



Revisión Recibido: 20/03/2024 | Aceptado: 18/06/2024

Fundamentos psicológicos y sociológicos de la preparación psicológica y el desarrollo de las competencias emocionales en atletas escolares de bádminton

Psychological and sociological foundations of psychological preparation and these competitions in Badminton athletes

Ariadnis Jorge Sánchez Lic. En Psicología. Máster en Psicología del Deporte. Profesora Auxiliar.

Centro Provincial Medicina del Deporte. Granma. Cuba. [ariadnisjs@gmail.com]^{ID}

Norma Guerra Martínez. Doctora en Ciencias de la Cultura Física. Profesora Titular. Universidad de Granma. Cuba. [nguerram@udg.co.cu]^{ID}

José Luis Lissabet Rivero. Doctor en Ciencias de la Educación. Profesor Titular.

Universidad de Granma. Cuba. [joseluislissabetrivero@gmail.com]^{ID}

Néstor Espinosa Álvarez. Lic. En Psicología. Máster en Psicología del Deporte. Profesor Instructor

Centro Provincial Medicina del Deporte. Granma. Cuba. [nespinosaa5388@gmail.com]^{ID}

Resumen

En los atletas de Bádminton, durante la actividad deportiva, se producen una serie de estados emocionales con repercusiones cognitivas y somáticas y que son decisivos a la hora de elegir una decisión táctica siendo más apreciables en los momentos competitivos. Lo anterior reafirma la necesidad de profundizar en el estudio de las emociones y su importancia en la preparación psicológica del deportista, en pos de un adecuado control emocional durante la actividad deportiva. Sin embargo, se precisa de mayor profundización teórico en relación con los contenidos psicológicos y sociológicos que permitan penetrar en la esfera afectiva del deportista desde la perspectiva de las competencias emocionales. Por lo que se hace imprescindible determinar los fundamentos psicológicos y sociológicos de la preparación psicológica y de estas competencias en atletas de Bádminton. Del nivel teórico se emplearon los siguientes métodos:



histórico-lógico analítico - sintético, inductivo – deductivo. Se tuvieron en cuenta las categorías de zona de desarrollo próximo y situación social del desarrollo, que contribuya a la formación y desarrollo de las competencias emocionales de estos adolescentes. Desde lo sociológico se debe enfocar hacia el sistema de relaciones sociales que se establecen en los diferentes contextos socioculturales y etapas de la preparación integral, como expresión de las características o rasgos de la sociedad contemporánea, desde lo espiritual, material, intelectual y afectivo, constituyendo estos los rasgos, los modos de vida, actuación, pensamiento y sistema de valores en que se forma este atleta.

Palabras clave: Competencias emocionales, indicadores, Bádminton, atletas.

Abstract

In Badminton athletes, during sporting activity, a series of emotional states occur with cognitive and somatic repercussions and which are decisive when choosing a tactical decision, being more noticeable in competitive moments. The above reaffirms the need to deepen the study of emotions and their importance in the psychological preparation of the athlete, in pursuit of adequate emotional control during sporting activity. However, greater theoretical depth is needed in relation to the psychological and sociological contents that allow us to penetrate the emotional sphere of the athlete from the perspective of emotional competencies. Therefore, it is essential to determine the psychological and sociological foundations of psychological preparation and these competitions in Badminton athletes. At the theoretical level, the following methods were used: historical-logical, analytical - synthetic, inductive - deductive. The categories of zone of proximal development and social development situation were taken into account, which contribute to the formation and development of the emotional competencies of these adolescents. From the sociological point of view, one must focus on the system of social relations that are established in the different sociocultural contexts and stages of comprehensive preparation, as an expression of the characteristics or traits of contemporary society, from the spiritual, material, intellectual and emotional,



constituting These are the traits, ways of life, acting, thinking and value system in which this athlete is formed.

Keywords: Emotional competencies, indicators, Badminton, athletes.

Introducción

En el Bádminton los atletas deben lograr un alto desarrollo en la toma de decisiones debido a que es un deporte de oposición, que necesita de movimientos rápidos y explosivos los cuales, acompañados de una correcta toma de decisiones a tiempo, antes, durante y después de un punto garantizará el comienzo de un nuevo punto. El nivel en la toma de decisiones, así como las respuestas motrices están modeladas por la afectividad, por lo que no se puede separar el nivel cognitivo de lo afectivo y la motricidad estará matizada del componente emocional.

La preparación psicológica del atleta se sustenta en diversos referentes teóricos de carácter sociológico los que contribuyen a comprender la influencia e interacción de los factores sociales y psicológicos en la preparación del atleta, en el rendimiento deportivo, en la preparación mental, así como para diseñar estrategias efectivas de preparación psicológica que tengan en cuenta el contexto social en el que se desarrollan.

Lo anterior reafirma la necesidad de profundizar en el estudio de las emociones y su importancia en la preparación psicológica del deportista, en pos de un adecuado control emocional durante la actividad deportiva, tanto en el período de entrenamiento como en los momentos competitivos. Sin embargo, se precisa de mayor profundización teórico-práctica en relación con los contenidos psicológicos que permitan penetrar en la esfera afectiva del deportista desde la perspectiva de las competencias incluidas en la inteligencia emocional.

Un aspecto de interés es que se han encontrado escasas evidencias sobre el estudio del desarrollo de las competencias emocionales para el enfrentamiento de la ansiedad competitiva en las escuelas de



iniciación deportiva escolar en el alto rendimiento, por lo que se reafirma la necesidad de aplicar modelos, estrategias y programas con vistas a su formación desde edades tempranas para controlar con eficacia los niveles de ansiedad competitiva y preparar al atleta para afrontar exigencias y retos competitivos más complejos y superiores.

En los estudios realizados los modelos teóricos carecen de fundamentos para el abordaje de la formación de las competencias emocionales, no alcanza la explicación para relacionarlas entre sí, en la etapa competitiva y se delimita de forma imprecisa su relación con los componentes de la Personalidad. Por lo que se hace imprescindible el abordaje de los fundamentos psicológicos y sociológicos de la preparación psicológica y las competencias emocionales en atletas de Bádminton con vistas a orientar, guiar y direccionar, desde una mirada científica, dicha estrategia de intervención psicológica, que establezca las pautas en la investigación.

Para facilitar la solución problemática se hace imprescindible como objetivo determinar los fundamentos psicológicos y sociológicos sustentados en el enfoque histórico-cultural de la preparación psicológica y de las competencias emocionales como objeto y campo de la investigación en curso.

Desarrollo

La preparación psicológica del atleta se sustenta en el Enfoque histórico-cultural del desarrollo de la psiquis humana de Vygotsky (1987), la que proporciona estrategias, herramientas un enfoque que es aplicado en la preparación psicológica del atleta para mejorar su rendimiento deportivo, su bienestar emocional, la autoconfianza y su capacidad de afrontar los desafíos propios de la competición deportiva.

Este enfoque psicológico destaca la importancia de la interacción social y la colaboración del atleta en el proceso de preparación psicológica, la que permite fomentar el apoyo mutuo entre atletas, el intercambio de experiencias y la construcción colectiva de estrategias psicológicas para mejorar el bienestar emocional y el rendimiento deportivo.



En este sentido, son tomados en consideración el papel relevante que se le atribuye al medio social y a los tipos de interacciones que realiza el atleta con los otros, lo cual se constituye en ley general de la formación y desarrollo de la psiquis; la Situación Social del Desarrollo (SSD), manifestada en la posición social del atleta ante las condiciones de vida y preparación, y la posición interna determinada por la actitud que adopte ante estas exigencias, lo que expresa; potenciar y ampliar la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), concretada en el marco de una preparación psicológica personalizada y contextualizada que permita lograr el desarrollo psíquico expresado en el desarrollo de las competencias emocionales imprescindible para favorecer el control de la ansiedad competitiva del atleta.

Para establecer la estrategia de intervención psicológica se parte de que en la dirección del proceso de enseñanza -aprendizaje se potencian el desarrollo, el aprendizaje y la elevación de la formación de los atletas a niveles superiores de desarrollo, tomando como punto de partida su estado real. Los procesos individuales de crecimiento y desarrollo tienen lugar a través de las relaciones interpersonales y de interdependencia.

Al contextualizarlo a la investigación en el desarrollo de las competencias emocionales durante el entrenamiento deportivo es posible distinguir un nivel real de desarrollo (dado por las acciones que el badmintonista puede desarrollar por sí solo) y un nivel potencial (que se manifiesta a través de las acciones que puede desarrollar bajo la guía de los agentes socializadores como cofacilitadores de la estrategia o en colaboración de un compañero de equipo con más habilidades), esta última constituye la zona de desarrollo próximo (Vigotsky 1987).

Para Rudik (1973) la psicología del deporte se trata del estudio de la personalidad del atleta en las condiciones de la actividad deportiva; por lo tanto para su estudio es necesario dividirla en dos grandes aspectos: los factores psicológicos generales de la actividad deportiva y análisis psicológico de los diversos deportes (factores psicológicos del deporte, análisis de cada deporte, demandas del deporte), y por otro lado el estudio de las cualidades específicas del deportista y de las formaciones generales de la



personalidad, y así buscar el complemento y conexión de ambos aspectos. Este enfoque sistémico logró llevar al psicólogo a analizar al deportista dentro de la práctica y con ello incluir a los otros miembros que intervienen en las diferentes situaciones deportivas (entrenadores, adversarios, familiares, entre otros), lo que permitió encontrar los nexos entre las reacciones afectivas del deportista como el resultado del quehacer en el entorno social en que se desarrolla en este caso deportivo.

Dicho de otra manera, la preparación psicológica del atleta para las competiciones deportivas tiene como fundamento garantizar la constitución, desarrollo y perfeccionamiento de las formaciones de la personalidad del deportista y sus capacidades psicológicas involucradas en la actividad.

De igual forma, es necesario asumir que el proceso de preparación psicológica guía el desarrollo psíquico del atleta, en los que los niveles de desarrollo de las competencias emocionales que alcanza estarán mediados por la actividad y la comunicación que realiza como parte de su aprendizaje, por lo que se constituyen en los agentes mediadores entre el atleta y los conocimientos, habilidades y competencias psicológicas a asimilar. Además, de que el atleta adopte una posición activa en el aprendizaje, esto supone insertarse de manera consciente en el proceso de preparación psicológica para formar y desarrollar competencias emocionales que permitan el control de la ansiedad competitiva y, por tanto, lograr la creación del estado óptimo de rendimiento deportivo.

Siguiendo la lógica se coincide con (García 1997 p.63) al referirse que:

“La preparación psicológica es un sistema de procedimientos que tiene como propósitos garantizar el estado óptimo para aprovechar las reservas físicas y psicológicas del deportista y perfeccionar las capacidades psicológicas que son una premisa de rendimiento en las condiciones de la competencia.”

Estas concepciones conciben el carácter activo del sujeto y a la personalidad como formación psicológica integradora, partiendo de un enfoque individualizado de la preparación psicológica. A criterio de los autores este concepto cumple con los principios del entrenamiento a tener en cuenta para el proceso



de desarrollo de las capacidades como el del carácter individualizado de la carga en el entrenamiento y el del aprovechamiento adecuado de los períodos sensitivos para el desarrollo de las capacidades.

El objetivo central de todo el proceso de preparación psicológica es lograr en el deportista un nivel de autorregulación en su comportamiento y en su personalidad como expresión del desarrollo íntegro de su psiquismo de acuerdo con las exigencias del entrenamiento deportivo, o sea, con la situación social del desarrollo concepto introducido por (Vigotsky, 1935).

La situación social del desarrollo permite entender la dialéctica de la combinación especial de los procesos internos del desarrollo (los diferentes aspectos psicológicos para la etapa del desarrollo de la personalidad del badmintonista) y las condiciones externas en las que juegan un papel fundamental la actividad deportiva, sus exigencias, el equipo deportivo y los agentes socializadores.

El modelo de desarrollo de las competencias emocionales permite al atleta asimilar estrategias de aprendizaje en la educación de sus emociones, como parte de su preparación psicológica, en virtud de lograr un mejor resultado al desarrollar los roles deportivos exitosamente. Su importancia radica en que aporta herramientas que contribuyen al proceso de educación de la afectividad al relacionarse con los contenidos cognitivos siendo la base donde se van formando durante el desarrollo de la personalidad. Se considera además la principal función de la personalidad la autorregulación y su papel en la transformación de la psiquis, teniendo como esencia la unidad de lo afectivo y lo cognitivo, elemento psicológico que se encuentran en la base del sentido que el contenido adquiere para el sujeto, por lo que se evidencia el carácter mediatizado de la psiquis.

En ese orden, el modelo que se propone actúa como un proceso que se mueve del plano externo, social e interpsicológico al plano interno, individual e intrapsicológico sobre la base de la participación activa y consciente de los badmintonistas durante la intervención educativa, se promueve desde lo interpersonal la formación y el desarrollo de las competencias intrapersonales autoconocimiento, automotivación y autorregulación. Cuando el entrenamiento como actividad está concebida de una manera



consciente, planificada con un sustento científico que es la base de la intervención psicológica propicia el desarrollo de estas competencias potenciando en los atletas la iniciativa, la independencia y la toma de decisiones en las soluciones tácticas a implementar incidiendo en la acción creadora de estos.

Para el estudio de las emociones y de su educación se deben enmarcar en un periodo de edad pues el autoconocimiento y autorregulación de las mismas depende también del desarrollo psicológico en el que transita el deportista respondiendo al principio del paso de lo simple a lo complejo, de lo inferior a lo superior.

Esta investigación se justifica en el enfoque del interaccionismo simbólico que se centra en el estudio de la interacción social y la construcción de significados a través de los símbolos y los roles sociales. En el contexto de la preparación psicológica del atleta, el interaccionismo simbólico puede ayudar a analizar cómo las interacciones sociales, las expectativas de los demás y la autoimagen del atleta influyen en su autoconfianza, motivación y rendimiento deportivo. La teoría del rol social se enfoca en el estudio de los roles sociales y las expectativas asociadas a ellos en el contexto de la sociedad. En la preparación psicológica del atleta, la teoría del rol social puede ser útil para comprender cómo los roles que desempeñan los atletas (como líder, competidor, compañero de equipo) influyen en su identidad deportiva y en su preparación mental.

El deporte como agente socializador favorece el aprendizaje e interiorización de roles dentro del grupo social lo que le permite asimilar estrategias de aprendizaje en la educación de sus emociones en virtud de lograr un mejor resultado pero también posibilita la formación y desarrollo de su personalidad para su buen desenvolvimiento en otras esferas de la vida, lo que responde al modelo social de aprendizaje en su concepción prediciendo la probabilidad de que individuo desarrolle los roles deportivos exitosamente.



Los conocimientos que parten de la realidad permiten educar y formar en los atletas las habilidades para adaptarse a nuevos eventos y condiciones competitivas a las que el deportista tiene que someterse. Responde también a una visión que contempla la acción social como resultado de enfrentamientos.

En la investigación es asumida la teoría de Durkheim (2005), la que se centra en el análisis sociológico del proceso de socialización y sus agentes y agencias, de las relaciones del sistema educativo con los otros sistemas sociales; de las funciones sociales de la educación, sus agentes activos y relaciones sociales internas. En este sentido, especial atención, para el caso de las escuelas de deportes, merecen las relaciones sociales que se establecen entre: entrenador-atleta, atleta-atleta, entrenador-atleta-familia, psicólogo-atleta, así como de las contradicciones y procesos de reforma que son desarrolladas en el sistema de formación de los atletas y sobre los objetivos del proceso de preparación integral.

Teniendo en cuenta que la intervención emerge en un contexto educativo (proceso de entrenamiento) a partir de un proceso de enseñanza-aprendizaje que se establece entre entrenador-atleta, se produce un intercambio de información y retroalimentación de conocimientos. Se reconoce además la influencia sobre subsistemas de la personalidad del atleta que se relacionan directamente con la práctica deportiva, así como a la contribución a la formación integral del deportista acorde a los principios sociales.

Se coincide con Núñez (2011) cuando postula que la individualización como proceso es inseparable de la socialización fundamentado en la actividad práctica en que el desarrollo del individuo se encuentra influenciado de la educación y el medio social donde interactúa en la que se establece una dialéctica entre la subjetividad y la objetivación de los contenidos sociales.

En este sentido, otros autores han profundizado en sus estudios sobre el papel de la socialización en la formación de reglas específicas de la cultura para el afrontamiento, expresión y presentación de diversas emociones, así como la importancia y la función del diálogo como promotor de la comprensión emocional y la toma de perspectiva.



La familia y los padres juegan un papel importante en el desarrollo de las habilidades sociales del adolescente, ya que ellos son el grupo primario con el cual el adolescente se relaciona continuamente. Debido a que el rol social va adquiriendo cada vez mayor importancia en los adolescentes a medida que se identifica con sus pares, éste a su vez va reforzando el desarrollo de una personalidad sana así como su autoestima, pues permite el conocimiento de sí mismo y de su entorno social al compartir actividades conjuntas, lo que favorece a las conductas de reciprocidad, al intercambio y al control de la relación en donde se fortalecen las posiciones de liderazgo, reforzando la colaboración, el apoyo emocional, la negociación y el autocontrol con lo que fortalecerá también sus valores.

Las emociones al inicio de la situación aparecen como una expectativa de resultado; durante la actividad, en cualquier lugar donde la realización de la misma se ve afectada; y al finalizar la actuación como valoración de las consecuencias en función del cumplimiento o no de dichas expectativas. Estas no se conforman con las expectativas personales sino también con las que tienen los entrenadores, la familia, escuela y se convierten en expresión concentrada de las relaciones sociales lo que corresponde con el principio de que las representaciones del hombre deben concordar con la naturaleza objetiva de las cosas, procesos y fenómenos con su conexión y movimiento. Estas se transmiten por la experiencia y por lo que culturalmente hemos aprendido a cómo expresarlas por lo que tienen también un carácter universal.

A partir de la caracterización de las competencias emocionales y la planificación de las acciones para potenciarlas a través de la estrategia de intervención psicológica le permitirá orientar a todos los agentes socializadores (psicólogos, entrenadores, técnicos, familiares, educativos, profesores y otros) que influyan en su desarrollo, mediante la educación emocional, con vistas a favorecer el control de la ansiedad competitiva. Contribuye, además, a la formación integral de los atletas, y el de su personalidad como la autoconfianza y autoestima, para su buen desenvolvimiento en otras esferas de la vida. Se valora la significación que representa obtener un resultado competitivo relevante a nivel social, así como su futuro desempeño en otros escenarios.



En este mismo orden de ideas, es asumida la teoría de la Sociología de la Educación de Blanco (1997), la que se enfoca hacia el sistema de relaciones sociales que se establecen en los diferentes contextos socioculturales y etapas de la preparación integral, desde donde es desarrollado el proceso preparación psicológica del atleta, como expresión de las características o rasgos de la sociedad contemporánea, desde lo espiritual, material, intelectual y afectivo, constituyendo estos los rasgos, los modos de vida, actuación, pensamiento y sistema de valores en que se forma. Es decir, la relación entre la cultura general y social y su manifestación en la preparación integral del atleta, a través de la actividad y comunicación que se desarrolla desde los procesos física, técnica y táctica y su concreción el proceso preparación psicológica.

Conclusiones

Se considera que el modelo de formación y desarrollo de las competencias emocionales en los escolares atletas de bádminton, lleva a establecer una dirección de acciones conscientes e intencionales que van a ser utilizadas teniendo en cuenta las categorías de zona de desarrollo próximo y situación social del desarrollo, que contribuya a la formación y desarrollo de las competencias emocionales y la personalidad de estos adolescentes que se inician en el deporte de alto rendimiento, concibiéndola mediante la actividad y la comunicación en sus relaciones interpersonales.

Las fases incluidas en la estrategia de la intervención psicológica se analizarán a partir de un diagnóstico de las competencias emocionales teniendo como punto de partida el enfoque histórico cultural de Vigotsky y estas se desarrollarán a través del proceso de enseñanza-aprendizaje destacando el papel de lo inter (agentes socializadores) e intrapsicológico en este proceso en el que los atletas tendrán un papel activo que favorecerá la toma de decisiones de acciones tácticas.

Las competencias emocionales se abordarán a través del enfoque biopsicosocial de la personalidad del atleta en que se evidencia la relación de lo cognitivo y afectivo y el vínculo que se establece con las formaciones complejas como sustento al sentido y significado que el atleta le aporta el desarrollo de las



competencias autoconocimiento, autorregulación y automotivación para favorecer su rendimiento deportivo.

La preparación psicológica con vistas a desarrollar las competencias emocionales debe tomar en cuenta el enfoque hacia el sistema de relaciones sociales que se establecen en los diferentes contextos socioculturales y etapas de la preparación integral.

Referencias bibliográficas

- Ames, C. (1995). Metas de ejecución, clima motivacional y procesos motivacionales. En G. Roberts (ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio*. Bilbao: Desclée de Brouwer, 197-214.
- Angulo, L. (2017). Características de la comprensión emocional en escolares cubanos de 8-10 años. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso Perspectiva Educacional. Formación de Profesores, 58(3), pp. 3-22. [0718-9729-perseduc-58-03-3.pdf](#).
- Balk, Y. A., De Jonge, J., Oerlemans, W. G., y Geurts, S. A. (2017). Testing the triple-match principle among Dutch elite athletes: A day-level study on sport demands, detachment and recovery. *Psychology of Sport and Exercise*, 33, 7-17.
- Blanco, A. (1997). *Introducción a la Sociología de la educación*. La Habana. Pueblo y Educación.
- Cañizares, M. (2004). *Psicología y equipo deportivo*. INDER.
- Casales (2003). *Psicología Social*. Editorial Félix Varela.
- Durkheim, E. (2005). *Sociología de la educación*. España. Península.
- Godoy, D. (2009). Nivel de dominio de las habilidades psicológicas en los jóvenes jugadores de tenis de mesa, bádminton y fútbol. *Revista de psicología del deporte*, Universidad Autónoma de Barcelona, pág., 16.
- Goleman, D (1996). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Cairós. Barcelona, España.



- González y Rusell (1994). Algunas propiedades los pequeños grupos y colectivos en la Educación Física y el Deporte. México. Ediciones Roca.
- Laborde, S., Dosseville, F., Guillén, F. y Chávez, E. (2016). Validity of the trait emotional intelligence questionnaire in sports and its links with performance satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 481-490.
- Lane, A. M., Thelwell, R. C. y Devonport, T. J. (2010). Emotional Intelligence and Mood States associated with Optimal Performance. *Electronic Journal of Applied Psychology*, 5(1), 67-73.
- Lane, A. M., Devonport, T. J., Friesen, A. P., Beedie, C. J., Fullerton, C. L., & Stanley, D. M. (2016). How should I regulate my emotions if I want to run faster? *European Journal of Sport Science*, 16(4), 465-472.
- Lu, F. J., Li, G. S. F., Hsu, E. Y. W., y Williams, L. (2010). Relationship between athletes' emotional intelligence and precompetitive anxiety. *Perceptual and motor skills*, 110(1), 323-338.
- Núñez, O. (2011). Modelo pedagógico de atención temprana a las dificultades en el aprendizaje en niños con riesgos biológicos que no impresionan con déficit intelectual. Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Camagüey. Cuba
- Rudik (1990). Psicología. URSS: Editorial Planeta.
- Rudik (1973). Psicología de la Educación Física y el Deporte. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
- Silva y Weinberg (1954). Psychological Foundations of Sports. *Humans KINETICS Publisher*

