



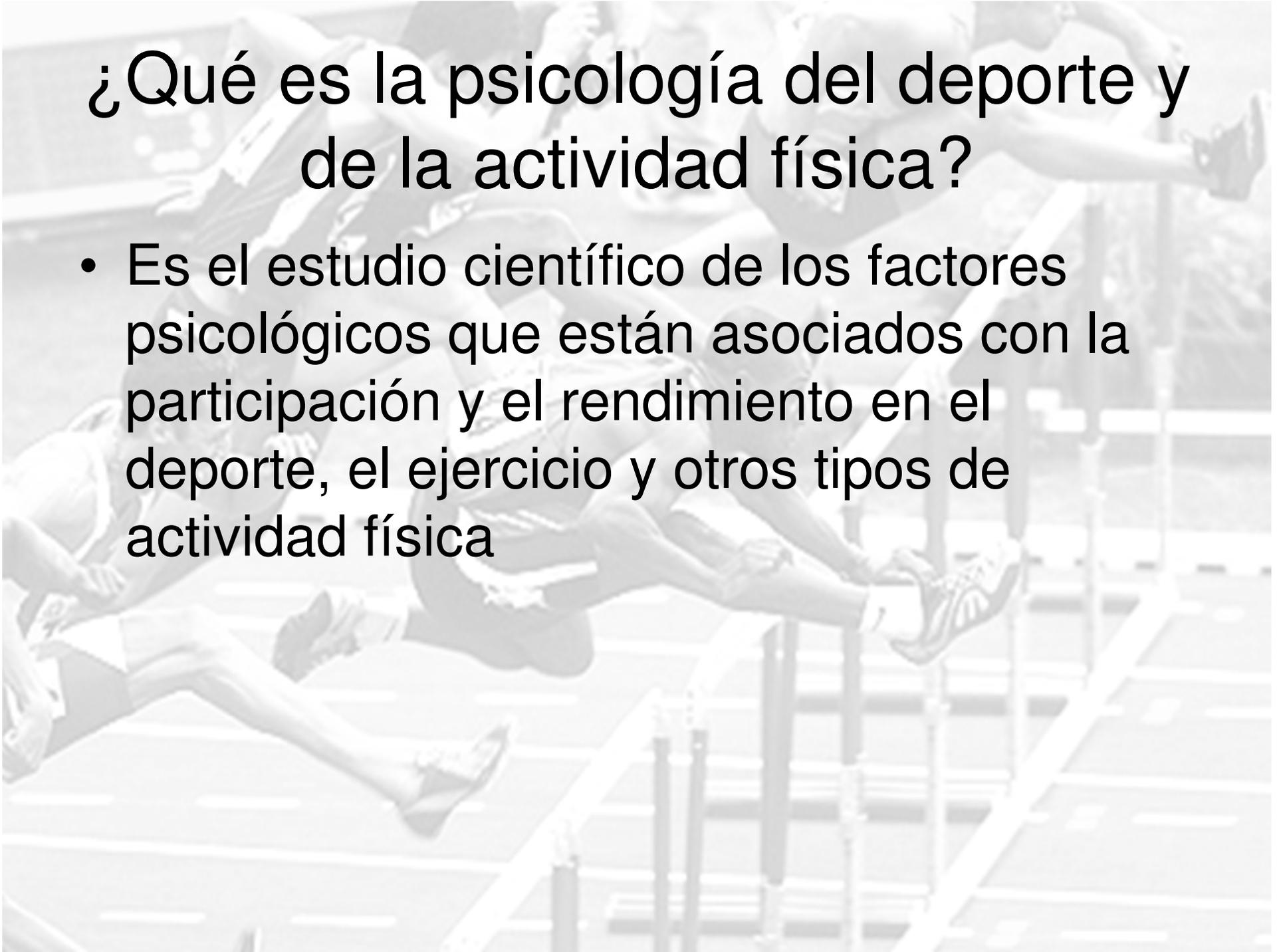
# Presentación Modelo de trabajo Psicología Deportiva Escuelas Formativas 2011

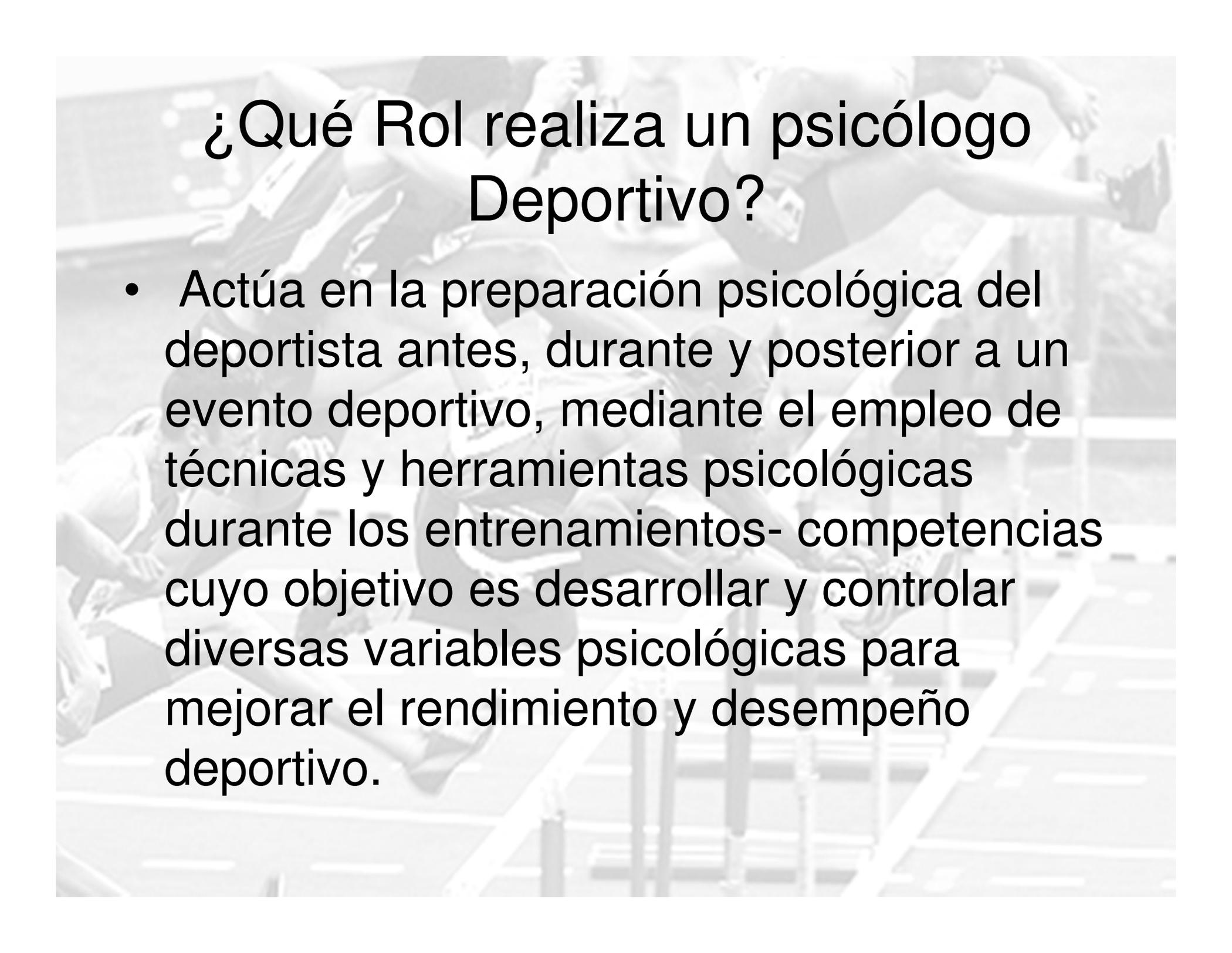
Cristián Schönthaler Ramírez  
Psicólogo Deportivo.



# ¿Qué es la psicología del deporte y de la actividad física?

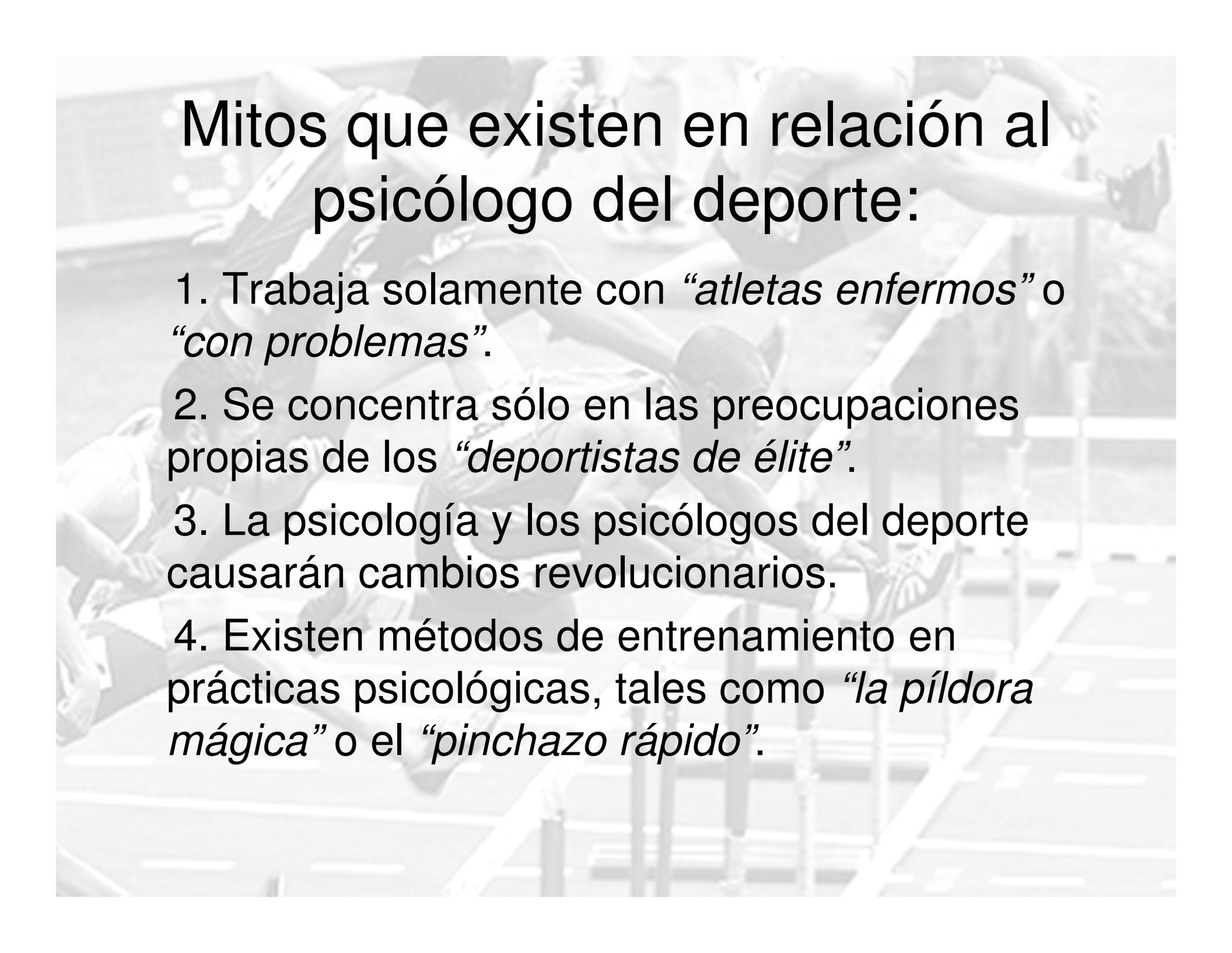
- Es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física





# ¿Qué Rol realiza un psicólogo Deportivo?

- Actúa en la preparación psicológica del deportista antes, durante y posterior a un evento deportivo, mediante el empleo de técnicas y herramientas psicológicas durante los entrenamientos- competencias cuyo objetivo es desarrollar y controlar diversas variables psicológicas para mejorar el rendimiento y desempeño deportivo.



# Mitos que existen en relación al psicólogo del deporte:

1. Trabaja solamente con *“atletas enfermos”* o *“con problemas”*.
2. Se concentra sólo en las preocupaciones propias de los *“deportistas de élite”*.
3. La psicología y los psicólogos del deporte causarán cambios revolucionarios.
4. Existen métodos de entrenamiento en prácticas psicológicas, tales como *“la píldora mágica”* o el *“pinchazo rápido”*.



# ETAPAS PROCESO PSICOLÓGICO

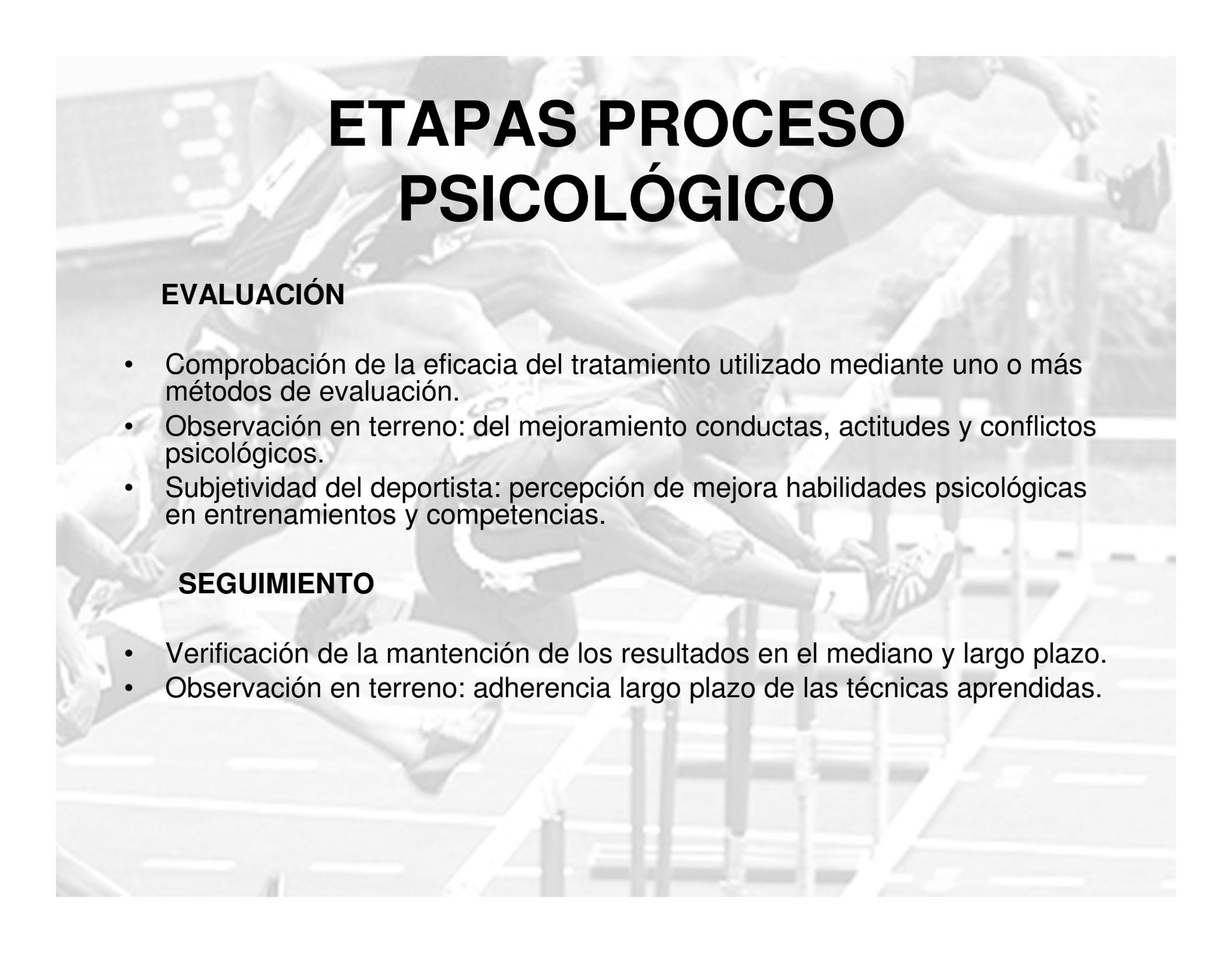
- **ELEMENTOS FUNDAMENTALES EN EL ENTRENAMIENTO MENTAL**

## **DIAGNÓSTICO**

- La observación y registro en terreno entrenamientos y competencias.
- Observación relación deportistas – “otros” (compañeros, entrenadores, etc.).

## **INTERVENCIÓN**

- Indirecta: asesoramiento al entrenador en relaciones humanas y planificación entrenamiento deportivo.
- Directa: con el deportista en prevención y desarrollo de variables psicológicas, mediante diversas técnicas de intervención psicológicas



# ETAPAS PROCESO PSICOLÓGICO

## EVALUACIÓN

- Comprobación de la eficacia del tratamiento utilizado mediante uno o más métodos de evaluación.
- Observación en terreno: del mejoramiento conductas, actitudes y conflictos psicológicos.
- Subjetividad del deportista: percepción de mejora habilidades psicológicas en entrenamientos y competencias.

## SEGUIMIENTO

- Verificación de la mantención de los resultados en el mediano y largo plazo.
- Observación en terreno: adherencia largo plazo de las técnicas aprendidas.

# Aspectos Mentales a Trabajar.

- **OBJETIVO** *Búsqueda de la maximización del rendimiento deportivo mediante el desarrollo de las siguientes variables psicológicas:*
  - *Motivación extrínseca e intrínseca.*
  - *Establecimiento de metas y objetivos*
  - *Ansiedad, regulación de niveles de activación precompetitiva y en competencia.*
  - *Atención – Concentración.*

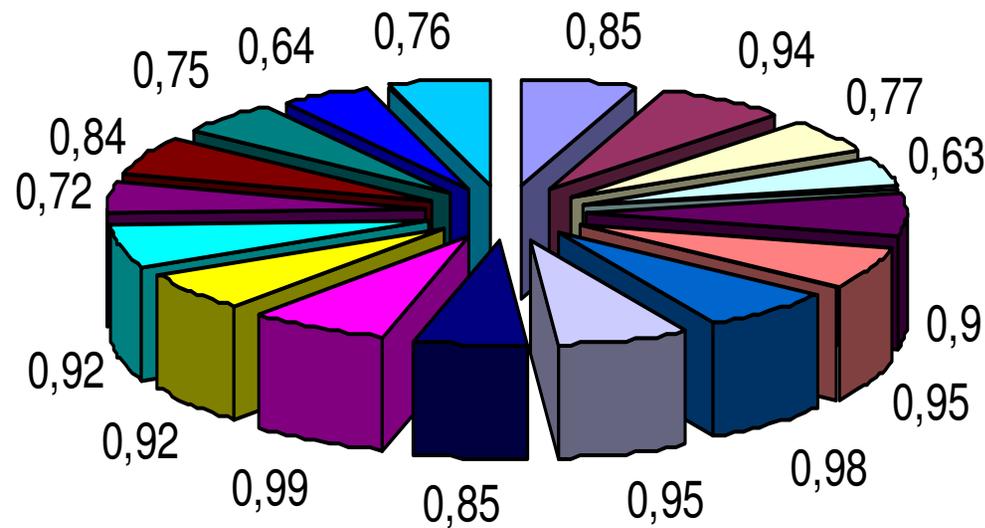


Presentación de Resultados  
Evaluación Psicodeportológica  
Tenistas (1ra parte)

Cristián Schönthaler Ramírez  
Psicólogo Deportivo  
1er semestre 2011

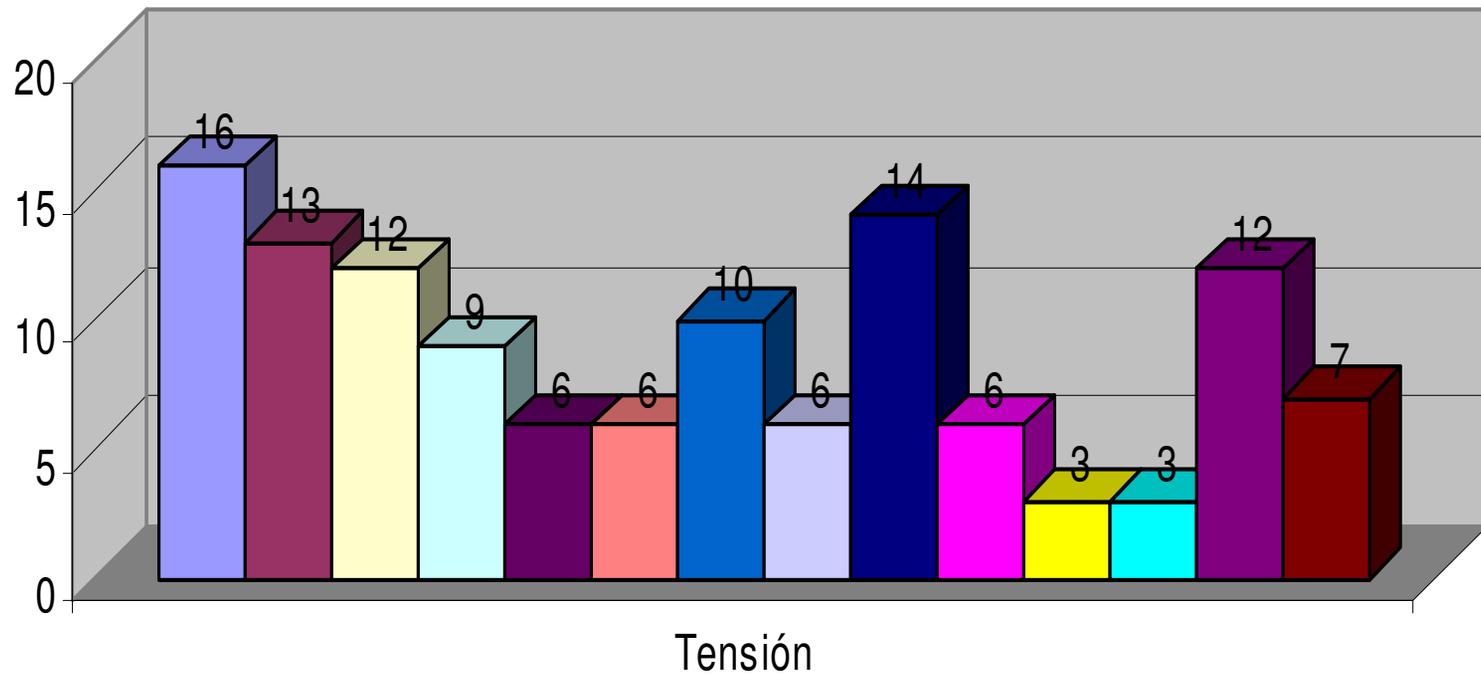
# Test de Atención Concentración Toulouse – Pierón / Promedio:0,85

Coefficiente



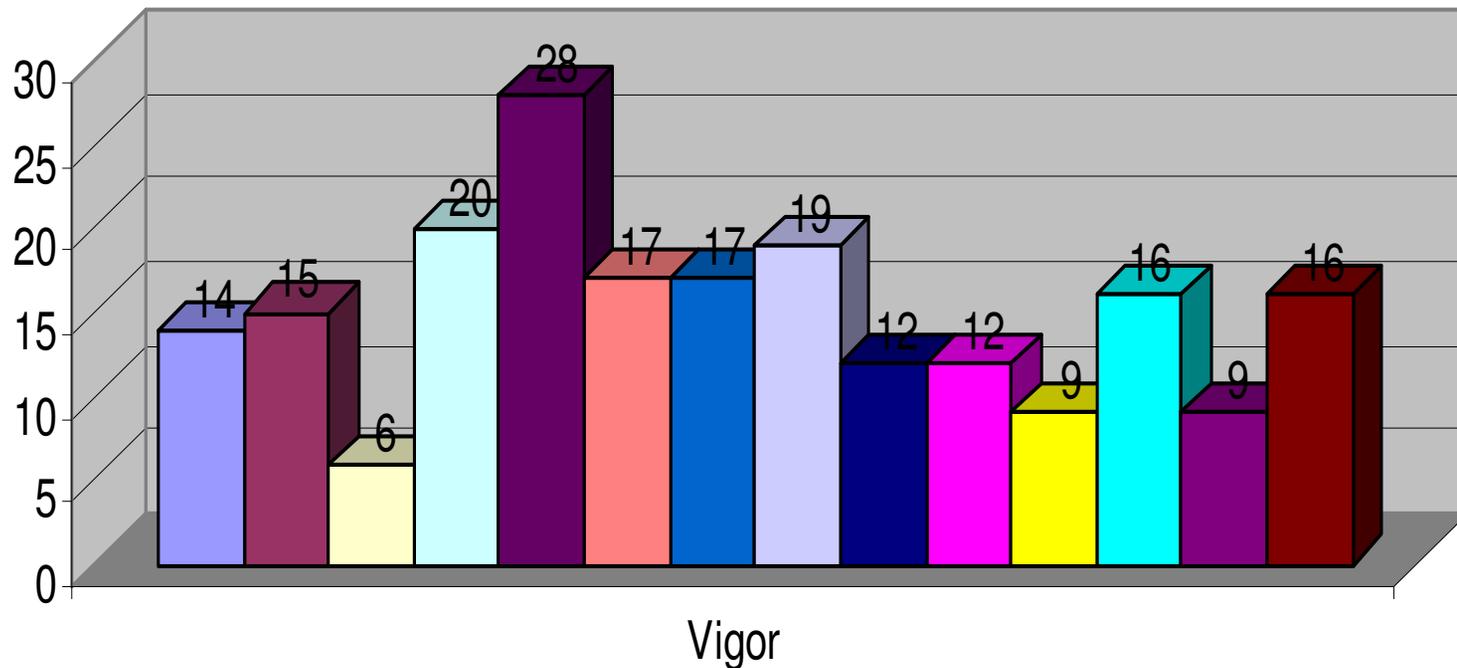
- |                     |                     |                    |                     |
|---------------------|---------------------|--------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa    | ■ Luis Castillo     |
| ■ Anibal Gonzalez   | ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella  | ■ Esteban montero   |
| ■ Christofer Catrio | ■ Alejandro Ramírez | ■ Natalia Ramírez  | ■ Ronaldo Calluqueo |
| ■ Beatriz Leon      |                     |                    |                     |

# P.O.M.S( Profile of mood State)



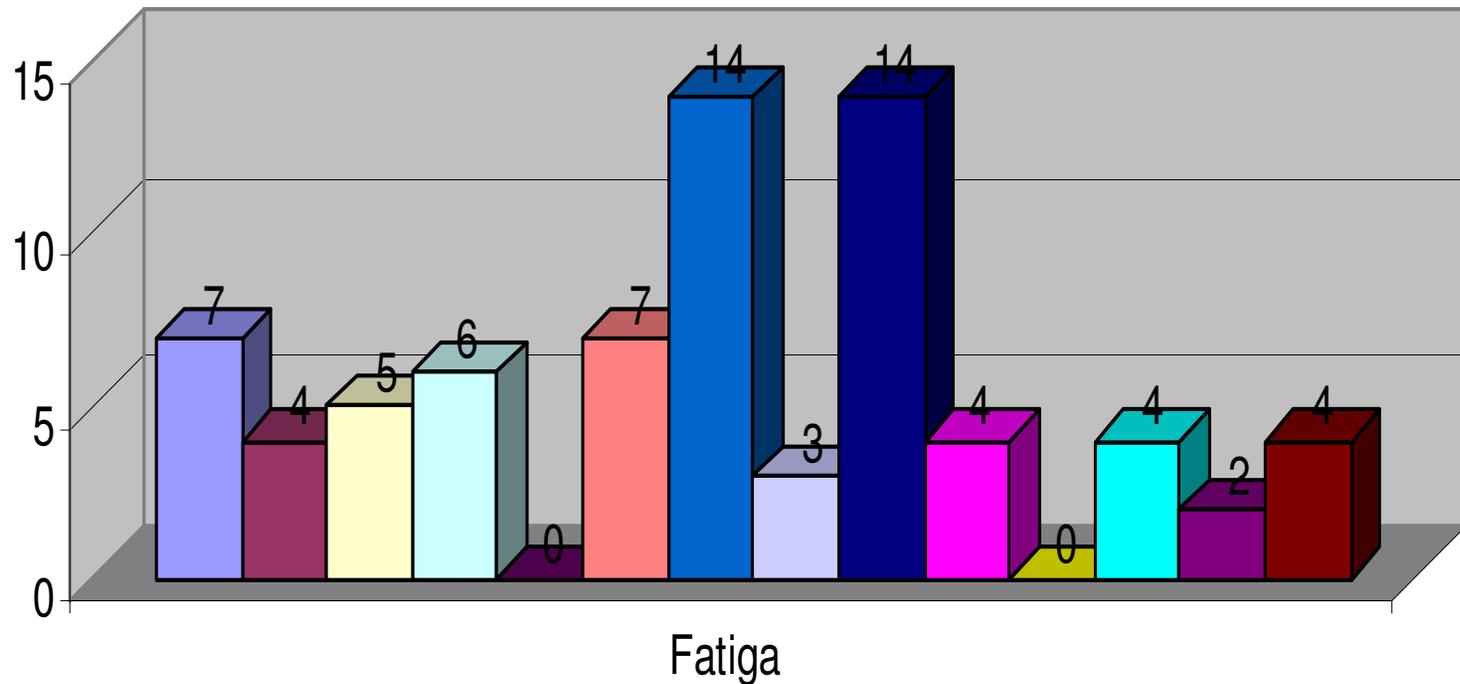
- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Anibal Gonzalez   |
| ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   | ■ Esteban montero   |
| ■ Christofer Catrio | ■ Alejandro Ramírez |                     |                     |

# P.O.M.S( Profile of mood State)



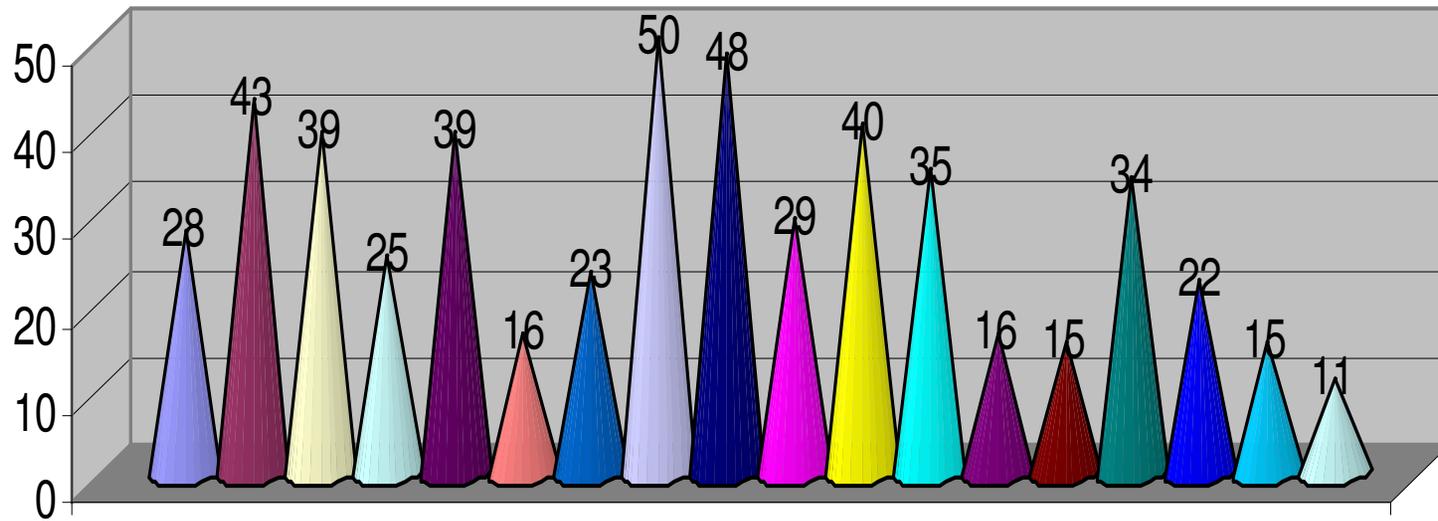
- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Anibal Gonzalez   |
| ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   | ■ Esteban montero   |
| ■ Christofer Catrio | ■ Alejandro Ramírez |                     |                     |

# P.O.M.S( Profile of mood State)



- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Anibal Gonzalez   |
| ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   | ■ Esteban montero   |
| ■ Christofer Catrío | ■ Alejandro Ramírez |                     |                     |

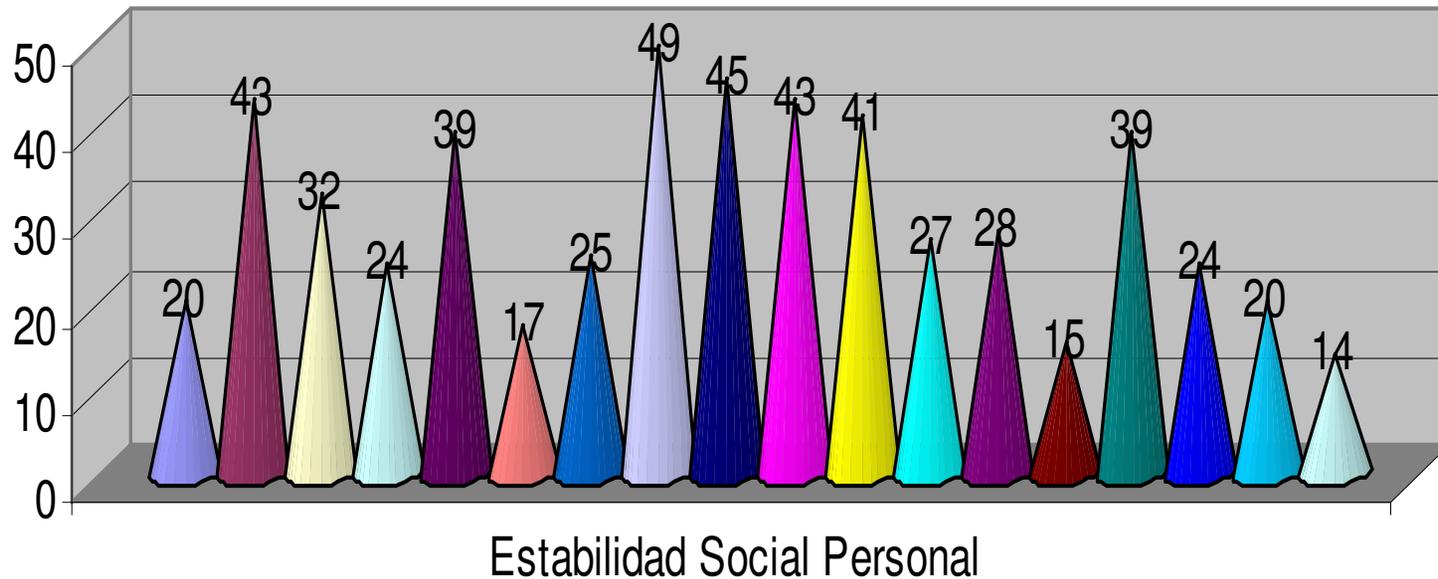
# Test Síntoma de Carga de Frester



Estlb psiquica frente a cond obj de objetv

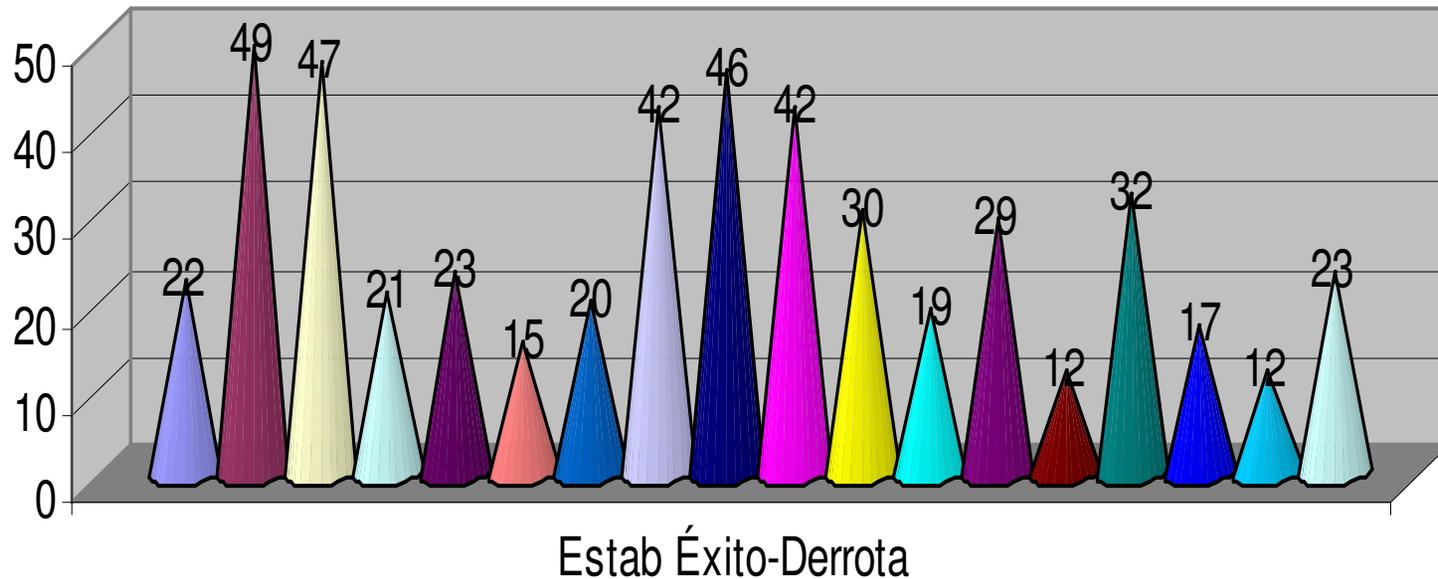
- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Luis Castillo     |
| ■ Anibal Gonzalez   | ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero |
| ■ Máximo Bustamante | ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   |
| ■ Esteban montero   | ■ Christofer Catrio | ■ Alejandro Ramírez | ■ Natalia Ramírez   |
| ■ Ronaldo Calluqueo | ■ Beatriz Leon      |                     |                     |

# Test Síntoma de Carga de Frester



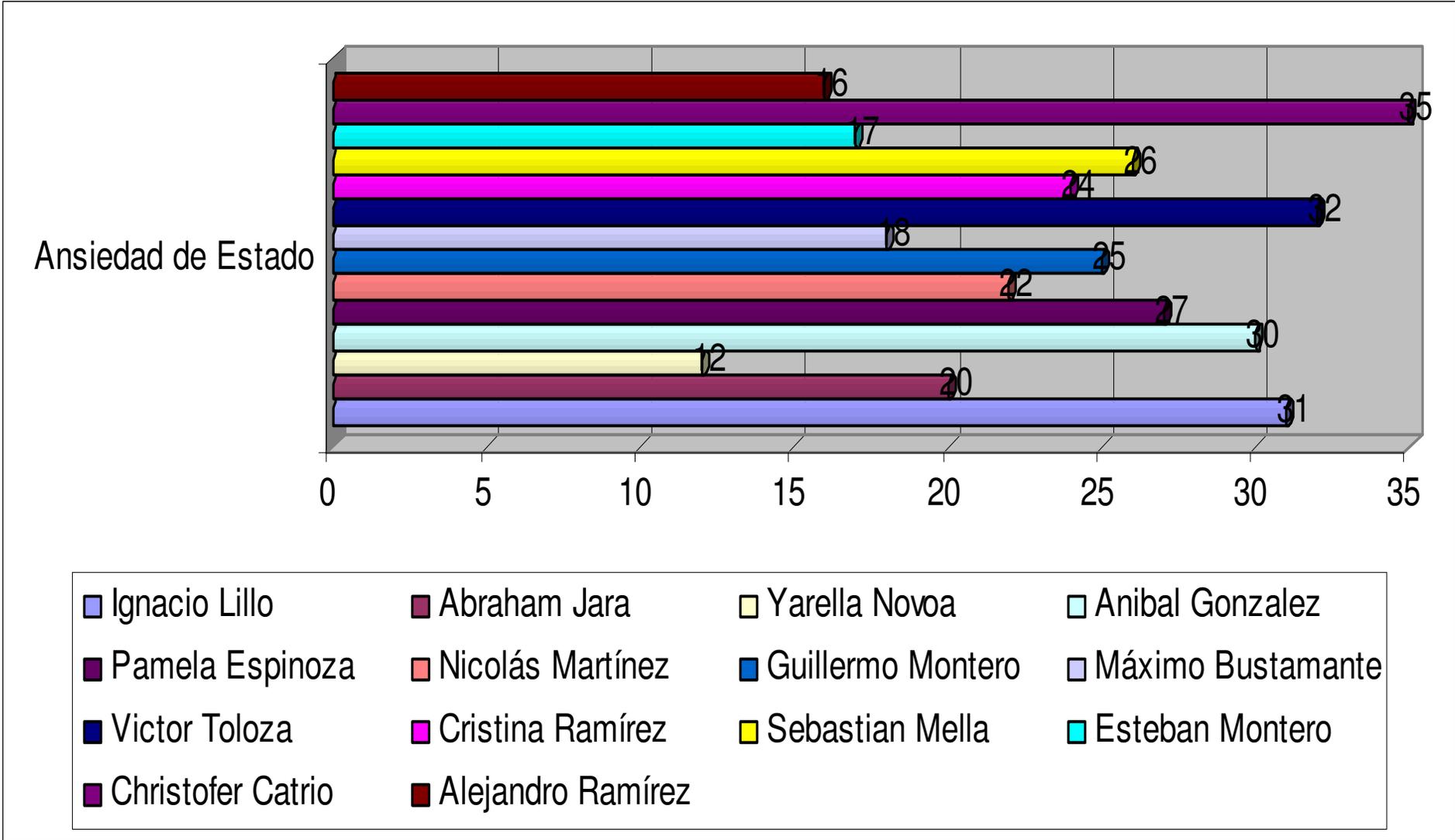
- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Luis Castillo     |
| ■ Anibal Gonzalez   | ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero |
| ■ Máximo Bustamante | ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   |
| ■ Esteban montero   | ■ Christofer Catrio | ■ Alejandro Ramírez | ■ Natalia Ramírez   |
| ■ Ronaldo Calluqueo | ■ Beatriz Leon      |                     |                     |

# Test Síntoma de Carga de Frester

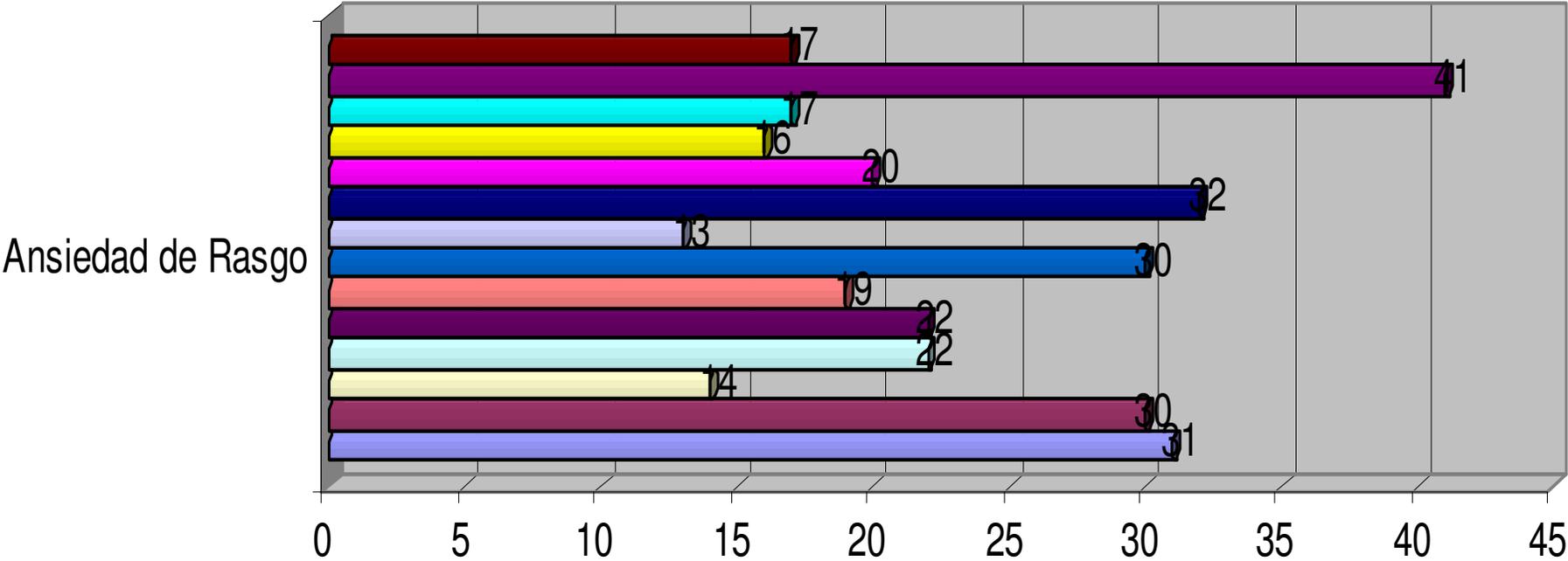


- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Luis Castillo     |
| ■ Anibal Gonzalez   | ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero |
| ■ Máximo Bustamante | ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   |
| ■ Esteban montero   | ■ Christofer Catrio | ■ Alejandro Ramírez | ■ Natalia Ramírez   |
| ■ Ronaldo Calluqueo | ■ Beatriz Leon      |                     |                     |

# Test STAI



# Test STAI



- |                     |                     |                     |                     |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo     | ■ Abraham Jara      | ■ Yarella Novoa     | ■ Anibal Gonzalez   |
| ■ Pamela Espinoza   | ■ Nicolás Martínez  | ■ Guillermo Montero | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza     | ■ Cristina Ramírez  | ■ Sebastian Mella   | ■ Esteban Montero   |
| ■ Christofer Catrío | ■ Alejandro Ramírez |                     |                     |

# Test De Rejilla

