

Universidad Nacional de Rosario

Facultad de Psicología

Trabajo Integrador Final

El deporte como zona de desarrollo próximo, una lectura de la actividad deportiva en la adolescencia desde una mirada vigotskiana.

MODALIDAD DE PRESENTACIÓN: ENSAYO

Maire, Ana Paula
(M-6160/3)
42.608.583

Cravero, Nahuel

JTP - Harraca, Maria Florencia.

- 2026 -

Agradecimientos:

Al handball por ser el deporte de mi vida y ser la inspiración para este trabajo, por dejarme conocer a personas hermosas en todos sus espacios.

A Giuliano por sostenerme siempre y ser mi compañero de vida.

A mis padres y mi familia por acompañarme en la previa de cada exámen y abrazarme en cada llegada a casa. En especial a mis abuelos, Susana y Alfredo por ser mi norte y siempre estar detrás del teléfono esperando una llamada cada vez que rendía.

A mis amigas, por ser la interacción social más linda en todo este camino. En especial a mis compañeras de estudio que siempre estuvieron a la par para sacarme una sonrisa entre apuntes, mates y el andar académico.

Y por último, a la Universidad Pública, por alojarme, enseñarme y darme tanto en estos años que atesoraré para siempre.

Índice:

Resumen……1
Introducción……...2
Capítulo uno: Pensar el deporte desde la psicología constructivista sociocultural……4
Capítulo dos: Las interacciones sociales con los pares…..……...…...……5
Capítulo tres: Las interacciones sociales con los adultos……..……..…….7
Capítulo cuatro: El rol del psicólogo como Zona de Desarrollo Próximo……..10
Reflexiones finales……..……...16
Referencias bibliográficas……17

Resumen:

El presente ensayo aborda la incidencia de la participación en actividades deportivas grupales durante la adolescencia en los procesos de subjetivación, desde la perspectiva de la psicología constructivista sociocultural de Lev Vygotsky. El planteamiento del problema busca indagar de qué manera las interacciones sociales dentro de la práctica deportiva colectiva inciden en la internalización de las funciones psicológicas superiores (FPS). A través de una revisión bibliográfica de investigaciones cualitativas y marcos teóricos contemporáneos, el trabajo sostiene la premisa de que la práctica deportiva grupal funciona como un escenario social de mediación donde el equipo y los referentes adultos operan como "otros más capaces" esenciales para el desarrollo subjetivo. El escrito se organiza en cuatro ejes: primero, se realiza una puntualización de los conceptos centrales de Lev Vigotsky como ejes para leer la práctica deportiva; segundo, se analiza la interacción con los pares como espacio de pertenencia; tercero , se examina el rol de entrenadores y padres como sostén para la práctica; y por último, se conceptualiza al psicólogo deportivo como mediador semiótico que opera en la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP). Las reflexiones finales describen que la intervención profesional permite al adolescente intelectualizar su práctica y transformar presiones externas en capacidades internas de autorregulación y pensamiento abstracto. Finalmente, se afirma que el valor de la actividad reside en su capacidad para promover el bienestar y el disfrute, garantizando que el deporte sea un motor de salud mental y constitución subjetiva autónoma.

Palabras clave: Adolescencia, Deporte, Zona de Desarrollo Próximo, Funciones Psicológicas Superiores, Interacciones sociales.

Introducción:

En el presente ensayo, nos proponemos abordar la participación en deportes grupales durante la adolescencia como un escenario social privilegiado para la construcción de los procesos de subjetivación en esta etapa vital. Desde la perspectiva de la psicología constructivista sociocultural, este escrito se sostiene sobre un interrogante central: ¿De qué manera las interacciones sociales dentro de una práctica deportiva grupal inciden en la internalización de las Funciones Psicológicas Superiores (en adelante FPS)?

Sostenemos que la elección de este tema no es azarosa, sino que responde a la necesidad de poner en diálogo el rigor de la teoría vygotskiana con nuestra propia implicación subjetiva en el campo. Habiendo transitado la experiencia de participar en el deporte y compartido los diversos aspectos que atraviesan ese escenario social de mediación, hallamos en esa experiencia la inspiración fundamental para interrogar la implicancia y práctica profesional.

Consideramos que este análisis es de suma relevancia, ya que la adolescencia constituye una población estratégica en el campo de la salud mental y entendemos que el deporte representa un aspecto de la vida humana complejo donde la labor del/ de la psicólogo/a adquiere una incumbencia fundamental al operar como mediador en el desarrollo del/de la joven. Nuestra premisa sostiene entonces que la práctica deportiva grupal funciona como un escenario social de mediación favorable para la internalización de las FPS y los procesos de subjetivación a partir de las interacciones sociales que se presentan en dicho espacio.

Para llevar adelante este recorrido, hemos optado por la modalidad de ensayo ya que consideramos que este género es el más acorde porque habilita que la estructura del escrito quede “más librada a las exigencias del tema o a las preferencias del autor” (Marín, 2015, p. 26). Esta flexibilidad convierte la escritura en una experiencia subjetiva que, según Gómez (2021), “transita por las vías de la interrogación [...] intenta desplegar nuevos sentidos y propicia nuevos pliegues hasta llegar a la rareza del encuentro de algo nuevo” (p. 215).

Bajo esta premisa, situamos nuestro marco teórico reconociendo que, si bien es cierto que Lev Vygotsky no dedicó su obra específicamente al ámbito deportivo, sus aportes respecto a la constitución de la conciencia humana resultan hoy herramientas conceptuales indispensables para reflexionar acerca del desarrollo de la etapa vital de la adolescencia y los escenarios sociales en los que puede participar. Esto se debe a que las funciones psicológicas superiores se originan necesariamente a partir de las relaciones entre seres humanos (Wertsch, 1988). De este modo, situamos a los diferentes actores que hay en una práctica deportiva grupal, entre esos el/la psicólogo/a, operando en la Zona de Desarrollo Próximo (en adelante ZDP), entendida como el espacio donde el/la joven resuelve

problemas “bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz” (Vygotsky, 1979, p. 133). Para abordar esta premisa, nos hemos sustentado en una revisión de antecedentes bibliográficos de los últimos diez años, consultando fuentes tanto en español como en inglés que permiten situar nuestro interrogante en el debate académico actual.

Por todo lo mencionado, el presente trabajo se organiza en cuatro apartados que trazan el recorrido de nuestras vinculaciones y reflexiones. En primer lugar, desarrollaremos el sobre el desarrollo de las FPS para situar la implicancia de la teoría vigotskiana para la lectura de la práctica deportiva. Seguidamente, nos abocaremos a indagar las interacciones sociales con los pares, situando el lugar central de la dinámica del equipo. En un tercer momento, examinaremos las interacciones sociales con los adultos, focalizando en la importancia de las figuras de entrenadores/as, padres, madres y tutores/as. Finalmente, el escrito concluye con el abordaje del rol del/de la psicólogo/a como ZDP, situando la labor profesional en la brecha del desarrollo potencial del/de la adolescente.

Capítulo uno: Pensar el deporte desde la psicología constructivista sociocultural.

Al adentrarnos en la complejidad teórica de Lev Vygotsky, nos encontramos con una invitación a repensar la adolescencia no como una etapa de cambios puramente biológicos, sino como un proceso de transformaciones sociales y vinculares. Si aceptamos que el desarrollo de la conciencia es indisociable del entorno social, el escenario deportivo deja de ser una simple actividad física para transformarse en un espacio interesante para reflexionar acerca de los procesos de construcción de la subjetivación. Nos preguntamos entonces: ¿de qué manera el lenguaje del equipo y las reglas del juego operan como herramientas que moldean la subjetividad del/de la joven? Para abordar este interrogante, es preciso profundizar en la naturaleza de la mediación semiótica; ya Vygotsky (1979) nos afirmaba que el autodominio se logra mediante el uso de signos, esos estímulos artificiales que no buscan transformar el mundo externo, sino regular los procesos internos. Por ello creemos que, dentro del deporte grupal, el signo está presente en cada indicación táctica y en cada límite reglamentario, funcionando como un andamiaje para el adolescente ante reacciones o acciones que en dicho momento vital pueden estar caracterizadas por la impulsividad.

Esto último se manifiesta con especial nitidez en el despliegue de las FPS. Entre ellas, la atención voluntaria, que a diferencia de la atención instintiva que responde a cualquier estímulo del entorno, implica un estilo de atención que en deportistas podemos pensar que se intelectualiza, volviéndose una función orientada por el pensamiento y la meta compartida (Vygotsky, 1979). Creemos entonces que el/la adolescente aprende a ignorar el ruido externo o la fatiga propia para enfocarse en la estrategia del grupo, siendo una práctica mediada con y por otros. De este modo, nos preguntamos, ¿Es acaso el grito del compañero o la mirada del entrenador lo que primero "dirige" esa atención para que luego el joven pueda capturarla para sí mismo? Aquí se pone en juego otro concepto central de la teoría vigotskiana: la voluntad, entendida no como un rasgo de carácter innato, sino como una FPS internalizada socialmente. La voluntad es la capacidad de crear estímulos artificiales para gobernar las propias reacciones (Vygotsky, 1979), lo cual puede percibirse en el deporte que un/una joven deportista sacrifique la gratificación inmediata del descanso o el desborde impulsivo en favor de un objetivo estratégico ligado a su práctica.

Estas vinculaciones nos invitan a pensar el lugar central del pensamiento abstracto, donde la capacidad de operar con símbolos, que pueden habilitar a un deportista, a descontextualizarse de la situación física inmediata (Wertsch, 1988). En un ámbito de competencia podemos pensar que el adolescente debe leer el juego como un sistema de relaciones posibles, anticipando movimientos y planificando acciones que aún no han ocurrido. Esta evolución conjunta de las FPS no es un proceso lineal ni solitario; se va organizando de manera conjunta y en la esa brecha que conocemos como ZDP. Es en este

espacio de potencialidad dónde funciones que aún no han madurado comienzan su proceso de internalización bajo la guía de quienes ya poseen esas herramientas (Vygotsky, 1979).

En esta línea, la internalización tiene un peso fundamental ya que implica esa transformación genética que permite que lo interpsicológico, que se da en lo social devenga intrapsicológico, pasando a ser parte del repertorio individual, transformado su estructura misma (Wertsch, 1988).

Llegados a este punto, es importante focalizar la lectura en torno al lugar que tiene la interacción, ¿qué papel específico juegan los/as pares en este andamiaje de las FPS?, ¿cómo se influencian mutuamente los/as pares para la internalización progresiva de las FPS? Estas preguntas nos invitan a indagar, en el siguiente apartado, la mediación de los compañeros de juego como el motor de la internalización. Del mismo modo, no podemos ignorar la figura del/de la adulto/a: ¿de qué manera la autoridad del/de la entrenador/a o cuerpo técnico se internaliza para que el adolescente pueda regularse? ¿Qué lugar ocupan los padres, madres y tutores en este proceso de internalización progresiva? Y finalmente, ¿qué lugar ocupa el/la psicólogo/a en esa ZDP para asegurar que el deporte sea, efectivamente, un escenario de salud mental y no solo de rendimiento? ¿Qué lugar toma su rol para regular las interacciones con los/as pares y adultos/a para generar un espacio saludable? Estas vías de interrogación son las que abren puntos de análisis cruciales para pensar los procesos de subjetivación en el escenario social que habilita la práctica deportiva grupal.

Capítulo dos: Las interacciones sociales con el grupo de pares.

En concordancia con lo mencionado, consideramos que la relación con los semejantes dentro del equipo deportivo y la práctica grupal es sin dudas una de las dimensiones más influyentes en la integración con los otros. Entendemos que el grupo de pares no es solo un entorno de práctica, sino que puede tomar carácter de pertenencia donde los/as jóvenes encuentran sus mayores relaciones interafectivas e interaccionan socialmente de manera exitosa.

Por ello, es importante situar que la participación dentro de este escenario social puede pensarse desde la simple práctica amateur/recreativa siguiendo con la competencia en categorías formativas, hasta el desempeño en alto rendimiento.

Así, comprendemos que los procesos de subjetivación se ven notablemente influenciados a la hora de practicar y sostener una actividad deportiva; numerosas investigaciones coinciden con nuestras vinculaciones. En los aportes de Hernández y Capella (2014), observamos cómo el entorno deportivo como escenario social genera una focalización atencional específica que los jóvenes no encuentran en otros ámbitos. Una de las nadadoras entrevistadas afirma allí “Mis amigos de acá son más cercanos que los del

colegio (…) compartimos lo mismo que nos gusta (…) con los amigos del colegio no compartimos lo mismo así, porque ellos no entienden lo que es hacer un deporte" (p. 76). Entendemos que esta distinción es central y acertada ya que el equipo de prácticas constituye una categoría donde la joven debe orientar su atención hacia metas compartidas con quienes validan su esfuerzo; esto puede leerse en los resultados donde las nadadoras mismas expresan que sus amigos dentro del deporte son más cercanos a los de la escuela ya que entienden las complejidades del deporte y quieren mejorar en ello (Hernández y Capella, 2014).

En consonancia con esto, nos resulta interesante situar que el deporte puede asentarse como un espacio que habilita interacciones sociales enriquecedoras para el/la adolescente a modo de un "lugar de pertenencia y satisfacción personal" (Hernández & Capella, 2014, p. 71). Esto último nos resulta crucial para pensar que este espacio permite la internalización de las pautas de juego como también vínculos enriquecedores con amigo/as y compañeros/as de equipo. Así creemos que el grupo de pares en el despliegue de un deporte no debe entenderse meramente como un espacio de recreación, sino como el plano interpsicológico fundamental donde los/as jóvenes están en constante construcción y reconstrucción de sus FPS que pasan a ser parte de su repertorio individual.

En esta línea, sostenemos que a partir de la internalización de estas funciones en los/as jóvenes que son parte de un espacio de satisfacción personal; abre la posibilidad para que puedan habilitar relaciones sociales más asertivas y colaborativas en otros espacios y ámbitos de su rutina en el atravesamiento de esta etapa de su vida. En concordancia con nuestra postura, Raimundi y Schmidt (2025) destacan que el entrenamiento en habilidades psicológicas dentro de la práctica deportiva no solo debe focalizarse en el rendimiento deportivo sino que son habilidades que pueden constituir recursos valiosos aplicables para cualquier dominio vital; la escuela, las relaciones interpersonales y el futuro.

Por lo mencionado previamente, reconocemos que el intercambio con el grupo de pares, en el marco de los entrenamientos y competencias, funciona como esa mediación semiótica indispensable para la posible internalización de herramientas psicológicas centrales. De este modo, podemos pensar la progresiva internalización de la voluntad en el marco deportivo sobre un dominio de las reacciones mediante la creación y uso de estímulos artificiales que se convierten en causas del comportamiento (Vygotsky, 1979) que son posibles gracias al contexto de intercambio con otros/as semejantes.

Asimismo, percibimos que en la trama con los iguales, la atención voluntaria se desenvuelve como una función mediada y consciente durante las prácticas en sus distintas facetas e instancias. Esto último lo entendemos desde el encuentro en los espacios comunes que incluye un deporte: una cancha, natatorio, gimnasio, vestuario, etc; como

también, un entrenamiento semanal hasta la ejecución de un partido en un contexto de competencia. Todo esto se desenvuelve para lograr inhibir distractores y regular la percepción propia en función del grupo, transformando una relación social en una capacidad interna de autorregulación para el joven deportista. En consonancia con estas ideas (Raimundi, 2025) sitúa que “el deporte en la adolescencia, sea de alta competencia, amateur o recreativo, ha demostrado ser un espacio privilegiado para la construcción de identidad, la formación de valores el aprendizaje de habilidades para la vida” (p.19).

Esto último, nos lleva a comprender las interacciones cooperativas que se ven en los resultados de diferentes investigaciones se posicionan como zonas de desarrollo donde el/la adolescente ensaya acciones que luego formarán parte de su repertorio independiente en relación a su grupo de pares, lo cual, si va acompañado de una sensación de disfrute y un lugar de pertenencia, permiten que esta experiencia de manera positiva en el proceso subjetivo personal del joven que también se encuentra en la travesía de un proceso de cambios emocionales, cognitivos y corporales propios de la adolescencia.

De este modo, sostenemos que el equipo y con ello el grupo de pares funcionan como actores centrales dentro del escenario social que significa la actividad deportiva grupal donde los significados se redefinen de forma intersubjetiva en cada interacción colectiva.

Capítulo tres: Las interacciones sociales con los/as adultos/as:

A los fines de continuar desplegando la premisa central de este ensayo y seguir pensando en los actores que construyen el escenario social que presenta el deporte, nos resulta esencial situar aportes respecto a las interacciones sociales de los/as jóvenes deportistas con los adultos/as, entendiendo a éstos por los padres, madres, tutores/as, entrenadores/as, preparadores/as físicos, etc. que acompañan estas actividades.

Comprendemos que el proceso de subjetivación del/de la deportista no puede escindirse del entramado institucional, donde los/as adultos/as operan como otros más capacitados siendo figuras encargadas de proveer el andamiaje necesario para que el/la joven logre internalizar las complejidades del deporte. En este sentido, el aporte de Laíño et al. (2019) evidencia sobre cómo el éxito en el desarrollo del talento depende de factores contextuales donde las escuelas y las familias, en el contexto del alto rendimiento, se ubican como actores claves para acompañar el desarrollo de la experiencia deportiva.

Situamos que esta compañía va más allá de la organización, y se constituye como una mediación dentro del escenario social que implica el deporte, donde este apoyo permite que el/la joven transite desde una práctica recreativa hacia una especialización experta a partir del sostén provisto por individuos más capacitados/as.

Para pensar el lugar de los entrenadores/as dentro de este escenario social, resulta interesante el hallazgo de Lavignolle et al. (2020) que, desde una lectura psicoanalítica, sitúan respecto a la persistencia del vínculo de los/as jóvenes con los adultos en el transcurso de las actividades deportivas. Allí los autores describen que los deportistas de alto rendimiento a menudo no han concluido el “duelo por la pérdida de los padres de la infancia”, pues mantienen una dependencia funcional con los entrenadores para sostener su carrera (Lavignolle et al. , 2020). Este hallazgo, en términos de la psicología social constructivista, podemos leerlo como un asunto que no se reduce a una falta de madurez, sino bien como un pilar importante que tienen los entrenadores como sostén emocional en el marco de un deporte; entendiéndolo como un posicionamiento activo respecto a la ZDP de los jóvenes. Consideramos fuertemente que los/as integrantes de un cuerpo técnico situados como otros más capacitados/as no solo permiten que los/as jóvenes puedan internalizar las reglas y tácticas sino también que haya una sensación de disfrute. En esta línea, Lavignolle et al. 2020, aportan evidencia contundente sobre este proceso al identificar que los padres son el primer agente motivador de la práctica, seguidos por el entrenador, quien es investido como un “líder o modelo de identificación” (p. 107).

Por lo mencionado, consideramos que este sostén es lo que acompaña el desarrollo de una voluntad intelectualizada, capaz de postergar gratificaciones inmediatas en favor de un proyecto de vida del deportista. Esto lo vemos reflejado en que la gran mayoría de los jóvenes que compiten en alto rendimiento manifiestan que “ser deportista es lo que más quiero en la vida” (p. 111), logrando que las indicaciones externas del adulto, se transformen en una determinación intrapsicológica.

De esta manera, si consideramos el lugar de la influencia de los padres y tutores en el desarrollo potencial de el/la adolescente, resulta revelador el aporte de Castro-Sánchez et al. (2016), quienes señalan en sus resultados que la motivación de los/as adolescentes para el aprendizaje de un deporte no se ve influenciada por el hecho de que sus padres/tutores practiquen también una actividad deportiva de forma regular.

Entendemos que este hallazgo es fundamental para nuestro análisis, ya que desplaza la importancia del "modelo de ejecución" hacia la función del adulto como un "otro más capacitado" en el plano del sostén subjetivo y material para que el/la adolescente pueda mantener y permanecer en la práctica deportiva.

En concordancia con lo mencionado, es crucial entender que el rol de los/as entrenadores “es un nodo donde se gestiona la información relevante tanto de los deportistas como del resto del cuerpo técnico y staff de apoyo” (Alvarez & Castillo, 2025, p.59). Así, seguimos comprendiendo que el lugar de el/la adulto/a toma un lugar relevante como sostén emocional y de orientación que tiene una participación importante en el logro de metas y objetivos del joven en crecimiento.

Así mismo, señalan Laíño et al. (2019) retomando las investigaciones de Aalberg y Sæther (2016) que los/as deportistas exitosos atribuyen sus logros, en gran medida, a la calidad del vínculo social y las buenas relaciones que establecen con sus entrenadores. Por ello, creemos que el entrenador no solo transmite técnica, sino que ofrece los signos y metas que el/la adolescente internaliza para estructurar su voluntad. Dicha función puede leerse en torno a los resultados que manifiestan la capacidad de autorregulación del joven para priorizar su proyecto deportivo, ya que una vasta mayoría de los talentos argentinos en la muestra de la investigación afirma: “Prefiero entrenar antes que estar en la escuela estudiando” (Laíño et al., 2019, p. 55). Comprendemos que esta preferencia no es necesariamente un desinterés educativo, sino el reflejo de cómo este escenario social mediado por adultos, valida ese camino como un horizonte de vida viable.

Retomando las ideas de Hernandez y Capella (2014) los autores ubican en sus resultados sobre el trabajo con nadadoras adolescentes que entrenan en conjunto; que el entrenador es a menudo investido con una carga afectiva tan fuerte que se convierte en un soporte esencial para la permanencia. Allí, se lo describe como una “figura significativa, cariñosa, confiable”, llegando incluso a percibirse que “la confianza que se va formando con él es como la de un papá […] es como parte de tu familia” (Hernández y Capella, 2014, p.79). Esto tiene una correlación con nuestra perspectiva, en torno a que los adultos son agentes centrales en la ZDP, porque proveen el andamiaje necesario para que el joven logre sostener e internalizar los hábitos y técnicas de la práctica.

De este modo, retomando el lugar de los padres, madres y/o tutores/as, consideramos que su rol como mediadores se manifiesta inicialmente en la dimensión económica y logística -solventando entrenamientos, viajes para competir, e indumentaria-, lo cual permite que el/la adolescente cuente con un escenario social estable para desarrollar su voluntad. Sin embargo, más allá del sustento material, situamos como aspecto indispensable que los adultos procuren conocer las reglas, pautas y categorías de la disciplina que sus hijos han elegido. Así, este conocimiento no busca una instrucción técnica, sino propiciar una interacción social basada en la empatía y el fortalecimiento del vínculo afectivo. Entendemos que, cuando el adulto comprende el marco normativo y contextual del deporte, la comunicación se transforma en una herramienta semiótica que facilita la integración de los hábitos deportivos como propiedades internas del/ de la joven.

De este modo, el acompañamiento del/de la adulto/a en general actúa como el soporte interpsicológico necesario para que el joven transite hacia una autonomía responsable en el paso por la adolescencia. No obstante, dejamos planteado como disparador para futuras indagaciones que este acompañamiento del deporte por parte de los adultos puede volverse problemático cuando da lugar a relaciones de presión y hostilidad junto con el/la joven.

Por tanto, reafirmamos que su función ética en la ZDP debe ser la de un facilitador/a que resguarde el disfrute y la salud mental, permitiendo que la práctica deportiva sea un motor de subjetivación sana.

En esta línea, si partimos de entender la noción de voluntad desde la obra de Vigotsky (1979) situamos que estos aportes respecto del acompañamiento de los/as adultos/as en la práctica deportiva permite un desarrollo de la capacidad de autodominio y autorregulación la que permite a el/la joven trascender los impulsos inmediatos en favor de metas a largo plazo.

Esto último también se corresponde con los valores institucionales de los clubes, las metas de entrenamiento y la ética competitiva facilitadas por el/la adulto/a funcionan como esos signos fundamentales que permiten a el/la adolescente ejercer un autodominio sobre sus impulsos inmediatos.

Así mismo, sostenemos que los vínculos afectivos con adultos/as significativos un lugar central en los procesos de subjetivación de los adolescentes ya que se trata de personas importantes para el crecimiento de los/as jóvenes deportistas que va más allá de aprender una técnica, sino de habitar un espacio de confianza en pos de poder proyectarse hacia un desarrollo potencial donde la guía otros más capacitados/as permite que la alta exigencia de la competencia no se traduzca en abandono, sino en un desafío asumible y posible incorporando los valores enriquecedores que implica participar de un deporte.

Capítulo 4: El rol del/de la psicólogo/a como Zona de Desarrollo Próximo:

Para continuar pensando en la internalización de las FPS en el despliegue de la actividad deportiva es pertinente situar que la American Psychological Association (2023) (en adelante APA) sitúa numerosas funciones que tiene el/la profesional que se desempeña en el área de la psicología del deporte. Entre ellas destacamos: el entrenamiento en habilidades psicológicas de los deportistas, la concentración y estrategias de control atencional para deportistas entrenamiento del liderazgo, intervenciones para abordar las necesidades de padres, madres, así como de familiares involucrados en la participación de los jóvenes en el deporte, formación de entrenadores/as en motivación, habilidades interpersonales y liderazgo, entre otras.

Estas incumbencias nos resultan centrales para seguir desplegando la premisa del presente escrito, y para vincular la categoría del rol del/de la psicólogo/a deportivo con la categoría de ZDP para realizar una lectura de las posibles intervenciones de el/la profesional como una figura que se asienta específicamente en la brecha del desarrollo potencial de el/la joven deportista. Entendemos que puede ubicarse en el lugar de mediador semiótico a partir de las intervenciones dentro de una actividad deportiva que permiten

generar interacciones sociales más saludables y apropiadas entre los actores que forman parte del escenario social que significa un deporte atravesado por la grupalidad.

Complementando nuestras ideas, la propuesta de un “sistema de actuación psicológica” formulada por Vives Benedicto y Garcés de Los Fayos Ruiz (2021) permite operativizar esta mediación en el campo del fútbol base. Los autores definen la intervención no como un hecho aislado, sino como un “proceso pedagógico para incrementar el rendimiento deportivo mediante el desarrollo de un control efectivo sobre las variables de orden psicológico [...] formando además recursos y cualidades útiles para el desempeño del futbolista en otros ámbitos de su vida” (p. 57). Esta perspectiva refuerza la idea de que la labor del/de la psicólogo en la ZDP busca la maduración de funciones psicológicas superiores como la voluntad y el pensamiento abstracto, bajo la premisa de que “el fútbol es un juego que se juega con el cerebro” (p. 62). Además, sus aportes dan cuenta de cómo esta presencia integral permite una evaluación continua de las necesidades psicológicas, lo cual funciona como un andamiaje fundamental que sostiene la brecha entre el nivel de desarrollo real del/de la deportista y su desarrollo potencial. Más allá de tratarse de una planificación pensada para la práctica futbolística consideramos que este proceso psicoeducativo que permite la guía pautada por un psicólogo/a deportivo/a puede extrapolarse en los deportes ya que todas las actividades físicas involucran, la atención, planificación, control de los impulsos, entre otras.

En esta línea, García-Naveira (2010) sitúa que el abordaje del psicólogo en el deporte parte de entender al deportista como una “unidad funcional (emocional, cognitiva, social, fisiológica y comportamental) que necesita de una atención y entrenamiento global” (p. 260). Esto último lo comprendemos a modo de que el abordaje actúa sobre la estructura sistémica de la conciencia, facilitando la integración de las FPS. Su trabajo es relevante ya que allí permite el ejercicio sobre “autocontrol de procesos internos como la confianza, la atención, las emociones, la cognición o los estados corporales” (García-Naveira, 2010, p. 263).

Sostenemos que este entrenamiento no es otra cosa que el andamiaje de la voluntad y la atención voluntaria: mediante el uso de estímulos artificiales y técnicas de autorregulación, el/la deportista aprende a dominar sus propias reacciones, transformando un mandato técnico externo en una capacidad intrapsicológica de autodominio.

Aun así, esta labor no debe reducirse solo en la simple intervención, como una charla informativa organizada por un profesional invitado por una institución, sino en el sostén en el tiempo es fundamental, ya que en términos de García-Naveira (2010) implica el “seguimiento de los aspectos psicológicos que acompañan e inciden en un correcto desarrollo del deportista (personalidad, habilidades psicológicas, hábitos saludables…” (p. 261). Consideramos que este acompañamiento habilita a el/la adolescente desarrollar un

pensamiento abstracto sobre su propio proyecto de vida, logrando una descontextualización de su identidad: el/la joven deja de ser solo un ejecutor/a de acciones motrices para convertirse en un individuo capaz de analizar y orientar su conducta en función de metas a mediano-largo plazo.

Respecto a la construcción y sostén de un proyecto de vida, sostenemos que la labor del psicólogo en la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) adquiere una dimensión ética fundamental al intervenir en las realidades críticas y complejas que pueden atravesar los adolescentes en la participación en el alto rendimiento. Roffé y Bracco (2003) en su análisis sobre el fútbol de élite, sitúan la problemática financiera como un estímulo social desmedido, señalando que existen casos donde el/la adolescente termina siendo el "sostén de familia con el dinero que percibe del representante […] sin estar preparado psíquicamente para ello" (p. 42)

En torno a sus aportes, nos resulta central para seguir situando la mediación pertinente que tiene el profesional ya que, desde nuestra lectura, esta presión externa que excede la madurez biológica del sujeto, permite pensar situando a el/la psicólogo como el otro más capacitado encargado de andamiar la autorregulación de estas tensiones.

Comprendemos que la intervención técnica desde el sostén y acompañamiento provee las herramientas semióticas necesarias para que el/la joven logre la intelectualización de su situación vital, transformando una exigencia ambiental estresante en una capacidad interna de dominio sobre su propia conducta y carrera deportiva. Así, coincidimos que la labor profesional se debe orientar a sostener el disfrute y el grado de diversión acorde a la edad del joven (Roffé & Bracco, 2003), impidiendo que las demandas del alto rendimiento o las urgencias materiales anulen el placer intrínseco por la actividad a la que quieren dedicarse.

Estas consideraciones son nodales para preservar la dimensión lúdica es lo que garantiza que el deporte siga funcionando como un escenario de salud mental y constitución subjetiva, y no meramente como una estrategia de supervivencia económica que restrinja el desarrollo evolutivo saludable del adolescente.

Vemos entonces que, en torno a la premisa central de este ensayo, la incumbencia de el/la psicólogo/a en el área deportiva, consiste en intervenir dentro del escenario social que significa el deporte sobre los factores sociales y culturales de la actividad para facilitar procesos de subjetivación saludables entre las personas que hacen al deporte como compañeros de equipo, cuerpo técnico, padres, entre otros. En términos vigotskianos podemos ubicarlo como un mediador semiótico, que busca garantizar que la sociabilidad grupal deportiva se sostenga efectivamente para el desarrollo psíquico y emocional de esa práctica y no sea meramente un ámbito de exigencia de rendimiento.

Situarlo de esta manera en su desarrollo profesional remite a pensar que las intervenciones dentro de su trabajo pueden estar enfocadas en los diferentes actores que participan de un deporte, lo que puede clasificarse en lo que clasifican Singer y Anshel, (2006) en torno a: el deportista, en el equipo, en el entrenador o la familia.

Podemos pensar que la influencia del/de la psicólogo/a deportivo/a en el desarrollo de las FPS de los/las deportista jóvenes, respecto al trabajo con los entrenadores, debe centrarse en aspectos pertinentes que se desenvuelven en el encuentro grupal. Alvarez y Castillo (2025) sitúan que algunos de los aspectos centrales a trabajar son: el liderazgo, la motivación, gestión y construcción de la cohesión de equipo, habilidades de comunicación, gestión de las emociones y autoconciencia, entre otros.

En primer lugar, pensar el trabajo con los/as entrenadores/as y sus interacciones, es central ya que son aquellos/as más capacitados/as que deben guiar a los/as jóvenes deportistas en la incorporación de la técnica, reglas y valores de la disciplina en la que participan. Para poder acceder a esos momentos cruciales para la internalización de la actividad deportiva, resulta enriquecedor el aporte de Alvarez & Castillo (2025) que afirman que:

> El trabajo de intervención con los entrenadores [...] se realiza mediante la observación de entrenamientos y partidos, con lo que podremos ofrecer un *feedback* específico sobre los estilos y conductas concretas del entrenador, pudiendo señalar estrategias de desarrollo de competencias y habilidades necesarias para el desarrollo de su rol (p.59).

Nos resulta importante destacar que entre las variables mencionadas previamente para tomar por el trabajo de el/la psicólogo/a deportivo, se destaca que las habilidades en la comunicación son un eje central ya que si el entrenador enfoca y aprende a aplicar sus instrucciones de forma afirmativa es importante para minimizar las ambigüedades y mejorar la especificidad en las instrucciones (Alvarez & Castillo, 2025). Esto es notoriamente vinculable con la internalización del pensamiento abstracto que Wertsch (1988) afirma que permite que el individuo vaya integrando su capacidad de operar dentro de sistemas conceptuales organizados (como puede ser un entrenamiento) para pasar a la descontextualización de los instrumentos de mediación, con mayor independencia y alcanzando una mayor una lógica estratégica, como puede ser desde nuestra lectura un contexto de competencia donde debe aplicar aquellas directivas que internalizo por parte del/de la entrenador/a.

En segundo lugar, consideramos que la implicación profesional con los/as deportistas es central para seguir la lectura sobre la internalización de las FPS. Respecto a esta población, Alvarez & Castillo, 2025 destacan la intervención en torno a las variables de

la visualización, el foco atencional, la concentración y la gestión eficaz del pensamiento entre otras.

El trabajo en torno a la visualización “se utiliza para trabajar aspectos de la técnica y aspectos tácticos, como son los detonantes que deben poner en marcha una acción táctica, así como aproximaciones a situaciones potencialmente estresantes [...] o las reacciones adaptativas durante la competición” (Alvarez & Castillo, 2025, p.67); en sintonía con estos autores, la intervención en sobre el foco atencional permite elaborar situaciones reales de entrenamiento como de competición (Alvarez & Castillo, 2025).

Considerando lo mencionado, reconocemos, entre estas habilidades que puede poner en elaboración el/la psicólogo/a deportivo/a en su hacer, la atención voluntaria como FPS se pone en marcha dando cuenta de un control consciente, mediado e intelectualizado que le puede abrir al deportista nuevas herramientas para ejecutarlas en su desempeño.

En esta línea, es pertinente mencionar la gestión eficaz del pensamiento, otra de las habilidades a trabajar en las intervenciones del psicólogo deportivo. Esta última según Alvarez & Castillo(2025) es central para la autoeficacia y la autoconfianza del deportista, como también para optimizar el rendimiento deportivo y la vivencia de la práctica con el objetivo de poder focalizar en los aspectos relevantes y en los que puede ejercer más control. Comprendemos que el/la profesional de la salud mental que propone actividades, tareas, talleres, entre otras alternativas de acción, puede lograr que el deportista tenga más posibilidades y pueda lograr nuevos objetivos; posicionándose entonces con un papel central dentro de la ZDP como guía para llegar a nuevos logros.

En tercer lugar, respecto al trabajo con padres, madres y tutores/as que son parte de este escenario social que significa el deporte, Alvarez & Castillo (2025) sitúan que el profesional “podrá ofrecer a los familiares estrategias de gestión para el acompañamientos y la socialización deportiva de sus hijos en formación, lo que también ayudará a una fomentar una comunicación eficaz con los entrenadores de sus hijos e hijas” (p.70).

Aquí podemos ver como la intervención pone en vinculación a todas las interacciones sociales que puede tener el joven para que habite la práctica deportiva de una manera saludable. En torno a esto, las variables más importantes a trabajar con los/as adultos/as que acompañan al joven según Alvarez & Castillo (2025) son la gestión de emociones y la motivación. De este modo, el desarrollo en la gestión de emociones es central ya que “los jóvenes deportistas deben sentir el apoyo de sus familiares y aprender a gestionar sus emociones[...] los familiares deben mostrar ese apoyo de manera constructiva” (Alvarez & Castillo, 2025, p.71); mientras que el trabajo en torno a la motivación es central ya que los/as adultos/as deben aprender a cómo lograr el acompañamiento de forma asertiva en pos de buenas formas de transmisión para aplicarlas en los diferentes espacios que incluye una disciplina.

Estas variables descriptas que debe tener en cuenta el/la profesional son vinculables con la importancia que tiene la internalización de la voluntad como FPS respecto a que el joven logre un dominio de sus propias reacciones, como pueden ser las emociones y acciones en un contexto de competencia, podrá lograr objetivos tanto individuales como colectivos dentro de su deporte. Por ello, es importante el enfoque sobre el rol que cumplen los padres, madres y tutores/as ya que son los encargados de contener y sostener a sus hijos/as en las distintas escenas que tiene el deporte como escenario social.

De este modo, pensamos que el trabajo profesional en la guía del deportista para el logro de habilidades puede habilitar herramientas para resolver independientemente un problema en términos de un nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro/a compañero/a más capaz. Nos parece interesante pensar que su trabajo en el marco de la psicología del deporte no se reduce al alto rendimiento o al deporte profesional, sino que también debe pensarse como un campo que se orienta a la búsqueda de bienestar, el disfrute y el desarrollo de las personas en los distintos momentos del ciclo vital promoviendo así la salud, física, psíquica y social (Raimundi & Schmidt, 2025).

Desde esta interpretación del rol profesional, cuando el/ psicólogo/a es validado/a y aceptado/a por los distintos colectivos que participan en la actividad (entrenadores/as, padres, madres o tutores/as y directivos) se constituye como ese otro/a más capacitado que puede guiar la resolución de conflictos y la adquisición de nuevas habilidades que puedan ser efectivamente internalizadas por el/la adolescente.

Reflexiones finales:

El recorrido realizado nos ha permitido situar aportes interesantes para dar cuenta del lugar central de los diferentes actores que hacen al escenario social de una actividad deportiva en la adolescencia. Ha sido notable cómo el rol de el/la psicólogo/a deportivo/a es central para lograr que ese escenario pueda desenvolverse de manera más saludable y agradable a partir de la planificación y ejecución de intervenciones que permitan regular y coordinar las interacciones sociales que atraviesa un/a deportista adolescente.

De este modo, sostenemos que el profesional, al ser validado por el entorno, se constituye como ese otro/a más capacitado/a que guía la resolución de conflictos y la adquisición de habilidades que serán efectivamente internalizadas por el/la joven.

En esta línea, y ya situados los conceptos centrales de la psicología constructivista social, consideramos necesario reafirmar nuestra premisa central: la práctica deportiva grupal funciona como un escenario social de mediación favorable para el despliegue de las interacciones sociales necesarias para el desarrollo de las Funciones Psicológicas Superiores (FPS) y los procesos de subjetivación en adolescentes.

Hemos demostrado que el equipo no es solo un espacio de rendimiento, sino el plano interpsicológico donde funciones como la atención voluntaria, la voluntad y el pensamiento abstracto emergen primero como relaciones sociales antes de transformarse en capacidades individuales de autorregulación.

Asimismo, el análisis nos permitió comprender que el andamiaje provisto por entrenadores/as y padres y madres es el soporte indispensable para que la exigencia deportiva no se traduzca en alienación, sino en un motor de compromiso y salud mental. La intervención del/de la psicólogo/a en la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) habilita a que el adolescente no solo actúe por reacción ante estímulos externos, sino que logre una intelectualización de su práctica, adueñándose de su proyecto de vida.

Finalmente, reafirmamos que el valor de la actividad deportiva reside en su capacidad de promover el bienestar y el disfrute en esta etapa vital. Al intervenir sobre las funciones que se encuentran aún en proceso de maduración, el/la psicólogo/a y los actores significativos facilitan que el/la adolescente trascienda sus impulsos inmediatos, logrando que el deporte sea, en última instancia, un espacio para la constitución subjetiva saludable.

Referencias bibliográficas:

Alvarez, O., y Castillo, I. (2025). Variables de la evaluación y de la intervención en psicología del Deporte. En *Psicología del Deporte. Caja de herramientas para la evaluación y la intervención* (pp. 53-77). Paidós.

Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Martínez-Martínez, A., Chacón-Cuberos, R., y Espejo-Garcés, T. (2016). Clima motivacional de los adolescentes y su relación con el género, la práctica de actividad física, la modalidad deportiva, la práctica deportiva federada y la actividad física familiar. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, *12*(45), 262–277. https://doi.org/10.5232/ricyde2016.04504

García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. Papeles del Psicólogo, 31(3), 259–268. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77815136005.

Gómez, M. A. (2021). Escribir: Elogio de la incomodidad. En M. E. Arroyo, J. F. Cammardella, M. A. Cánaves, C. Castronuovo, A. M. Contino, J. Del Ponte, M. Eyras, D. García, R. Gras, & I. Laus, Letras bastardas: La universidad y su escritura (pp. 212-220). Punto Final Ediciones

Hernández, B., & Capella, C. (2014). Identidad personal y compromiso deportivo en adolescentes nadadoras de nivel competitivo. Revista De Psicología, 23 (1), 71–83.

Laíño, F. A., Tuñón, I., Castro, H., & Pérez Rodríguez, M. (2019). Educación formal y deporte de élite en adolescentes argentinos. Educación Física y Ciencia, 21(3), e089. https://doi.org/10.24215/23142561e089.

Lavignolle, B., Tuñon, I., Castro, H., & Pérez Rodríguez, M. (2020). Sociabilidad y modelos de identificación de deportistas juveniles expertos. Revista de Investigación del Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales, (18), 99–116.

Marín, M. (2015). Escribir textos científicos y académicos (1.ª ed.). Fondo de Cultura Económica.

Quiroga, F., Capella, C., Sepúlveda, G., Conca, B., & Miranda, J. (2021). Identidad personal en niños y adolescentes: estudio cualitativo. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 19 (2), 1-25.

Raimundi, M. J. (2025). Introducción. En *Psicología del Deporte. Caja de herramientas para la evaluación y la intervención* (pp. 17-23). Paidós.

Raimundi, M. J., y Schmidt, V. (2025). Introducción a la evaluación psicológica en el ámbito del deporte y la actividad física. La psicología del deporte como campo disciplinar y profesional. En *Psicología del deporte. Caja de herramientas para la evaluación y la intervención.* (pp. 27-51). Paidós.

Roffé, M., & Bracco, M. (2003). Intervención psicológica con la selección juvenil argentina sub-16: características “particulares” de los adolescentes inmersos en la singular dinámica del fútbol de élite. Cuadernos de Psicología del Deporte, 3(2), 41–50. https://digitum.um.es/server/api/core/bitstreams/464aa5ed-942a-4e93-aafd-616cb266cb9a/content

Singer, R. N., & Anshel, M. H. (2006). An overview of interventions in sport. In *The sportpsichologist's Handbook. A guide for Sport-Specific Performance Enhancement* (pp. 66-88). John Wiley & Sons Inc.

Society for Sport, Exercise & Performance Psychology (Division 47). (2023). APA Divisions. Retrieved July 13, 2026, from https://www.apadivisions.org/division-47

Tryphon, A. (2009). Piaget-Vigotsky: la génesis social del pensamiento. Paidós.

Vygotski, L. S. (1979). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Crítica.

Vives, B., y Garcés de los Fayos, E. J. (2021). El clima psicológico en equipos deportivos de base. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, *6*(1), Artículo e4. https://doi.org/10.5093/rpadef2021a4.

Wertsch, J. (1988). Vigotsky y la formación social de la mente. Paidós.