

# EL SUJETO PSICOLÓGICO DESDE UNA VISIÓN INTEGRADORA. APLICABILIDAD DE LA TEORÍA DE HÉCTOR ARIAS A LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA EN LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

## **Autores:**

### **M. Sc. Yaneivis Soler Prieto.**

Profesor asistente Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo de La Habana, Cuba. <https://orcid.org/0000-0003-2266-8709>. [yaneivisoler@gmail.com](mailto:yaneivisoler@gmail.com)

### **Dr. C. Marta Cañizares Hernández.**

Profesor titular. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo de La Habana, Cuba. <https://orcid.org/0000-0001-9504-9779>. [marticainder@gmail.com](mailto:marticainder@gmail.com)

#### **Resumen:**

El presente artículo ofrece una breve reseña acerca de la importancia de profundizar en la categoría sujeto psicológico en el trabajo para el desarrollo de la Psicología. Se enfatiza en las concepciones teóricas que al respecto brindó el Dr. Héctor Arias. En ellas define al sujeto psicológico integrado por siete constituyentes fundamentales: personalidad, historia personal, características cognitivas, impulsores internos no conscientes, características del SNC, estado funcional actual y situación presente. Se realiza una aproximación a algunas de las aplicaciones de dichos constituyentes en el terreno de la Psicología de Deporte a partir de las experiencias de trabajo de las autoras en el contexto cubano del deporte de base y alto rendimiento.

Palabras clave: sujeto psicológico, teoría Arias, H., Psicología del Deporte.

#### **Abstract:**

This article offers a brief review about the importance of delving into the psychological subject category in the work for the development of Psychology. Emphasis is placed on the theoretical conceptions that Dr. Héctor Arias offered in this regard. In them he defines the psychological subject made up of seven fundamental constituents: personality, personal history, cognitive characteristics, non-conscious internal drivers, CNS characteristics, current functional status and present situation. An approach is made to some of the applications of these constituents in the field of Sports Psychology based on the work experiences of the authors in the Cuban context of grassroots and high performance sports.

Keywords: psychological subject, theory Arias, H., Sports Psychology.

#### **Introducción:**

Muchas han sido las escuelas que han abordado a lo largo de los años el término sujeto en el campo de la Psicología. En todos los casos se ha tratado de explicar desde determinados basamentos teóricos el comportamiento del ser humano, utilizando indistintamente dicho término.

Muchos autores han utilizado la categoría sujeto de una u otra manera según diferentes perspectivas: “desde el papel del hombre como sujeto de su modo de vida, desde el sentido que tiene un proyecto para el sujeto y como lo hace suyo, desde la posición del niño como sujeto de su propio proceso educativo, desde un prometedor atleta en quien se confiaba para confiar puntos a la delegación que se mostró desconcentrado e indiferente, desde los sujetos que se desorganizan y les resulta necesario una rehabilitación” (Fernández, et al., 2009, p. 1)

Desde una posición filosófica se habla del sujeto como un ente activo, transformador, en estrecha relación con el objeto al cual modifica, por el carácter pasivo y receptivo de este último. Dicha teoría fue defendida por Leontiev (1982), en su teoría de la actividad y se mantiene vigente hasta nuestros días, a pesar del esfuerzo de muchos profesionales de las ciencias psicológicas, por enriquecer el estudio del funcionamiento humano y, por tanto, realizar intervenciones más certeras que pudieran influir positivamente en su comportamiento.

En este caso, Leontiev (1982) y sus seguidores han abordado la categoría sujeto desde la relación sujeto – objeto, relacionando a este último con la realidad objetiva que existe fuera e independientemente de la conciencia del hombre, y a la cual el sujeto cognoscente es capaz de reflejar e interpretar.

Según Potrony (1989), como se citó en Arias (1997), otra acepción que tiene el término sujeto en la Psicología, que aún se utiliza con mucha frecuencia, principalmente en el psicodiagnóstico, la Psicología médica y experimental y en los informes de investigación en general, contradictoria con su carácter activo transformador, es verlo como el agente controlado, al cual se le aplican pruebas y se somete a tratamientos o influencias experimentales, para luego describir sus reacciones o resultados.

Otra de las escuelas que orientó su teoría centrada en el sujeto fue el psicoanálisis freudiano, que, a pesar de aportar elementos claves en la explicación de su comportamiento, exacerba lo biológico y conciben al sujeto en conflicto, como sujeto del deseo que funciona impulsado totalmente por su inconsciente y sus instintos puramente sexuales.

Pero no solo desde estas posiciones es abordado el término en cuestión. Se ha convertido en una tendencia en la Psicología hacer referencia a la categoría sujeto estrechamente ligada a la categoría personalidad. Es innegable que la categoría sujeto incluye invariablemente la categoría personalidad, por medio de la cual dirige y regula el proceso de su actividad y produce sus interacciones con la realidad, pero aún así sería reduccionista reducir el sujeto a solo esto.

Como el comportamiento del sujeto está regulado por su personalidad, en ocasiones se ha exagerado la importancia de esta, llegando a superponerla por encima del propio sujeto y olvidando que no siempre es la personalidad del individuo la que puede brindar explicación a su comportamiento. En este sentido es importante no olvidar que el individuo deviene sujeto no solamente por el “qué” hace sino por el “cómo” lo hace, por su participación, por su modo de incorporación a las diferentes actividades.

González (2000), define con claridad las diferencias existentes entre estos dos elementos tan estrechamente relacionados. Plantea que el sujeto psicológico como concepto posee un carácter más situacional, menos estable, más funcional que la personalidad; está más relacionado con la autovaloración, interacción del hombre en el plano social, diseño de estrategias, toma de

decisiones; tiene más que ver con la función reguladora que con la función refleja; posee un carácter más ejecutivo que reflexivo; se pone en función en situaciones ambiguas, novedosas, poco definidas; y a pesar de su carácter activo y transformador, no necesariamente hay que verlo asociado a él, sino que implica el desempeño de un rol que aun cuando sea el más pasivo acarrea consecuencias para el individuo.

De forma general se ha presentado la manera en que algunas teorías han abordando a lo largo de la historia de esta joven ciencia el tema de la categoría sujeto. Se hace necesario destacar que cada una ha sido concebida en coherencia con el momento histórico en el cual transcurrió, y que ninguna de ellas es menos importante que las demás. Cada una en su abordaje aporta elementos significativos cuando de comprensión del comportamiento humano se trata.

Pero aún así, en este siglo XXI, continúa abordándose parcialmente el estudio del ser humano, una vez que el mismo es dividido en partes para su estudio conociendo que su actuar es un todo integrado. Sabiamente Vygotsky (1896 - 1934) supo dejar inculcado en sus seguidores la idea de concebir al individuo, al sujeto psicológico, como un ser bio – psico – social. De esto se desprende que sujeto psicológico no pueda ser reducido a personalidad.

Sin embargo, la obra de quedó truncada con su prematura muerte, y al estudiar sus postulados teóricos han surgido insatisfacciones que numerosos investigadores cubanos han tratado de solventar mediante sus aportes teóricos al desarrollo de la Psicología Histórico Cultural (Ortiz, 2021). González (2016, como se citó en Rodríguez-Camejo et al., 2020), refiere que Vigotsky no logró desarrollar de forma profunda ciertos aspectos de su teoría. Importantes contenidos incluidos en su teoría como son la personalidad y las emociones no fueron suficientemente elaborados como otros contenidos, dígame el desarrollo, el aprendizaje y las funciones psíquicas superiores. (Rodríguez-Camejo et al., 2020)

En defensa de estos postulados vigotskianos, pero con una visión contemporánea y holística, aparece una teoría relativamente joven, brindada por el ya desaparecido físicamente Dr. Héctor Arias Navarro, quien fuera en su momento el doctor más joven de Cuba. Sus esfuerzos se encaminan a integrar los elementos que aportan varias escuelas psicológicas en la concepción del sujeto, sin intención de caer en el eclecticismo, sino buscando superar, lo que refieren Ortiz et al. (2020) y Ortiz (2021) como una necesidad al referirse al enfoque histórico cultural, el “tradicionalismo dañino, ajeno a su espíritu y a sus fundamentos epistemológicos” (Ortiz, 2021, p. 94). Arias (1997) ofrece una visión más integradora que no permita que queden fuera elementos importantes en la comprensión del sujeto, solamente por ser abordados por diferentes tendencias.

De esta manera, el autor intenta romper con el tradicionalismo imperante en la Psicología histórico cultural cubana, en la cual, a pesar de valorarse el enfoque como un recurso valioso, pertinente y eficaz, que ha contribuido desde el punto de vista científico a la solución de múltiples problemas de índole psicológico en las más diversas áreas, se han vivenciado sus limitaciones en la calidad de resultados científicos, sobre todo en aquellos investigadores que no realizan un estudio detallado y crítico de las obras clásicas de Vigotsky y sus seguidores.

Estos constituyentes del sujeto psicológico aportados por Arias (1997) en su teoría, constituyen un aspecto importante a tomar en consideración desde la

Psicología del Deporte en el cumplimiento de su objetivo fundamental en relación al deportista: su preparación psicológica para buscar el mayor rendimiento en la competencia deportiva.

Desarrollo:

Es importante señalar que cuando se habla de deportista, o mejor aún de deportista de alto rendimiento, no se habla de un sujeto psicológico “común”, por llamarlo de alguna manera que facilite la interpretación de lo que se pretende decir. El deportista de alto rendimiento es un sujeto sometido a varias exigencias: la responsabilidad para con la familia, la necesidad de satisfacer sus intereses personales en el plano deportivo y también profesional, el compromiso establecido con los entrenadores, los seguidores. Todos estos elementos hacen que su conducta esté matizada por mecanismos que van más allá de sus características de personalidad.

En su teoría Arias (1997) brinda 7 constituyentes del sujeto psicológico que son aplicables a todo tipo de individuo y que recogen en su estrecha relación el surgimiento de un determinado comportamiento. Ellos son:

29. **Personalidad:** es concebida como el sistema de recursos psicológicos configurados en estructuras tales como: unidades psicológicas primarias, formaciones psicológicas y síntesis reguladoras. Cumplen función refleja, integradora y generalizadora de toda la experiencia del sujeto. Es un proceso selectivo que el individuo realiza consigo mismo de manera más o menos intensa, más o menos consciente, por el cual se orienta y dirige su actuación. No se manifiesta de forma directa, lineal.
30. **Historia Personal:** experiencias, vivencias, traumas, éxitos, hábitos. La personalidad cumple una función refleja, integradora y generalizadora de todo esto. La historia personal cumple dos funciones: influencia indirecta a través de la personalidad y su acción directa. Se graba en la memoria cognitiva, en la emocional, corporal, biológica. Permanecen grabados casi toda la vida a nivel consciente e inconsciente. Pueden actualizarse en cualquier momento y ejercer influencia en la toma de decisiones y la actuación, por encima de la voluntad y el control. Las más actuales, inmediatas y significativas son las que más influyen.
31. **Características cognitivas:** nivel de formación, calidad y funcionamiento de los procesos que participan en la recepción, asimilación, procesamiento y utilización de la información. Lo cognitivo junto a lo afectivo participa en el procesamiento de la información y su integración a la personalidad. La personalidad también influye en la formación y desarrollo de los procesos cognitivos. Los procesos cognitivos adquieren particularidades en cada sujeto y en cada momento. Mientras más clara y profunda refleje la situación mejores acciones tomará. Generalmente mientras más desarrollo cognitivo más gama de soluciones posibles.
32. **Impulsores internos no conscientes:** tendencias de comportamiento o valoración que surgen inesperadamente, sin conciencia de origen o causa pero que lleva a actuar en un sentido. Incluye: impulsos sexuales, instintos de conservación y otros, impulsores agresivos explosivos o compulsivos, presentimientos, inspiración e intuición.
33. **Características del Sistema Nervioso Central (SNC):** particularidades funcionales del SNC a partir de las cualidades: fuerza, equilibrio y

movilidad y los 4 tipos de temperamento establecidos sobre la base de estos.

34. **Estado funcional actual:** disposición interna del sujeto para la actuación. Incluye: nivel de satisfacción de necesidades orgánicas (alimentación y sueño); estados emocionales; estado general de salud (incluye intoxicaciones, drogas y consumo de alcohol).

35. **La situación presente:** ambiente físico, natural, social y emocional de la persona, como el entorno donde transcurre su actuación. Incluye además las relaciones interpersonales, demandas que el sujeto recibe y significación que le confiere, autoestima, apreciación de sí, sus propósitos.

En la Psicología del Deporte se encuentra un campo en el cual es totalmente aplicable los elementos planteados por Arias (1997). Estos constituyentes de sujeto psicológico, visto este último, a decir del autor de la teoría como un sujeto individual que es hombre concreto, real, actuante, de carne y hueso (Arias, 1998), al ser valorados en su carácter holístico e interactivo, nutren de información a los especialistas de la Psicología del Deporte para el trabajo con los deportistas. Sirven como guía en la estructuración de trabajo individualizado que permita incidir en sus reacciones, educar aspectos como el miedo al fracaso, desplazar pensamientos negativos y sustituirlos por pensamientos positivos, elegir el deportista idóneo según sus características individuales para cada situación de juego. (Pérez, 2014)

En muchas ocasiones una buena caracterización personológica de un deportista no es suficiente para garantizar que el pronóstico dado en relación a su rendimiento psicológico sea cumplido. Para ello se hace necesario, además, tomar en consideración otros aspectos como las particularidades de su Sistema Nervioso Central, las características de la situación presente, las motivaciones no conscientes que se convierten en motores impulsores de la actividad del sujeto, entre otros.

Esto ocurre porque la situación presente, por citar alguno de los elementos, aún cuando pueda intentarse anticiparla, no puede ser simulada con exactitud, siempre será eso, situación presente. El trabajar tomando como base una teoría que te centre en la importancia de este elemento puede hacer que en el deporte se definan determinados estados que para un deportista de manera individual pudieran ocasionar diversos tipos de situaciones, y ensayar durante los entrenamientos posibles respuestas a situaciones que aún diferentes ocasionen en él un mismo estado psicológico. En este caso, al aumentar la gama de soluciones posibles en el repertorio de actuación de un deportista, se está trabajando directamente en sus características cognitivas, aumentando la calidad y el funcionamiento de sus procesos.

Otro elemento importante a tomar en cuenta no solo en momentos de competencias, sino para el transcurso de los entrenamientos, es el estado funcional actual. Es posible afirmar que el estado funcional de un deportista determina la asimilación que realice el mismo de las cargas de entrenamiento. Como es conocido, en el diseño de un Plan de Entrenamiento, deben considerarse períodos intermedios donde la carga baje, permita la recuperación del deportista y posibilite por tanto la asimilación de la nueva carga superior, ya sea en volumen como en intensidad. En el diseño de cada una de las sesiones,

el entrenador prevé la adecuada alimentación y el período de sueño para una mejor recuperación, a la vez que utiliza el principio de la individualización en deportistas que se encuentren lesionados, enfermos o estén pasando por situaciones emocionalmente perjudiciales.

En el proceso de calentamiento la labor del psicólogo se pone en práctica, pues en conjunto con el entrenador se busca llevar al deportista a un estado psicológico óptimo que le posibilite desempeñarse adecuadamente y realizar un entrenamiento eficiente.

Conocer las características del SNC de un deportista no solamente posibilita crear un juicio valorativo acerca de su funcionamiento y sus posibles conductas, también posibilita ajustar los conocimientos que se le quieren transmitir a sus estrategias de aprendizaje para no caer en frases como “no escucha lo que le digo”, “no hace las cosas como se las enseñé”, “no sé en qué idioma hay que hablarle”.

Los impulsores internos dentro del deporte juegan un papel importante sobre todo en la situación de competencia. Este período generalmente está limitado en el tiempo, situación que hace que la posibilidad de análisis y reflexión sobre algo esté mucho más limitada y muchas veces hay que actuar según la intuición, la inspiración. En este sentido pudiera ser posible registrar en estos casos el número de éxitos y fracasos y llevar a un nivel de concientización en el deportista la factibilidad o no de seguir estas intuiciones en cada uno de ellos.

Sobre la historia personal también se hace necesario reflexionar, pues aún cuando siempre se vive en el presente, el deportista, al igual que cualquier otro individuo, está marcado por situaciones pasadas que de cierta manera han ido formando parte de él, de su personalidad. En el deporte estas que están instauradas a un nivel personalógico no se consideran sean las más peligrosas, sino aquellas que brotan ante cualquier estímulo de forma directa, sin que medie regulación alguna y que pueden llevar al sujeto tanto a un éxito como a una derrota inesperada, es por ello, que tanto en una como en otra situación, el análisis no puede quedarse en el plano presente, sino que debe buscar atrás para utilizar el dato obtenido siempre en beneficios del deportista.

El último de los constituyentes al que se hará referencia es precisamente la personalidad, el cual en este caso se ha dejado de último por ser considerado el más importante, el que regula el comportamiento de un deportista, es por ello que sin un análisis de personalidad se hace imposible la explotación total de las aptitudes y actitudes de un deportista. En el deporte ninguna característica de personalidad es mejor que otra, aún cuando algunas pudieran estar asociadas a mejores pronósticos. Todo depende de la individualidad del trabajo con los deportistas, de saber definir en qué medida lo que para unos es beneficioso puede ser perjudicial para otros y sacar provecho de las habilidades que ya poseen, incluso, antes de intentar integrar en ellos nuevas habilidades.

#### Conclusiones:

La Psicología del Deporte en Cuba, surgida y desarrollada sobre las sólidas bases de la escuela Histórico-Cultural, asume la concepción bio-psico-social del ser humano. Este elemento sustenta la aceptación que se tiene hacia las consideraciones teóricas ofrecidas por Arias (1997), las cuales si bien pudieran

ser objeto de un análisis más profundo, que incluso lograra imbricar algunas de ellas, se consideran acertadas y un instrumento válido en este intento de los profesionales más jóvenes, de hacer una Psicología más integrada en la que realmente el sujeto sea visto como un todo único en su accionar diario.

Esta visión holística e integradora del sujeto psicológico, constituye una herramienta para el psicólogo del deporte que enriquecería la intervención psicológica y facilitaría la selección de vías y métodos eficaces en el trabajo individual con cada deportista.

De esta manera, en el contexto deportivo se estaría facilitando un mayor acercamiento al deportista visto no como una medalla de cualquiera de los colores, sino como un verdadero sujeto psicológico.

## Referencias

- Abuljanova, K.A. (1989). La personalidad en la actividad vital. La actividad y la comunicación. En: *Temas sobre la actividad y la comunicación*. Colectivo de autores. Editorial Ciencias Sociales.
- Arias, H. A. (1997). Propuesta para la estructuración de una teoría de sujeto psicológico. Sus implicaciones para la psicología. *Revista Cubana de Psicología*, 14 (2).
- Arias, H. A (1998). *El problema de la anticipación en Psicología*. Editorial servicio de publicaciones Universidad de Córdoba.
- Fernández, J. E., Vicente, D., y Vicente, D. (2009, Abril). La categoría Sujeto Psicológico y su relación con la personalidad. Influencia en el trabajo del psicólogo del deporte. *EF Deportes, Revista Digital*, 14(131). <https://www.efdeportes.com/>
- González, F. L. y Mitjans, A. (1989). *La personalidad, su educación y desarrollo*. Editorial Pueblo y Educación.
- González, F. L. (2000, 16-20 de Julio). El sujeto y la subjetividad: algunos de los dilemas actuales de su estudio. III Conferencia de investigaciones socioculturales, Brasil.
- Leontiev, A.N. (1979). Las necesidades, los motivos y la conciencia. En: *Lecturas de motivación y procesos afectivos*. Facultad de Psicología, U.H.
- Leontiev, A.N (1982). *Actividad, conciencia y personalidad*. Editorial Pueblo y Educación.
- Ortiz, E. A., Doce, B., y Cuenca, Y. (2020). Los problemas epistemológicos de la psicopedagogía en los doctorandos en ciencias pedagógicas de la Universidad de Holguín. *Polyphōnia. Revista de educación Inclusiva*, 4(2).
- Ortiz, E. A. (2021, Enero-Febrero). El enfoque histórico cultural en las investigaciones educacionales cubanas. De la tradición al tradicionalismo. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(1), 89-95.
- Pérez, A. M. (2014). Constituyentes del sujeto psicológico de Héctor Áreas. Utilidad en la actividad deportiva del alto rendimiento. *Revista Cubana de Medicina Deportiva y Cultura Física*, 9(2).
- Potrony, J.C. (1989). La relación sujeto-objeto en la Psicología. En: *Temas sobre la actividad y la comunicación*. Colectivo de autores. Editorial Ciencias Sociales.
- Ramos, A.N., y González, F. L. (1986). Hacia una nueva comprensión de la personalidad humana: implicaciones y perspectivas para la Psicología latinoamericana. *Revista Cubana de Psicología*, 111(2).

- Rodríguez-Camejo, J. S., García-Ramos, T., y Santiago-Estrada, S. (2020). Teoría de la subjetividad y psicoterapia: una propuesta desde la perspectiva histórico cultural. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(3), 1-23.
- Rubinstein, S.L. (1982). *Principios de Psicología General*. Editorial Pueblo y Educación.
- Vigotsky, L. S. (1987). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. Editorial científico-técnica.