), 399-418.
- Olmedilla, A., y Dominguez-Igual, J. J. (2016). Entrenamiento psicológico para la mejora de la atención y la autoconfianza en un futbolista. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 1(1), 1-11.
- Olmedilla, A., Fuensanta, M., Almansa, C., Gómez-Espejo, V. y Ortega, E. (2018). Entrenamiento psicológico y mejora de aspectos psicológicos relevantes para el rendimiento deportivo en jugadoras de fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3 (8), 1-11.
- Olmedilla, A., García, C., y Martínez, F. (2007). Factores psicológicos vulnerabilidad a las lesiones deportivas: un estudio futbolistas. *Revista de psicología del Deporte*, 15(1).
- Olmedilla, A., García-Mas, A. y Ortega, E. (2017). Características psicológicas para el rendimiento deportivo en jóvenes jugadores de fútbol, rugby y baloncesto. *Acción Psicológica*, 14(1), 7-16. <https://doi.org/10.5944/ap.14.1.19249>
- Olmedilla, A., Ortega, E., Andreu, M. D., y Ortín, F. J. (2010). Programa de intervención psicológica en futbolistas: evaluación de habilidades psicológicas mediante el CPRD. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(2), 249-262.
- Reche-García, C., Cepero-González, M., y Rojas-Ruiz, F. J. (2013). Consideraciones en el entrenamiento de habilidades psicológicas en esgrima. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 83-88.
- Rogerson, L. J., y Hrycaiko, D. W. (2002). Enhancing competitive performance of ice hockey goaltenders using centering and self-talk. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(1), 14-26.
- Serrato, L. H. (2006). Revisión y estandarización de la prueba elaborada para evaluar rasgos psicológicos en deportistas (PAR-P1) en un grupo de deportistas de rendimiento en Colombia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6 (2), 67-84.
- Serrato, L. H., García, S. Y. y Rivera, J. F. (2000). *PAR P1: Prueba para evaluar Rasgos Psicológicos en Deportistas (Manual)*. Bogotá: PAR LTDA.