



Facultad de Psicología

Universidad Nacional de Rosario

Trabajo Integrador Final

Modalidad: Propuesta de intervención en el campo profesional

**“Olé olé, olé olé olá... Con todo el Rayo a por la Salud Mental”**

**Una propuesta de intervención en el club Velocidad y Resistencia**

**Autor:** Segovia, Francisco Gerardo

**Legajo:** S-5363/5

**Docente responsable:** Nahuel Castillo

-2023-

**Agradecimientos**

A mi familia de sangre, a la familia que elegí mis amigos y amigas, a los docentes y a los que ya no están; gracias por acompañarme en este camino, por abrazarme cuando lo necesitaba, por festejar en las buenas y bancarme en las malas, por haberme enseñado tantas cosas, por ser parte de lo que soy.

A la Facultad de Psicología por alojarme todos estos años, por brindarme tantas oportunidades y por haberme dejado tantos aprendizajes.

Al deporte, por formar parte de mi vida desde hace tanto, acompañándome y haciéndome feliz.

Gracias, gracias, gracias.

## Índice

Resumen y palabras claves	4
Denominación del proyecto	5
Justificación del proyecto	6
Mapa socio-histórico-político	8
Propuesta de intervención	11
Objetivos	14
Cronograma de trabajo	15
Recursos necesarios para la propuesta	16
Evaluación del proyecto	17
Referencias bibliográficas	18

## Resumen

El siguiente Trabajo Integrador Final consiste en una propuesta de intervención en el campo profesional del psicólogo, más precisamente en el ámbito del deporte. El programa busca trabajar con los adolescentes de entre 13 y 19 años que son parte del equipo de básquet del club Velocidad y Resistencia de la ciudad de Rosario.

El objetivo central del mismo es brindar un espacio que apunte a la Promoción y

Prevención de la Salud Mental en los deportistas de la institución, entendiendo el potencial del deporte como espacio de socialización y de salud.

Se propone desplegar un dispositivo para el abordaje grupal de aspectos psicológicos emergentes durante el año de competencia, ofreciendo así un espacio de sostén y potenciación tanto al jugador como al equipo. Utilizando el taller crítico como herramienta principal se dará lugar a una investigación participativa implicando la búsqueda de soluciones creativas que sean producto de una construcción colectiva.

## **Palabras claves**

Psicología en el deporte - Promoción y Prevención de la Salud Mental – Taller Crítico

## **Denominación del proyecto**

**“Olé olé, olé olé olá... con todo el Rayo a por la Salud Mental”**

Una propuesta de intervención en el club Velocidad y Resistencia

El Trabajo Integrador Final que se despliega a continuación consiste en una propuesta de intervención en el campo profesional del psicólogo, específicamente atendiendo al rol del psicólogo en el ámbito deportivo. Se pretende ofrecer un dispositivo que proponga el abordaje colectivo de los aspectos psicológicos emergentes en los jugadores de categorías inferiores del club a lo largo del año competitivo; buscando articular el deporte con la Promoción y Prevención de la Salud Mental y el bienestar en su práctica.

## **Justificación del proyecto**

Desde sus inicios, las intervenciones de la Psicología en el Deporte han estado

orientadas, principalmente, a preparar al deportista y solucionar sus problemas, enfocando sus aportes en mejorar el rendimiento competitivo exclusivamente. En este sentido, el psicólogo sería partícipe de la maximización de las competencias mentales de los jugadores, siendo esta una más de las cuatro patas del entrenamiento, sumado con la técnica, la táctica y la física; además de brindar un espacio para poder aliviar tensiones, ansiedades, estrés previo a la competencia, utilizando, por ejemplo, técnicas de respiración, visualización o concentración, por nombrar las más usadas (se puede caer en la tentación de adjudicar sólo de esta manera el alcance de este ámbito profesional). Sin embargo, con el paso del tiempo, este ámbito se ha ido desarrollando hacia un enfoque más abarcativo, comprendiendo toda la actividad físico deportiva e incluyendo una mirada multidisciplinar, la cual tiene en cuenta en su trabajo, además de la labor de los deportistas, a árbitros, entrenadores, padres de deportistas, etc. A su vez, ha ido atendiendo otras facetas, distintas al rendimiento, que se ponen en juego en la práctica deportiva; tales como el desarrollo personal, el bienestar o el desarrollo de valores y actitudes prosociales (Cantón, E. 2016).

Pensando en la práctica deportiva en la adolescencia, estas facetas que incorpora la Psicología en el Deporte toman un rol protagónico. Por un lado, es una etapa donde muchas veces el adolescente se compara con sus compañeros, busca progresar, quiere ver para que está en la disciplina que practica. Es sabido que solo una muy pequeña parte de los y las deportistas que compiten llegan a ser de la élite o llegan a poder vivir del deporte, e incluso en la gran mayoría de los casos la carrera profesional tiene una fecha de caducidad temprana, alrededor de los 35 a 40 años. Ya no es tan extraño escuchar a deportistas retirados opinar que los jóvenes deben apoyar su práctica deportiva con estudios, que tengan otros gustos e intereses y que puedan utilizar una vez que llegue el momento del retiro, que puedan manejarse de buena manera con el grupo, que puedan manejar sus finanzas, etc.; por ello, en este momento, tener como prioridad el bienestar en la actividad y el desarrollo de valores y actitudes que puedan servir en un futuro, tendría un gran valor para los jóvenes.

Por otro lado, es un momento de tránsito desde la niñez a la adultez, en el que las estructuras psicológicas que se conformaron en la infancia van asentándose en la adolescencia, por lo cual la mayoría de los profesionales ligados al deporte coinciden en que en esas edades es donde más se puede incidir con el trabajo psicológico.

Teniendo en cuenta la preponderancia de la práctica de deportes de conjunto en nuestro país y la pasión que usualmente promueve la competencia en ellos, el valor del equipo cobra mucha relevancia para la propuesta de intervención que se llevará a cabo. El equipo deportivo no es cualquier grupo, refiere a un conjunto de personas que se relacionan entre sí con una identidad, organizándose para realizar una tarea determinada, y que en cada uno de sus miembros existe un sentido de interdependencia, como consecuencia de esto cada uno de ellos tiene y juega un rol que complementa al resto de los integrantes (López, Rocha y Castillo 2012).

De acuerdo con Roffé (1999), sus principales características son: identidad, normas, similaridad, estabilidad, objetivos claros, sentimiento de pertenencia, cooperación entre sus miembros, respeto, comunicación, un líder (capitán) elegido por el grupo, atmósfera de confort psicológico, jerarquía de los miembros (roles), adaptación, orientación para lograr resultados buenos personales deportivos y de equipo, responsabilidad y creatividad; y como pilar fundamental la cohesión grupal, concepto que refiere a “un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y a permanecer unido en la búsqueda de sus metas y objetivos” (Carron 1982, citado en López, Rocha y Castillo 2012, p.34), aquello que permite el sentimiento de “nosotros”.

Sin embargo, podemos advertir que estas características son muy difíciles de lograr y mantener espontáneamente. He aquí donde el accionar del Psicólogo en el Deporte podría entrar en juego, teniendo a este “grupo ideal” como horizonte, buscando que se adquieran, practiquen, identifiquen y registren estas cualidades, con el propósito de poder favorecerlas y profundizarlas; con el agregado de que, además de ser importantes para una buena comunión a nivel grupal, representan una estimulación a la singularidad de cada chico.

La oportunidad de participar en una experiencia como la que se propone, en el marco de un grupo deportivo y con el acompañamiento psicológico, tiene algunos beneficios sustanciales como la del sostén que puede brindar el equipo en el contexto complejo y cambiante en que se desarrolla el año deportivo; a su vez da un espacio de potenciación en lo que se abordará en cada encuentro, ya que la experiencia grupal permite una práctica de valores, exposición de creencias, aperturas a la palabra en un contexto conocido, controlado, seguro y saludable que aloje y permita diferentes posturas; y finalmente, da lugar a que el resultado de lo trabajado sea una construcción colectiva novedosa, que pueda pertenecer a los chicos del club (dado el enfoque que se le da al taller). Así, la experiencia posee un sentimiento de pertenencia más fuerte, lo que ayuda a que el proceso y el producto final del encuentro se incorpore con mayor eficacia en cada uno, y así incida en la forma de manejarse de cada individuo con el grupo, y del grupo con otros.

A lo largo de una serie de encuentros, se propondrá trabajar en talleres y dinámicas grupales con una mirada en pos de la prevención y promoción de la salud mental, es decir “promoviendo acciones que creen entornos y condiciones de vida que propicien la salud mental y permitan a las personas adoptar y mantener modos de vida saludables” (OMS 2022). Se entenderá a la salud y con ella a la salud mental desde una dimensión dinámica, compleja y multicausal; en contraposición con la clásica concepción que la entiende como mera ausencia de enfermedad. De esta manera, el problema no sería la aparición del padecimiento en sí mismo, sino la imposibilidad de reaccionar ante él, la incapacidad de encontrar e inventar pequeñas soluciones, para así hacerle frente a las adversidades que se presentan día a día. En consecuencia, la salud y la enfermedad dejan de ser pensadas como compartimientos estancos, para pasar a formar parte de un proceso conjunto, en el cual ambas se van intercalando constantemente en el devenir de la vida.

Siguiendo esta línea, la mirada preventiva será pensada como una práctica social, desde donde las resoluciones a los conflictos se irán dando en el marco de una realidad que se presenta como compleja y problemática. Desde este punto de vista, la acción de prevenir no sería evitar que se produzca algún síntoma, sino que, al aparecer este, se le dé lugar, se escuche e interroge su origen; y, a partir de esa investigación, que los miembros del equipo puedan articular recursos simbólicos, asumiendo un rol activo en la búsqueda de su propio bienestar y que así se destaquen sus potencialidades particulares. De esta manera se superaría la visión meramente anticipatoria de la prevención, propia de una visión de salud lineal y de un sujeto pasivo (Bloj, 1997).

## Mapa socio-histórico-político

Teniendo en cuenta las puntualizaciones anteriores, el siguiente trabajo tiene como objetivo realizar una propuesta de intervención en el club Velocidad y Resistencia de la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe; ubicado en la calle Urquiza 2737 de dicha localidad, terreno que ocupa desde 1935, habiendo habitado anteriormente otro predio cercano en la calle San Lorenzo al 2700. Fue fundado el 1 de mayo de 1923, producto de un desprendimiento de la institución Huracán de Rosario; siendo inicialmente un club de básquet, y que fundó, junto a otros tantos, la actual Asociación Rosarina de este deporte. En su estatuto vigente se identifica como un club social que tiene como finalidad la realización, en sus instalaciones, de actividades sociales y deportivas.

Entre los años 1992 y 1997 se atravesó un período difícil en el cual el equipo de básquet se desafilió y, dado que era la única disciplina que se sostenía en el club, el establecimiento permaneció prácticamente cerrado durante esa etapa. Solo se abría circunstancialmente para que algunos socios vitalicios se reúnan socialmente, pero sin hacer uso de la cancha para hacer algún deporte. Recién en el año 1998, el presidente de ese entonces empieza a alquilar el espacio para la práctica de fútbol y patín, comenzando así con el renacimiento deportivo del establecimiento, atrayendo a chicos y chicas al lugar nuevamente. Posteriormente, entre el 2002 y el 2003 se pudo sumar equipos de vóley y básquet nuevamente.

Estas cuatro prácticas deportivas son las que actualmente permanecen y todas ellas son parte de las competencias que realizan a lo largo del año las Asociaciones Rosarinas respectivas, además de otros certámenes locales, provinciales y nacionales. En sus diversas actividades participan niños, niñas, adolescentes y mayores, concentrando la mayor cantidad de gente en patín y fútbol. A lo largo de sus 99 años de vida se han cosechado campeonatos y distinciones en las distintas disciplinas, engrandeciendo sus vitrinas y logrando un gran sentido de pertenencia en sus deportistas, sobre todo en los que han transitado el club por varios años.

“El Rayo”, como es apodado por su gente, se sostiene económicamente a partir del dinero que se recauda con el pago de la cuota de sus socios, por lo cual son ellos los protagonistas en todos los eventos sociales que se realizan para mejorar la institución, ya sea arreglos edilicios, adquisición de materiales para el entrenamiento deportivo, sueldo de los profesores, etc. En su gran mayoría estos son deportistas activos del club, quedando algunos socios vitalicios. Como se puede ver el deporte es el mayor valor del club, teniendo una función social, protectora y pedagógica, y haciendo que se tejan y mantengan lazos

entre los y las jóvenes que transitan sus espacios.

En este último año está pasando por una etapa de normalización administrativa del club (cantidad de socios activos, balances, etc.) con el objetivo de poder presentarse y recibir subsidios por parte del Estado, los cuales anteriormente podía obtener sólo en ciertos casos puntuales. Con ellos, el objetivo es agrandar el establecimiento y mejorar la cancha principal, para que haya más espacio, y así más horarios, con el fin de poder atraer a más personas a que disfruten de las instalaciones, del deporte y los valores que se pudieran llegar a transmitir entre sus paredes.

Prácticamente en toda su historia se ha mantenido un funcionamiento interno particular, donde todo lo respectivo a los papeles legales, horarios y financiamiento de cada deporte eran pactados de palabra, no teniendo la necesidad de presentarlo con un marco formal. En el presente año 2022 se produce la formación de la nueva comisión directiva, conformada con miembros de todas las disciplinas en igual cantidad, otorgando un equilibrio de poder, dando una pluralidad de voces en la permanente negociación y cooperación mutua, absorbiendo muchas funciones que antes quedaban a cargo del presidente exclusivamente. Esto llevó a una mejora sustancial en el ordenamiento del club, permitiendo que pueda llegar esta etapa

8

de normalización. Esta comisión directiva se constituye con el 50% de hombres y el 50% de mujeres.

Acerca de las actividades deportivas, en una carta escrita por la división de Patín Artístico, y a la que adhieren los representantes de los demás deportes, se puede leer que desde la institución:

“Somos fervientes promotores de la práctica deportiva desde edades tempranas por sus múltiples beneficios, los vinculados directamente con la salud, pero así también con aquellos que tienen relación con ayudar a la integración, a reforzar la autoestima, a trabajar en equipo, a entender la importancia de las normas, el respeto por las reglas y el esfuerzo para el logro de los objetivos”

En consonancia con esta proclama institucional, la propuesta que se presenta en este escrito seguiría la misma línea entendiendo la importancia del deporte no sólo para la salud física, sino también para la salud mental, el desarrollo personal y la transmisión de los valores que el club sostiene. Por lo tanto, la intervención ampliaría el lugar en que se considera a estas variables, además es destacable que las posibilidades, proposiciones y desafíos que la intervención se proponga estén alineados con los valores e ideas que tenga el club sobre el aspecto social y psicológico de las prácticas deportivas.

El presente año 2022 ha sido especial para la división de básquet, ya que después de mucho trabajo, de dirigentes, jugadores mayores y entrenadores, se ha podido volver a competir en las divisiones inferiores del campeonato rosarino. Desde hacía muchos años no se podía reunir suficientes chicos de inferiores como para presentar equipos en cada categoría. Es decir que el grupo que está dirigida la propuesta, serían los nuevos pioneros del básquet adolescente del club, con ellos están muchos años de trabajo, y así también una presión extra. Ya que no tienen una categoría superior que el haga de espejo, o que le oriente ciertos lineamientos.

La población a la cual está dirigida la propuesta son los adolescentes del equipo de básquet; chicos con edades entre los 13 y los 19 años que compiten en las categorías sub 13, sub 15, sub 17 y sub 19 de la rama masculina. Particularmente, es una camada de jugadores nuevos, ya que, para la gran mayoría de ellos, es su primer año entrenando juntos y compitiendo en un campeonato, además de ser el primer acercamiento a un club social.

Debido a esto, surgen algunas problemáticas propias tanto de la competencia como de la conformación de un equipo deportivo, dificultades en la cohesión grupal, exigencias desmedidas, frustraciones, diferencias entre las expectativas soñadas y las logradas, deserciones, etc.

A su vez, en el transcurso de la temporada, estas categorías también tuvieron el alejamiento del técnico (pieza fundamental, ya que ocupa el lugar de líder del grupo) que venía trabajando con ellos hace 2 años y, por consecuencia, la llegada de dos técnicos nuevos; con todo lo que eso conlleva, readaptación a los entrenamientos, a los profesores, a la forma de manejarse; en fin, se produjo un movimiento en toda su forma de estar a la hora de entrenar y estar en el club.

Una cuestión muy presente en Argentina es lo que se conoce como “la cultura del aguante”, derivada de la cultura patriarcal y que tuvo su origen en el fútbol nacional, aunque luego se ha esparcido por los demás deportes; transmitiéndose en gran medida e incidiendo sobre todo en los deportistas masculinos. Se trata de un imaginario en el que se tiende a pensar que para que el equipo gane y tenga éxito tiene que ser el grupo más “macho”, el que puso más huevos. De esto se desprende el mandato de que, para tener más aguante, los chicos tienen que poder con todo y contra todo siempre, no importando las circunstancias. Este mandato invisibiliza todo un espectro de situaciones que acontecen en la práctica del deporte, por considerarse emociones negativas o eventos que no responden a esta imagen de ganador. Por ejemplo, se deja de lado la posibilidad de sentir miedos, incomodidades o

9

ansiedades, porque si aparecen pasas a ser un cagón, o si se falla en un momento clave pasas a ser un “pecho frío”.

Actualmente dentro de la institución no se encuentra trabajando ningún profesional de la salud mental que pueda colaborar en el tratamiento de dichas problemáticas, quedando depositado ese rol en el entrenador, que no siempre está dispuesto o apto para tratar con ello. Aunque también, se considera que el rol del entrenador es clave, ya que es el que comanda todo el entrenamiento, el que está más tiempo con los chicos y tiene una imagen de liderazgo que puede potenciar todo lo que se realice trabajando en conjunto con lo propuesto por el psicólogo.

Cabe resaltar que intervenciones con un foco hacia la salud mental en los deportistas se divulgan pobremente en el país y hasta en el mundo. Se informa y se habla muy poco en los medios, usualmente solo cuando acontece una tragedia o en un evento de mucha trascendencia, por ejemplo, casos como el suicidio del “Morro” García en el fútbol argentino o de la tenista Naomi Osaka, que rápidamente quedan en el olvido. A su vez, la mayor parte de los psicólogos del deporte que trabajan lo hacen en clubes importantes de primeras divisiones, por lo que muchos lugares más pequeños o con menos convocatoria, no parecen estar en la agenda, quedando sin la posibilidad de acceder al tipo de prácticas que se proponen.

Por este motivo, una intervención como la que se propone, sumada a la potencia y contención que puede tener el equipo deportivo, podría ser de gran ayuda para la elaboración de estas situaciones problemáticas y brindaría acceso a un espacio de trabajo donde se privilegie la prevención y promoción de la salud mental, pensándola como un derecho de los jóvenes deportistas de la institución.

## **Propuesta de intervención**

Al deporte, en general, y a los deportes de equipo, en particular, se le atribuye un gran potencial para la educación en valores; pero esta influencia positiva está fuertemente condicionada por el marco de orientación con el que se lo articule en su práctica. En este sentido, una ética en el deporte no está dada en su esencia, sino en las pautas de actuación en las que puede enmarcarse. Con este contexto, se hace favorable dotar al deporte de una orientación ética y educativa específica (Ruiz Omeñaca, et al. 2015).

En este punto se hace indispensable poder ubicar el rol del psicólogo en el deporte; la intervención y el lugar del psicólogo deben estar estructurados desde una articulación de sentido, por lo tanto, sus funciones emergen de esta articulación, así como también del encuentro con el otro en un contexto institucional. De esta forma, podemos ubicar cuatro niveles de intervención con diferentes grados de especificidad, aunque difícilmente se encuentren en “estado puro”. Todas ellas apuntan al objetivo de relacionar el rendimiento con el bienestar; entendiendo como rendimiento que pueda disfrutar de manifestar todas sus capacidades posibles en la cancha. Desde esta mirada la intervención psicológica se ve como no lineal, directa y también indirecta, recursiva, cualitativa y operante en diferentes escalas. Ellos son el nivel asistencial, el optimizador, el coadyuvante y el preventivo (López Papucci, 2021).

Podemos ubicar el nivel asistencial relacionado al imaginario más general acerca del

trabajo del psicólogo en el ámbito deportivo: “resolviendo conflictos” o “arreglando lo que no anda”. Se lo puede ubicar desde una forma activa en la acción de ayudar o servir a alguien o en su forma pasiva de acompañar. Sin embargo, sus incumbencias en este ámbito exceden este plano.

La función de optimización del rendimiento radica en la lectura y en la construcción de sentidos que emergen de la articulación de lo singular/colectivo de un modelo de juego específico y de lo que se intenta lograr en términos de competición con ese modelo de juego. También se encargará de leer las especificidades que este último demanda a las variables psicológicas. En tanto sistémicas y complejas, apuntan a las relaciones entre las partes y el todo en diversos niveles y desde diferentes variables de rendimiento.

En cuanto a la función coadyuvante se puede pensar englobando lo preventivo y lo fortalecedor. Está compuesto por las prácticas que permiten al deportista no sólo gozar de un estado de logro y protección de su salud, sino también optimizar aquellos componentes, estructuras y sistemas que exige cada especialidad y que facilitan y aproximan al deportista al nivel de rendimiento deseado. Lo coadyuvante tiene que ver con la preparación de la condición psicológica para que las estructuras que dependen directa o indirectamente de ella puedan ser expresadas y que puedan interrelacionarse con todos los sistemas que componen a la persona deportista para lograr las sinergias necesarias que demanda el rendimiento.

La función preventiva desde el sentido que le da este autor se relaciona con el fortalecimiento de lo singular/cognitivo, pero excediendo al jugador y al cuerpo técnico. En este plano vamos a agregar más actores y pensar sobre todo la dimensión de los otros y del lazo social. El objetivo es fortalecer tanto la identidad como el contexto, lo cual se potencia mediante la articulación del sentido y las emociones de la dimensión singular/colectivo.

La identidad está formada por aquellos sentidos que organizan las acciones, pensamientos y emociones del jugador para consigo y para con los demás. En este sentido es necesario que el deportista genere una representación de sí mismo, de lo que quiere y de lo que busca. El contexto será fundamental para el desempeño deportivo y una labor clave del psicólogo es encargarse de leer ese contexto e intervenirlo, es decir, de construirlo con otros; en la medida en que la importancia de los sentidos y de las emociones es que sean compartidas, o sea colectivas. Esta función es muy importante en la medida en que lo

11

contextual es sumamente fortalecedor de la estructura socioafectiva, la cual se entiende como cubriendo e impregnando la coordinación de todas las estructuras.

La construcción de este contexto permite la emergencia del sentimiento de pertenencia y de identificación con un proyecto, en tanto cada miembro siente que forma parte de algo importante y propio. El contexto posee una dimensión profesional y una dimensión emocional, que están atravesadas por los procesos singular/colectivo; ambas igual de importantes y necesarias para que se dé un contexto profesional favorable. Se retroalimentan y se condicionan, pero la emocional es la que posee una posibilidad de intervención que promueve cambios más profundos y determinantes. Poder desarrollar un lazo genuino nos permite construir el lazo profesional en la medida que hemos generado confianza en quienes nos rodean, jugadores, cuerpo técnico, dirigentes, etc. El vínculo y el lazo social es la materia y el medio de trabajo para con los jugadores (López Papucci, 2021)

Cabe destacar que, para la intervención del psicólogo en cada una de estas funciones, no se debe dejar de analizar la dimensión del conflicto como algo inherente en el proceso de trabajo. La dimensión del conflicto se presenta como un emergente más de las

relaciones entre las partes y entre las partes y el todo. Es importante la no eliminación del conflicto, sino su interrogación, dado que aparece como fuente de información, dice algo sobre las relaciones entre el sujeto consigo mismo, con el equipo, con el club y viceversa. Su abordaje favorecerá la búsqueda de resoluciones novedosas.

Se puede pensar al proyecto más cercano a una función preventiva y coadyuvante, según el enfoque tomado por el autor. Lo que no quiere decir que en ciertas situaciones se puedan desarrollar funciones optimizadoras o asistenciales; dado que, desde el pensamiento de una realidad compleja, todas ellas pueden relacionarse en el desarrollo de una práctica.

Teniendo en cuenta estas puntualizaciones, la propuesta consistirá en llevar a cabo una serie de encuentros a lo largo del año competitivo, de los que formarán parte de forma permanente los jugadores y los coordinadores psicólogos, e incluirá circunstancialmente a los entrenadores, padres, otros jugadores de categorías mayores y directivos.

En un primer momento será necesaria una reunión informativa con los padres, los entrenadores y directivos del club. Ya que se trata de un trabajo con menores de edad es preciso contar con los consentimientos informados de los adultos responsables; así como también, brindar un paneo acerca de las actividades que se llevarán a cabo en el proceso del proyecto, los plazos y que se puede llegar a esperar de ellas.

Se utilizarán los primeros encuentros con el objetivo de presentar de qué se trata la propuesta, de qué trata la psicología y qué puede aportar en este espacio, escuchar ideas, y, a su vez, ir recaudando información por parte de los profesores, directivos, padres y chicos, y, en la misma instancia, ir despejando dudas o imaginarios que estén sobrevolando en estos grupos acerca de la intervención. Desde este espacio, los saberes, opiniones, experiencias y criterios previos de sus participantes son reconocidos como de gran valor para el conocimiento y la comprensión de la realidad social que se aborda, y aparecen como motor y guía de una intervención posible. Todo esto permitirá visualizar un panorama actual de la situación, a modo de diagnóstico parcial, que sirva de guía para la búsqueda de las técnicas de apertura o dinámicas de presentación que resulten más adecuadas para emplear. Este no se presentará como una etiqueta, sino como un ordenamiento simbólico que pueda ser útil para el equipo profesional, y, por lo tanto, que siempre sea un orientador provisorio y plausible de ser repensado y modificado si así lo requiera.

Se buscará abordar este proceso utilizando como herramienta principal al taller crítico, e incluyendo en él dinámicas grupales. Entendiéndolo, no como si fuera un fin en sí mismo, sino como un medio para poder trabajar las problemáticas emergentes que aparezcan en su desarrollo. Es decir, se lo pensará como un dispositivo analizador. A su vez, el mismo es una herramienta de recolección de información, y que dará lugar a una investigación participativa, la que posibilita la apropiación de la realidad a través de la construcción del conocimiento.

12

Para la misma es de suma importancia la participación de las personas que son parte del espacio en el proceso de objetivación de la realidad en estudio; teniendo como objetivo promover un conocimiento colectivo de dicha realidad y promover la modificación de ciertas condiciones que afectan a la vida cotidiana, y con ella a la actividad física (Peralta, 2007).

Al taller se lo piensa como un dispositivo que, a través de una serie de procesos, activa la expresión en las personas, facilita la comunicación de formas de ver, hablar, actuar y hace visibles sentimientos, vivencias, formas de ser, crear, y, sobre todo, de cómo relacionarse con otros sujetos para hacer construcciones. Gracias a su metodología de aprender haciendo en grupo, permite construir sentidos a los participantes con el fin de aprehender y conocer, desde la inserción integral en el proceso.

Dado su carácter interactivo, prioriza las relaciones sociales para posibilitar la construcción colectiva, el reconocimiento del sí mismo y de los demás; partiendo del saber cultural acumulado por los sujetos como elemento principal del debate y propiciando un espacio de diálogo e intercambio de experiencias y percepciones por parte del colectivo.

Tiene una utilidad significativa en el desarrollo de procesos participativos dirigidos al análisis de problemas sociales y al rastreo y creación de oportunidades para la acción en respuesta a ellos. Se pretende ejercitar el juicio y la habilidad mental para comprender procesos, determinar causas, buscar soluciones prácticas, estimular el trabajo cooperativo, preparar actividades en grupo, fomentar la creatividad y la iniciativa, desarrollar la capacidad de los líderes y propiciar la confrontación del conocimiento creando condiciones para la resolución de los problemas internos (Andrade y Muñoz, 2004).

El adjetivo *crítico* que se le adosa, alude al objetivo de que los participantes desarrollen un pensamiento capaz de cuestionar, evaluar y valorar para construir nuevos sentidos en el desarrollo del aprendizaje, promoviendo la capacidad de reflexionar sobre la validez del trabajo en equipo, el respeto por los puntos de vista ajenos, a través de aprender a ser y construir saber, haciendo.

El rol de moderadores del taller quedará a cargo de un equipo de dos profesionales psicólogos, responsables de la guía del proceso de construcción grupal, dirigiendo las preguntas, relacionando los saberes, dando la palabra a quien lo requiera, englobando los pensamientos dispersos; invitando a los participantes a plantear una valoración de las conclusiones obtenidas y propone una evaluación colectiva donde se marque aciertos y errores. El despliegue se hará de modo artesanal, teniendo en cuenta los emergentes que provengan de la dinámica, reintroduciéndolo en el proceso del encuentro, y dando lugar a la creatividad del momento.

Teniendo presente la importancia del contexto en la función preventiva, se presentará como un objetivo de profunda riqueza el establecer puntos de encuentro entre los jugadores y los diversos espacios institucionales del club. Para ello se buscará convocar a jugadores mayores de la categoría reserva y otros históricos que transmitan su tránsito por la institución a lo largo del tiempo, relatando la historia viva del mismo; para que ellos actúen como referentes necesarios de los chicos que van a ser a su vez el espejo de las próximas generaciones de jugadores venideras. Este espacio de intercambio de experiencias, promoverá los lazos entre ellos, aumentando el sentido de pertenencia que tienen los chicos y los mayores hacia el club que los aloja. A su vez, será importante también realizar una reunión en conjunto con los directivos, para que sean ellos mismos los que transmitan los valores y el sentido del deporte que se busca pregonar en el ámbito deportivo de la institución.

El deporte es un espacio que puede ser de salud mental y de socialización comunitaria, y allí puede intervenir el psicólogo en la creación de sentidos que se ponen en juego en los grupos e individuos a partir del desarrollo de una actividad deportiva. Su trabajo con la salud mental es tanto alojar desde la palabra y la escucha al sujeto con sufrimiento como también acompañar a los jugadores a construir, diseñar y concretizar los planes que elaboran para su participación en el equipo en corto, mediano y largo plazo (López Papucci, 2021).

## **Objetivos**

Objetivo general:

Brindar un espacio que apunte a la promoción y prevención de la salud mental de los

jugadores de la institución, desde su relación con la práctica deportiva.

Objetivos específicos:

-Informar y asesorar sobre los beneficios del espacio psicológico en el desarrollo del año de competencia del equipo de la institución.

-Diseñar un dispositivo de trabajo grupal que facilite la emergencia de aspectos psicológicos (emocionales, conductuales, relacionales) en los jugadores y su elaboración colectiva.

-Establecer puntos de encuentro con diferentes espacios institucionales que favorezcan el tránsito de los jóvenes en su tiempo en el club.

### **Cronograma de trabajo**

Objetivos	Acciones	Plazos tentativos
-----------	----------	-------------------

<p>Informar y asesorar sobre los beneficios del espacio psicológico en el desarrollo del año de competencia del equipo de la institución.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar una reunión informativa con los jugadores, sus padres, entrenadores y directivos de la institución que los oriente acerca de la relación entre la psicología y el deporte.</li> <li>- Abrir una instancia de intercambio de ideas para despejar dudas o imaginarios sobre el trabajo del psicólogo en el deporte.</li> </ul>	<p>1 mes (2 encuentros)</p>
<p>Diseñar un dispositivo de trabajo grupal que facilite la emergencia de aspectos psicológicos (emocionales, conductuales, relacionales) en los jugadores y su elaboración colectiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Facilitar la expresión de sentimientos, vivencias, formas de ser, crear y relacionarse con otros sujetos.</li> <li>- Propiciar la interacción entre los participantes abriendo espacios de intercambio de experiencias y percepciones del grupo, con el fin de promover el trabajo cooperativo y el respeto por los puntos de vista ajenos.</li> <li>- Buscar poder desarrollar en los participantes un pensamiento crítico activo y capaz de cuestionarse, con el propósito de construir nuevos sentidos y así desarrollar condiciones para la resolución de problemas novedosos.</li> </ul>	<p>5 meses (10 encuentros)</p>
<p>Establecer puntos de encuentro con diferentes espacios institucionales que favorezcan el tránsito de los jóvenes en su tiempo en el club.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar una jornada abierta con jugadores mayores e históricos del club, para intercambiar experiencias acerca de su recorrido deportivo representando a Velocidad y Resistencia.</li> <li>- Realizar una jornada con los directivos de la institución, recuperando su historia y transmitiendo los valores que pregona en el deporte.</li> </ul>	<p>2 meses (2 encuentros)</p>

- Espacio físico dentro del establecimiento en el que pueda haber un grado de privacidad con respecto a las demás actividades del club, para llevar a cabo los talleres.
- Materiales para llevar a cabo las dinámicas grupales que se realicen (conos, sillas, bancos, etc.).
- Materiales para referenciar por escrito las conclusiones, preguntas y reflexiones que deriven del trabajo en los talleres (afiches, fibrones, lápices, tiza, pizarrón, etc.). -
- Horarios accesibles por fuera del entrenamiento, que permitan que pueda asistir la mayor cantidad posible de participantes.

## Evaluación del proyecto

Esta propuesta de intervención requerirá de una evaluación del tipo cualitativo, que se lleve a cabo durante todo su proceso.

Ya el taller crítico, en su despliegue, permite una evaluación sistemática y completa de sus participantes; en ella se valorarán las actitudes, capacidades y conocimientos propios y adquiridos que puedan ser expresados y aplicados en la instancia misma de trabajo. A su vez, al finalizar cada encuentro se recuperarán las conclusiones a las que el grupo o los subgrupos hayan podido llegar en el desarrollo del mismo (Andrade y Muñoz, 2004).

Luego de cada encuentro se discutirá en el equipo coordinador lo emergente del mismo, y, con esta información, se detallará un informe con las evaluaciones finales de cada actividad, el despliegue del grupo y de cada jugador en particular. Con él, se pensará que rumbo tomar para las siguientes reuniones, teniendo en cuenta los objetivos planteados.

También será fundamental el contacto permanente con el cuerpo técnico, ya que ellos son los que comparten más tiempo con los jugadores, para coordinar actividades en conjunto y establecer un compromiso mutuo en la búsqueda de objetivos a cumplir, de manera que cada espacio se pueda enriquecer uno del otro; promoviendo así el trabajo interdisciplinario.

La etapa de cierre del año competitivo será importante para que los chicos puedan evaluar las distintas instancias que se han trabajado en el año, como empezaron, como siguieron, como concluyeron y que se pudo modificar o no; este registro propio será de gran relevancia para la evaluación propia del equipo coordinador para tener un panorama sobre si lo tratado a lo largo de los encuentros ha podido calar en los deportistas. A su vez será positivo indagar sobre como vieron el rol de los coordinadores, promoviendo un feedback con los profesionales que pueda ser útil para pensar futuros proyectos.

Será de gran importancia recopilar cada una de estas evaluaciones, con el fin de recuperarlas como un insumo más para poder pensar otros posibles caminos y proyectos futuros. Pueden ser tanto de continuidad en el club, abordando temas que quedaron en el tintero o que necesitan otra vuelta de tuerca, como llevando una propuesta similar a otra institución.

## Referencias Bibliográficas

- Andrade Calderón, M. y Muñoz Dagua, C. (2004). El taller crítico: Una propuesta de trabajo interactivo. *Tabula rasa*, núm. 2, pp. 251-262 Universidad Colegio Mayor de Cudinamarca Colombia. Bogotá. Colombia.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=39600214>
- Bloj, A. (1997). Prevenir ¿Práctica privativa del campo de la salud? En O. Menin (Comp.) *Problemas de aprendizaje, ¿qué prevención es posible?* (Pp. 39-52). Rosario: Homo Sapiens.
- Cantón, E. (2016). La especialidad profesional en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, vol. 1, núm. 1, pp. 1-12.  
<https://doi.org/10.5093/rpadef2016a2>
- López Papucci, S. (2021). *Psicología, Fútbol y Complejidad*. (Ed. 1). Buenos Aires: LIBROFUTBOL.com
- Losada López, E., Rocha, D. y Castillo, L. (2012). Relación entre cohesión y liderazgo en equipos deportivos del departamento de Boyacá – Colombia. Cuadernos de Psicología del Deporte, vol. 12, núm. 1, junio 2012, pp. 33-43 Universidad de Murcia Murcia, España.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227024646006>
- Peralta, Z. (2007). La intervención del psicólogo en la inclusión de niños/as con necesidades educativas especiales en la escuela común. En A. Bloj y C. Bixio *Libro virtual de la Cátedra Psicología Educativa II*. Rosario: Psicología Educ. II -UNR-.
- Roffé, M. (2008). *Psicología del jugador de fútbol: con la cabeza hecha pelota*. (Ed.4). Buenos Aires: Lugar.
- Ruiz Omeñaca, J., Ponce de León, A., Sanz, E. y Valdemoros. M. (2015). La educación en valores desde el deporte: investigación sobre la aplicación de un programa integral en deportes de equipo. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, núm. 28, pp.270-275 Federación Española de Docentes de Educación Física.

Murcia, España. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345741428047>  
OMS (17 de junio de 2022). *Salud Mental: fortalecer nuestra respuesta*.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response#:~:text=La%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud,tengan%20una%20mejor%20salud%20mental>.