
13.
ESTUDIO DE LA TOLERANCIA PSÍQUICA Y EL TEMPERAMENTO DEL EQUIPO ESCOLAR DE BALONMANO DE LA DE LA EIDE “LUIS AUGUSTO TURCIOS LIMA” DE MATANZAS

STUDY OF THE PSYCHICAL TOLERANCE AND TEMPERAMENT OF THE SCHOOL HANDBALL TEAM OF THE EIDE “LUIS AUGUSTO TURCIOS LIMA” OF MATANZAS

Dr. C. Rossana Rodríguez Cabrales
Profesor Titular. Facultad de Ciencias de la Cultura Física de la Universidad de Matanzas
<https://orcid.org/0000-0002-0174-9510>
rossana.rodriguez@umcc.cu

M. Sc. Melvys Ledo González
Dirección Provincial de Deportes de Matanzas
<https://orcid.org/0000-0001-6501-3572>
melvys.ledo@inder.gob.cu

RESUMEN

El deporte de Balonmano, seleccionado para el presente trabajo, debido a que la situación de juego cambia radicalmente de un tiempo a otro y se está pendiente del marcador, se torna importante el conocimiento por parte del entrenador de las situaciones competitivas que puedan influir positiva o negativamente en el rendimiento de los deportistas. El objetivo del presente trabajo es: determinar la tolerancia psíquica y el temperamento del equipo escolar de Balonmano de la de la EIDE “Luis Augusto Turcios Lima” de Matanzas. Fueron utilizados los métodos de investigación la medición, a través del test de síntomas de carga (TSC y el test de temperamento. A partir del diagnóstico se pudo precisar que los deportistas presentan mayor estabilidad vegetativa y de éxito-fracaso, seguido de la estabilidad ante las condiciones objetivas del medio y en menor medida la social personal, además que el temperamento predominante es el sanguíneo.

Palabras clave: tolerancia psíquica, temperamento, balonmano

Abstract

The sport of Handball, selected for this work, because the game situation changes radically from one time to another and the score is pending, the coach's knowledge of the competitive situations that can positively or indirectly influence the game becomes important. negatively on the performance of athletes. The objective of this work is: to determine the psychological tolerance and temperament of the school Handball team of the EIDE “Luis Augusto Turcios Lima” of Matanzas. The measurement research methods

were used, through the load symptoms test (TSC) and the temperament test. From the diagnosis, it was possible to specify that the athletes present greater vegetative stability and success-failure, followed by stability against the objective conditions of the environment and to a lesser extent the personal social one, in addition to the fact that the predominant temperament is sanguine.

Keywords: psychic tolerance, temperament, handball

INTRODUCCIÓN

El Balonmano es un deporte de contacto, donde la ejecución de sus movimientos es rápida y durante el juego la incertidumbre es frecuente, ya que la situación es imprevisible para todos los jugadores hasta la culminación del mismo, debido a la presencia del contrario que intenta, por medio de amagos individuales y colectivos, no dejar intuir cual va hacer su acción. Cada minuto que pasa es esencial para hacer un movimiento acertado que conlleve a anotar un gol y de esta forma alcanzar la victoria del equipo.

Especialmente el deporte de Balonmano, seleccionado para el presente trabajo, la situación de juego cambia radicalmente de un tiempo a otro y se está pendiente del marcador, de los jugadores que tienen de oposición, cuando faltan minutos para finalizar el partido y se encuentran perdiendo por una diferencia de 5 goles, siendo en algunos momentos partícipes directos de la acción y en otros espectadores activos desde el banco. Por ello se torna tan importante el conocimiento por parte del entrenador de las situaciones competitivas que puedan influir positiva o negativamente en el rendimiento de los deportistas.

El objetivo del presente trabajo es: Determinar la tolerancia psíquica y el temperamento del equipo escolar de Balonmano de la de la EIDE "Luis Augusto Turcios Lima" de Matanzas.

METODOLOGÍA

Para cumplir con los objetivos trazados en la investigación fue seleccionada una muestra de 27 jugadores de Balonmano, de la categoría escolar de la EIDE "Luis Augusto Turcios Lima".

Fueron utilizados los métodos de investigación la medición, a través del test de síntomas de carga (TSC y el test de temperamento).

Los datos alcanzados producto de la aplicación de los diferentes instrumentos de medición utilizados en esta investigación fueron procesados matemática y estadísticamente

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Saíenz de la Torre (2003) plantea que muchos deportistas se presentan a las competiciones deportivas con un estado favorable, que les permite obtener los mejores resultados posibles, atendiendo a al nivel de preparación alcanzado. El público, la expectativa de la confrontación, las altas aspiraciones de rendimiento, el conocimiento de que se enfrentarán a adversarios muy fuertes, no altera ese estado óptimo, sino que, por el contrario, lo refuerzan. A otros les sucede frecuentemente que pasan del estado de tensión favorable al desfavorable con facilidad, ya que poseen pobre estabilidad ante las influencias del medio. Cuando esto sucede se afirma que no han desarrollado la suficiente **tolerancia o capacidad de carga psíquica** (frecuentemente denominado en la bibliografía especializada con el término alemán "Belastbarkeit"). Cuando un deportista posee una buena tolerancia psíquica, el mismo se encuentra en mejores condiciones para enfrentarse a cualquier estímulo perturbador, ya sea interno o externo, que pueda afectar su foco atencional dirigido hacia las acciones que debe llevar a cabo para lograr un buen resultado.

Sobre la tolerancia psíquica todo deportista necesita prestar especial consideración a los factores psicológicos para obtener el máximo rendimiento físico en la competición, de ahí que Ossorio (2001) plantea que el estado del organismo tiene efectos comprobables sobre los procesos psíquicos conscientes y sobre las emociones. Bajo condiciones estresantes se pone de manifiesto una tensión muscular evidente. Rasgo este que permite conocer el nivel de ansiedad o estrés generado por la actividad. Cuando la situación amenazante desaparece también desaparece la tensión a nivel muscular. Gran parte de esa tensión no es captada por el individuo, porque este focaliza su atención en los estímulos externos más que a las sensaciones interoceptivas. Esa falta de atención interna excluye el conocimiento del nivel de activación y, por tanto, de la información necesaria para movilizar sus propios recursos.

Se ha comprobado que la tolerancia psíquica depende en cierta medida del temperamento de los sujetos. Vijatkin (1990) determinó que la debilidad del sistema

nervioso respecto al proceso de excitación cortical y la excitabilidad emocional extrema impiden al deportista enfrentar los retos que implican la participación en entrenamientos con altas cargas y las múltiples tensiones de la competición. La fuerza en los procesos de excitación e inhibición, así como el equilibrio entre los mismos favorecen una elevada tolerancia a las situaciones estresantes del entrenamiento y la confrontación. Pero la tolerancia psíquica no depende tan solo del temperamento, sino también de la motivación del sujeto, de su nivel de aspiraciones y de su preparación psicológica en general.

La posibilidad de mantenernos estables psicológicamente, a pesar de que enfrentemos estímulos disociadores o emocionalmente fuertes, depende en mucho de la motivación que se posea hacia los resultados esperados. A un sujeto poco motivado hacia el logro de un rendimiento competitivo determinado le resulta más difícil bloquear los estímulos negativos actuantes y orientar su conciencia hacia la consecución de sus aspiraciones. Ante una motivación óptima, dicho sujeto puede movilizar su voluntad para controlar toda reacción desfavorable y concentrarse en la realización exitosa de sus tareas. Pero la aspiración de rendimiento debe ser real, posible de alcanzar si se lleva a cabo un gran esfuerzo, ya que si es imposible su logro provoca inquietud, inseguridad y otras vivencias negativas que influyen en la capacidad de carga psíquica.

Sin duda, cuando el deportista está convencido que ha recibido una preparación excelente, se siente más seguro de sus posibilidades, pero por sobre todas las cosas, es la calidad de la preparación psicológica recibida durante todo el macrociclo y para esa competencia en específico lo que influye en mayor medida en su tolerancia psíquica. A través del sistema de la preparación psicológica el deportista va a desarrollar los componentes básicos que regulan sus acciones y entre otros, va a aprender cómo controlar sus estados de tensión negativa ante las competiciones, qué hacer cuando se suceden situaciones imprevistas (discusiones con los compañeros de equipo, gran nivel de ruido proveniente del público, acciones equivocadas al comenzar el partido, etc.), así como incorporará las habilidades necesarias para movilizar la atención, su voluntad y sus diversos programas de acción.

Las vivencias más frecuentes que generan altos estados de tensión negativa en el deportista son por lo general el temor al fracaso, a lesionarse (y vinculado con ello el

miedo al dolor), al ridículo, etc. las cuales influyen a veces decisivamente en la motivación individual hacia la competición.

Gorbunov (1988) plantea que toda tensión psíquica, a pesar de ser un estado que implica a todos los procesos y cualidades de la personalidad, opera fundamentalmente en tres niveles de regulación: el intelectual, el emocional y el volitivo. A pesar de todo el significado del componente intelectual, gracias al cual el sujeto percibe la situación con todos los estímulos estresantes que contiene, le corresponde, según su criterio, el papel más relevante en el control de estas tensiones a la interacción **entre lo emocional y lo volitivo**. El gran deseo de lograr altos rendimientos (componente emocional), de carácter automático, imprime una gran energía a la actuación, mientras que la voluntad constituye la tensión consciente que garantiza la movilización de todas las potencialidades, tanto físicas como psíquicas, para el logro de altos rendimientos. Un deportista con pobre tolerancia psíquica no podrá activar como se requiere sus cualidades de voluntad para controlar el componente emocional.

Resultados del Test de Síntoma de Carga (TSC)

La aplicación de esta técnica de diagnóstico permitió conocer la calidad de la tolerancia psíquica de los deportistas, destacando los factores objetivos y subjetivos (condiciones competitivas) que influyeron positiva y negativamente en el rendimiento del deportista en la confrontación. Los datos primarios se observan en el anexo 11.

El promedio de los valores adjudicados por cada deportista a los ítems, partiendo de la suma horizontal, informan cuáles deportistas son más y menos tolerantes psíquicamente ante las influencias del medio competitivo:

- En este caso esos deportistas son los números 6, 23 y 27, lo que quiere decir que a estos jugadores les afecta menos las incidencias de los partidos.
- A diferencia de los números 2, 4, 9 y 26, los cuales confrontan mayores problemas con su estabilidad psicológica, ya que ante los factores enumerados en el test manifiestan alcanzar peor rendimiento cuando estos actúan.

La media aritmética de cada ítem, partiendo de la suma vertical de los valores permitirá conocer cuáles de los estímulos consignados en el protocolo afectan mayormente al equipo en su estabilidad psíquica.

Como resultados se observa que cuando en el transcurso de la competencia se suceden las situaciones consignadas a los ítems que aparecen a continuación, se afecta mayormente la estabilidad psíquica del equipo y corresponden a las siguientes categorías:

1) Estabilidad ante condiciones objetivas del medio:

16 Instalaciones competitivas incómodas

3) Estabilidad vegetativa y de éxito – fracaso:

3 Excesivo nerviosismo

8 Sensaciones de debilidad física.

Dentro de los estímulos de variado tipo que pueden actuar en la competición, los cuales mejoran sus rendimientos destacándose la categoría correspondiente, son:

1) Estabilidad social – personal:

12 Contrincantes desconocidos

17 pensar continuamente en el cumplimiento de las metas fijadas.

2) Estabilidad vegetativa y de éxito- fracaso:

7 Derrotas anteriores

Los 21 factores objetivos y subjetivos que recoge el test se encuentran agrupados en 3 categorías con sus respectivos ítems. Los datos que representan la suma de los valores alcanzados en cada categoría por cada uno de los miembros del equipo, delimitándose la esfera o esferas ante las cuales el deportista manifiesta mejor y peor tolerancia correspondiente a su mejor categoría y la más deficiente, su análisis se muestra a continuación.

Tabla 1. Resultados del Test de Síntomas de Carga por categoría del equipo.

No.	Sumatorias de valores de las categorías		
	Estabilidad ante Condiciones objetivas del medio	Estabilidad social - personal	Estabilidad vegetativa de éxito y fracaso
	2, 10, 14, 16, 18, 20 y 21	5, 6, 9, 12, 13, 15 y 17	1, 3, 4, 7, 8, 11, y 19
1	17	15	12

2	23	17	20
3	16	20	23
4	21	20	23
5	15	17	22
6	13	11	9
7	19	16	19
8	16	18	13
9	22	19	22
10	18	16	18
11	22	14	19
12	18	13	24
13	17	14	24
14	14	19	15
15	10	15	12
16	19	21	15
17	21	21	10
18	19	16	10
19	14	9	16
20	17	14	17
21	21	14	25
22	15	16	14
23	10	11	10
24	16	12	13
25	13	13	19
26	22	16	26
27	13	12	11
Total	461	419	461
Promedio	2.4	2.2	2.4

Fuente: Elaboración propia

En el presente trabajo es importante destacar que dentro de los deportistas analizados se encuentran 7 que presentan y han rebasado el valor crítico (23), en la categoría de la estabilidad ante condiciones objetivas del medio el No. 2 y los No. 3, 4, 12, 13, 21 y 26 en la estabilidad vegetativa y de éxito- fracaso. Mientras que los No. 5, 9, 11, 16 y 17 se encuentran muy cerca del límite estipulado en algunas de ellas, por lo que ello es indicativo de la presencia de grandes deficiencias en la estabilidad psicológica en algunas de las categorías del equipo.

Un análisis de los resultados verticalmente muestra al deportista que presenta mejor y peor tolerancia psíquica en cada categoría con respecto al equipo en general:

- En la *estabilidad psíquica ante condiciones objetivas del medio* el No. 2 con 23 puntos presenta serias deficiencias, a diferencia del No. 23 que posee mayor tolerancia psíquica con sólo 10 puntos.
- En el caso de la *estabilidad social- personal* los No. 16 y 17 con 21 puntos tienen más problemas en esta esfera, al contrario del No. 19 con 9 puntos que es más estable.
- En cuanto a la *estabilidad vegetativa y de éxito – fracaso* los No. 21 y 26 con 25 y 26 puntos respectivamente son los más inestables cuando suceden las condiciones comprendidas en esta categoría, rebasando el valor crítico en esta esfera, mientras que el No. 6 con 9 puntos es más tolerante por presentar el valor más bajo en la misma.

Los resultados por categoría del equipo se pueden observar en la siguiente figura y a continuación se muestra el análisis.

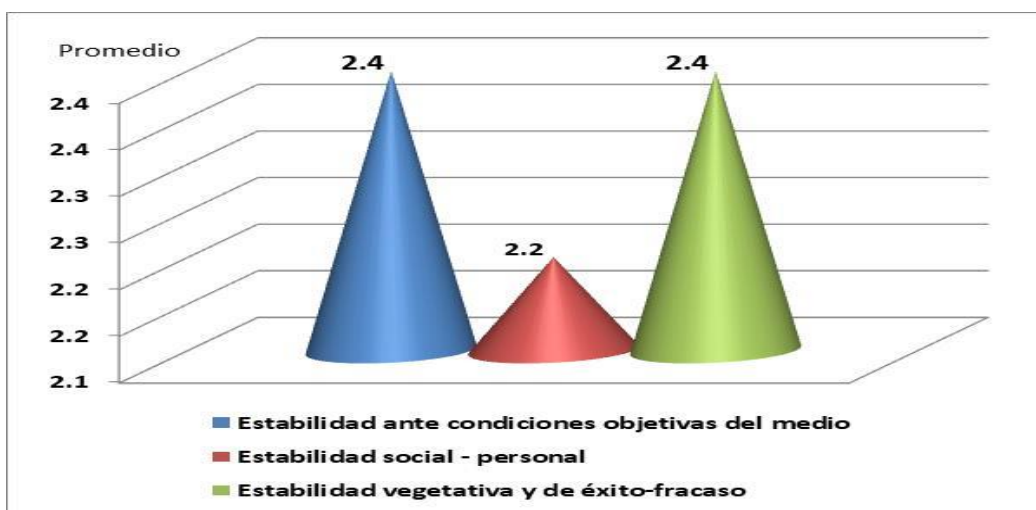


Figura 1. Resultados del Test de Síntomas de Carga por categoría del equipo.

Fuente: Elaboración propia

La categoría que presenta peor valor promedio en el equipo es la estabilidad ante las condiciones objetivas del medio, ello denota que los jugadores estudiados no son tolerantes ante las condiciones consignadas en el test correspondientes a los ítems: No. 2, 10, 14, 16, 18, 20 y 21. Al igual que la vegetativa y de éxito- fracaso, ya que muestran una menor tolerancia psíquica cuando en el desarrollo de las competencias inciden las situaciones enumeradas en el test con el No. 1, 3, 4, 7, 8, 11 y 19, por lo que no son tolerantes ante cambios de los parámetros fisiológicos que acompañan a sus tensiones durante la competencia como el saberse nerviosos y se mantienen algo tranquilos cuando cometen errores en el terreno.

El equipo posee mayor estabilidad social-personal con 2.2 de promedio. Ello denota que los jugadores estudiados son más tolerantes ante las condiciones consignadas en el test correspondientes ítems: 5, 6, 9, 12, 13, 15 y 17; como resultado, las aspiraciones de rendimiento fijadas, el conocimiento de las características de los adversarios a los cuales se enfrentan así como los posibles problemas que puedan surgir con el entrenador, compañeros de equipo, familiares o jueces no alteran el estado óptimo alcanzado para lograr los mejores resultados deportivos posibles.

Además se observa que sólo el 48.1% de los deportistas presentan mayor estabilidad vegetativa y de éxito- fracaso, seguido de la estabilidad ante las condiciones objetivas del medio, en un 44.4% y menos la social personal, como se observa en la siguiente figura:

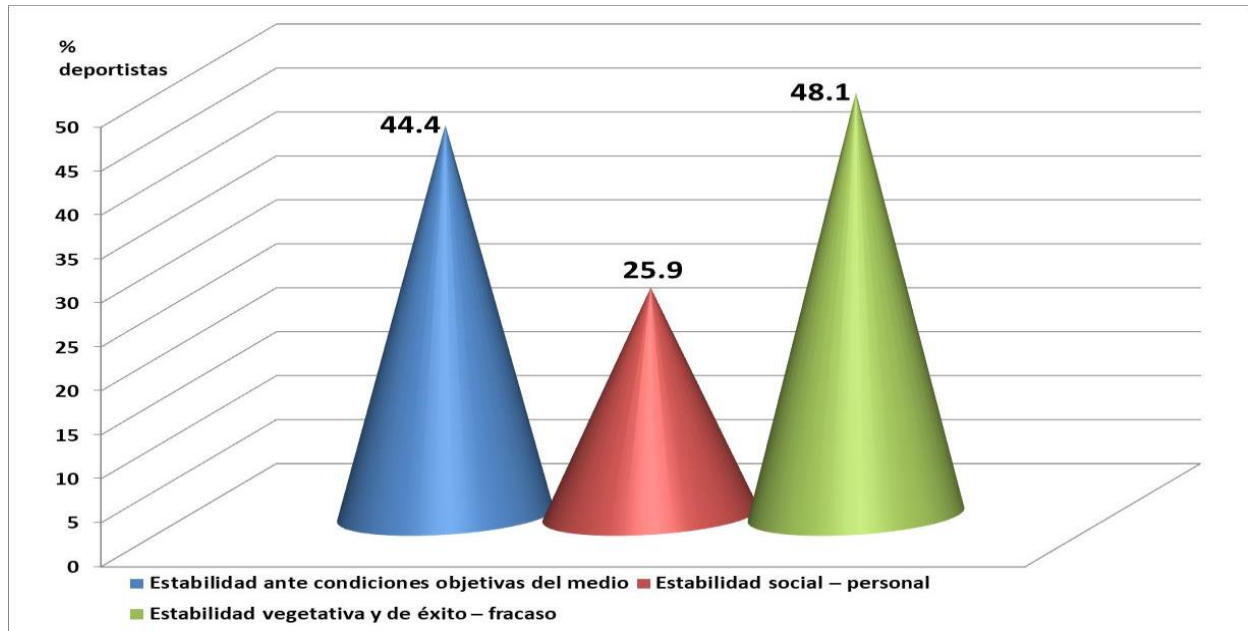


Figura 2. Resultados del porcentaje de deportistas por categoría del TSC.

Fuente: Elaboración propia

Por tanto el entrenador debe centrar su atención en los aspectos que influyen negativamente sobre sus deportistas, con el objetivo de realizar tareas que contribuyan a elevar la tolerancia psíquica ante esas circunstancias.

Resultados del Test de Temperamento

Después de aplicar este instrumento a los jugadores, el cual nos permitió conocer el nivel de expresión de la actividad nerviosa superior del deportista en su dinámica psicológica, manifestada a través del tipo de temperamento predominante en cada uno, se obtuvieron los resultados que se muestran en el anexo 12 y la siguiente figura.

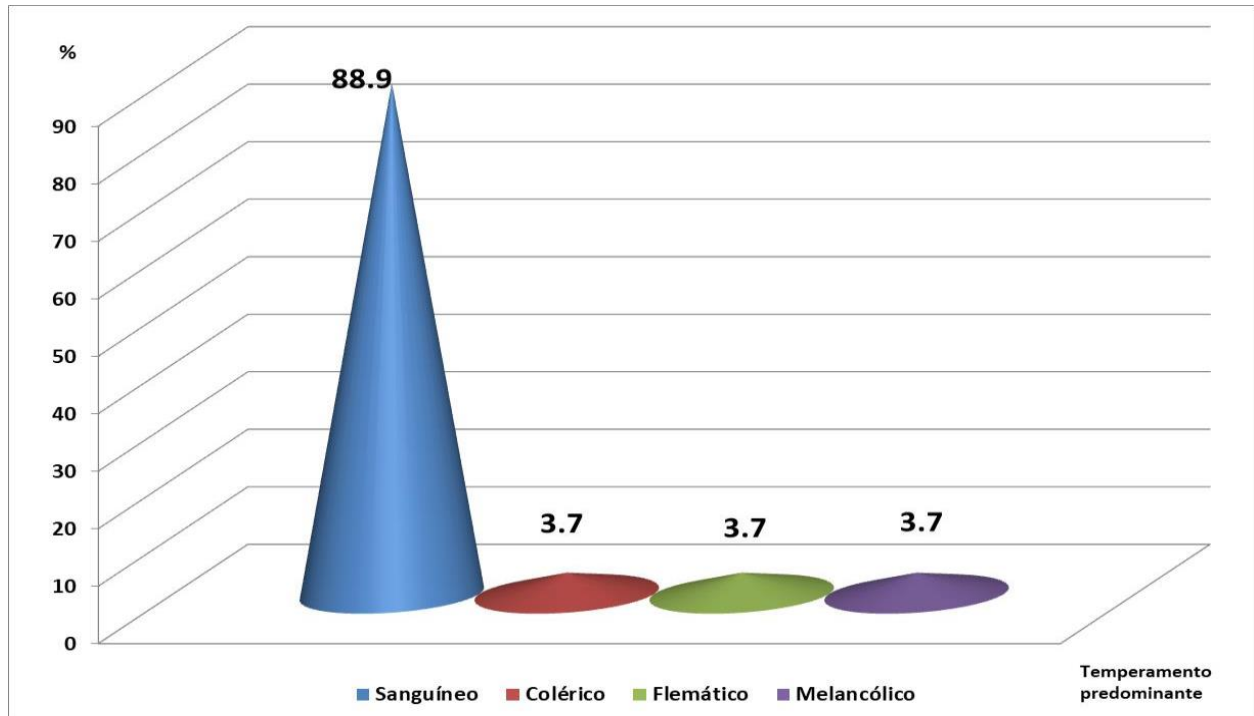


Figura 3. Resultados del porcentaje de deportistas por tipo de temperamento.

Fuente: Elaboración propia

Se puede observar que el 88.9% de los deportistas presentan un predominio del temperamento sanguíneo, lo cual se considera muy significativo estadísticamente. De ahí que posean una gran fuerza cortical que les permite acumular y resistir durante el entrenamiento y la presión psicológica de los juegos grandes cargas físicas –psíquicas de trabajo, sin caer en el estrés, son rápidos de reacción ante las nuevas circunstancias, poseen equilibrio para sobrellevar varias actividades al mismo tiempo, además son reactivos, impulsivos, tienen sensibilidad disminuida por ser pocos impresionables, extrovertidos y con movilidad cortical.

Es necesario resaltar que 3 deportistas de la muestra seleccionada presentan predominio de otro temperamento que no es el sanguíneo: los No. 7, 11 y 15 con temperamento melancólico, flemático y colérico respectivamente.

Los No. 2 y 6 presentan tendencias compartidas, por encontrarse iguales valores representativos de 2 temperamentos.

El No. 6 tiende a sanguíneo- flemático, por lo que puede mostrarse similar a la mayoría de los jugadores, en los cuales el primer temperamento es predominante, no obstante

puede manifestar cierta lentitud de reacciones, a pesar de ello después de un largo periodo de adiestramiento puede trabajar con empeño en una misma dirección, presenta una determinada introversión, equilibrio, además de ser paciente, confiable e inexpresivos.

El No. 2 tiende a sanguíneo - melancólico. Ello trae como consecuencia que además de poseer el temperamento predominante del grupo, sea débil y muy impresionable, no posea gran fuerza, equilibrio ni movilidad cortical, muestre una alta sensibilidad emocional por la pobre capacidad para resistir las emociones desfavorables que frenan su actividad como las críticas de compañeros, entrenadores y es posible que no posea una dinámica de activación muy marcada.

En general la tendencia del predominio de temperamento tipo 1 de estos jugadores los hace fuertes ante las incidencias del partido. Aunque no son muy impresionables pueden reaccionar de forma marcada y con gran rapidez ante las diferentes situaciones competitivas. Además por ser los más extrovertidos, manifiestan gran actitud volitiva en los momentos críticos del juego y en situaciones de triunfo, pero disminuyen bruscamente la eficacia de sus acciones una vez que se les enseñan sus errores y que se evidencian en los resultados del partido, lo cual puede influir negativamente sobre sus tensiones psíquicas.

CONCLUSIONES

A partir del diagnóstico se pudo precisar que los deportistas presentan mayor estabilidad vegetativa y de éxito- fracaso, seguido de la estabilidad ante las condiciones objetivas del medio y en menor medida la social personal, además que el temperamento predominante es el sanguíneo.

REFERENCIAS

Don Deporte (2020). Balonmano cómo se juega y sus reglas.

<https://www.dondeporte.com/blog/balonmano-como-se-juega-y-sus-reglas/>

Don Deporte (2020). Balonmano, un deporte para el desarrollo muscular.

<https://www.dondeporte.com/blog/balonmano-un-deporte-completo-para-el-desarrollo-muscular/>

García Pazmiño, M. A., García Ucha, F., Arévalo García, N. A., García S. T. (2019).

Presiones Deportivas y Disposición Óptima Combativa.

<file:///C:/Users/rossana.rodriquez/Downloads/Dialnet-PresionesDeportivasYDisposicionOptimaCombativa-6761718.pdf>

Guerra Fontén, R., Stable Bernal, Y., & Bernal Jova, A. N. (2021). Control y evaluación de la preparación de los porteros de balonmano. Revista Conrado. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n80/1990-8644-rc-17-80-268.pdf>

Martínez, N. y Pelier, J. A. (2020). Intervención psicológica para el incremento de la tolerancia a la frustración en lanzadores, categoría 15-16. https://www.researchgate.net/profile/Naya-Martinez/publication/339413184_Intervencion_psicologica_para_el_incremento_de_la_tolerancia_a_la_frustracion_en_lanzadores_categoria_15-16/links/6075fd48299bf1f56d560350/Intervencion-psicologica-para-el-incremento-de-la-tolerancia-a-la-frustracion-en-lanzadores-categoria-15-16.pdf

Plan de preparación del deportista. Balonmano. (2021). <https://docplayer.es/12323392-Plan-de-preparacion-del-deportista-balonmano.html>

Pupo, Y. y Rodríguez, R. (2019). Influencia de la tolerancia psíquica ante situaciones de juego en el rendimiento de los lanzadores del equipo de béisbol de Matanzas. CD Monografías de la Universidad de Matanzas. ISBN: 978-959-16-4317-9. <http://monografias.umcc.cu/monos/2019/FCF/mo19137.pdf>

Saíenz de la Torre, N. (2003). La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo. Puebla, Editorial Serna, BUAP.