



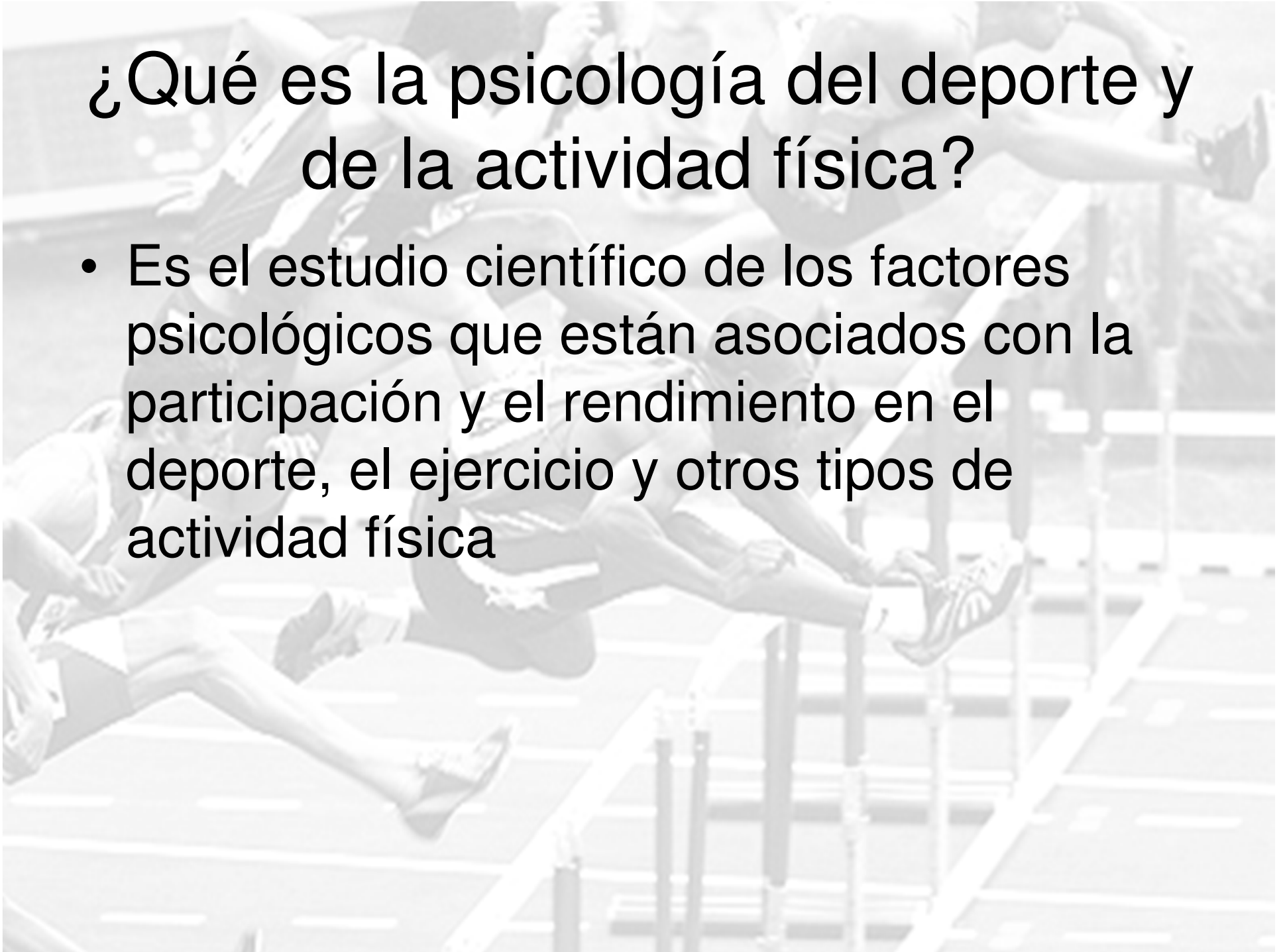
Presentación Modelo de trabajo Psicología Deportiva Escuelas Formativas 2011

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.*

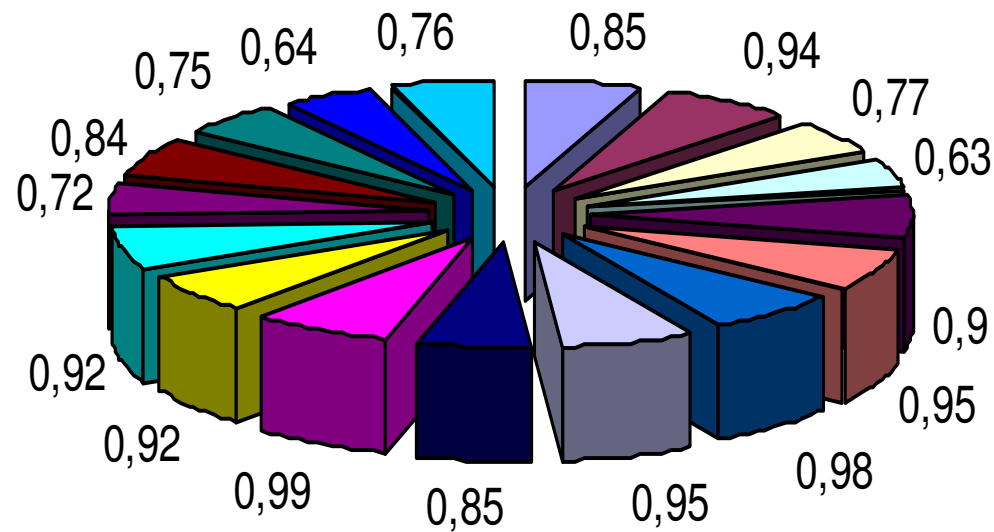


Presentación de Resultados
Evaluación Psicodeportológica
Tenistas (1ra parte)

Cristián Schönthaler Ramírez
Psicólogo Deportivo
1er semestre 2011

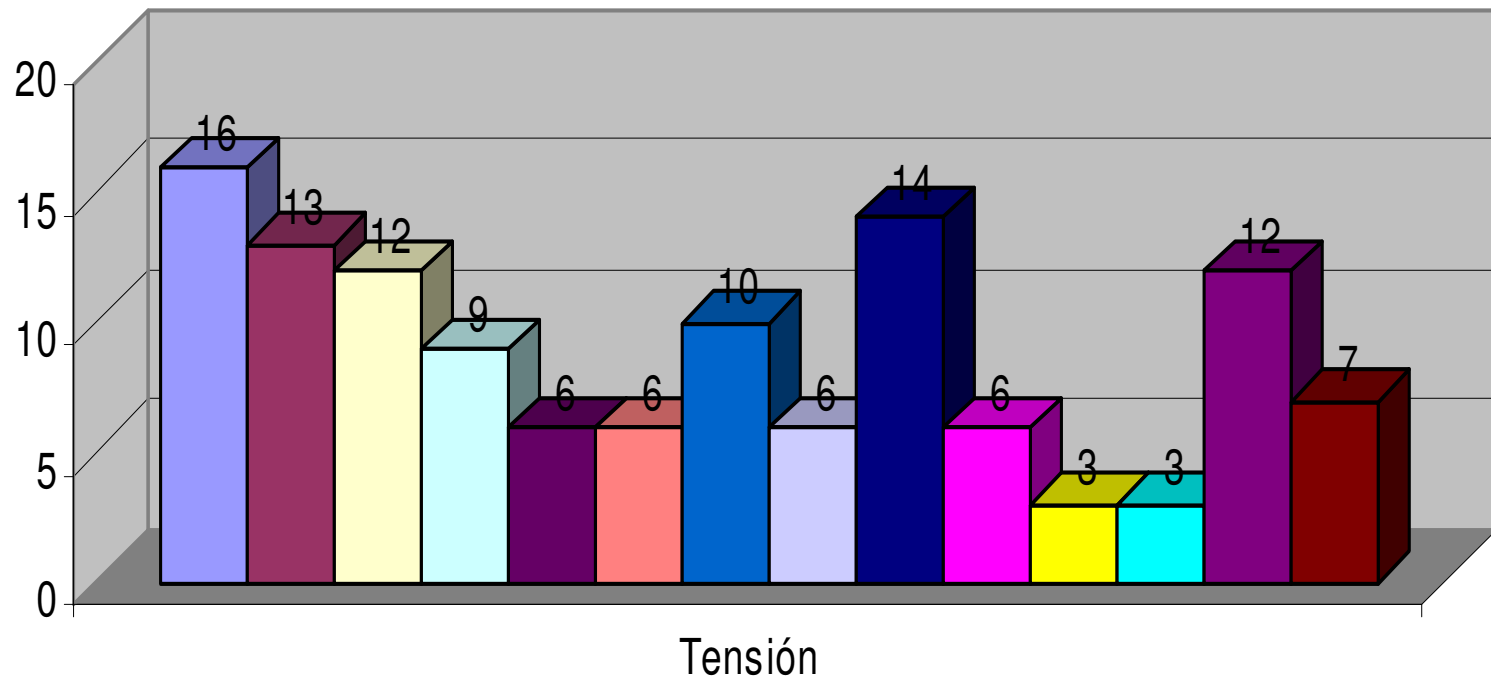
Test de Atención Concentración Toulouse – Pierón / Promedio:0,85

Coefficiente



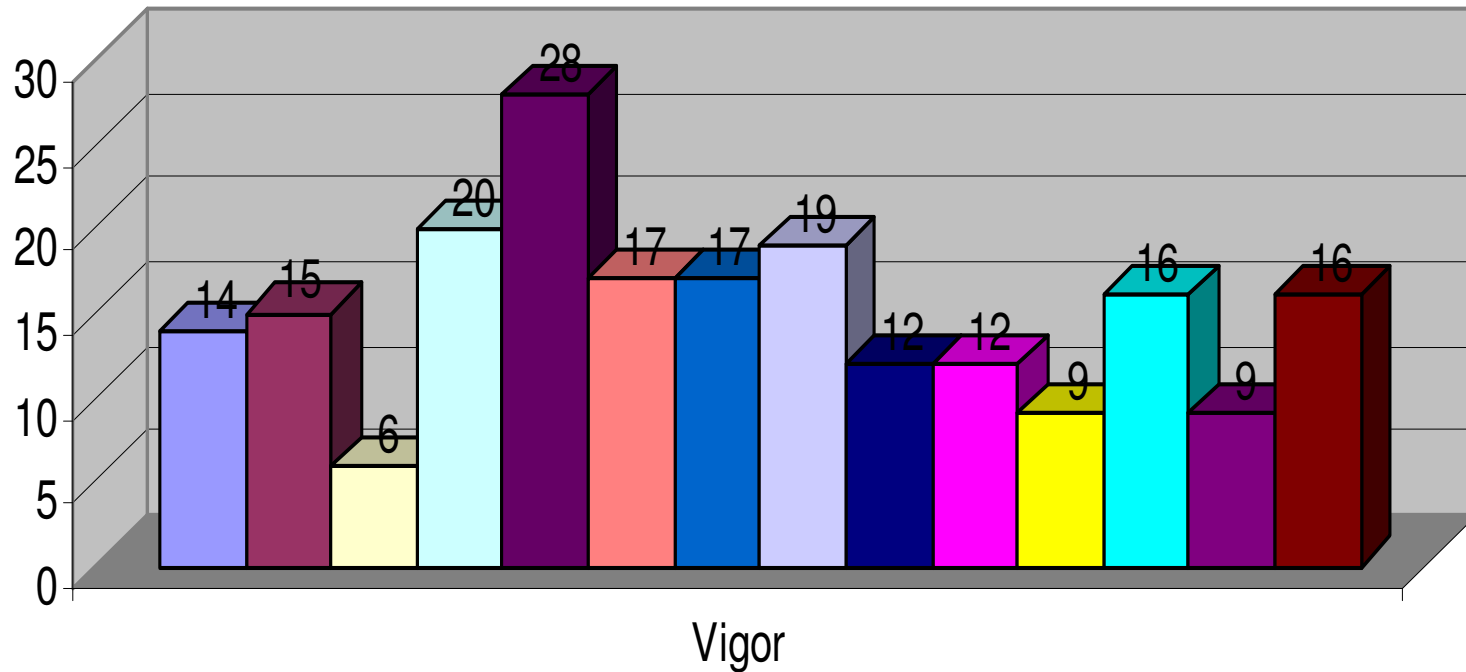
- | | | | |
|---------------------|---------------------|--------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo | ■ Abraham Jara | ■ Yarella Novoa | ■ Luis Castillo |
| ■ Anibal Gonzalez | ■ Pamela Espinoza | ■ Nicolás Martínez | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza | ■ Cristina Ramírez | ■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

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



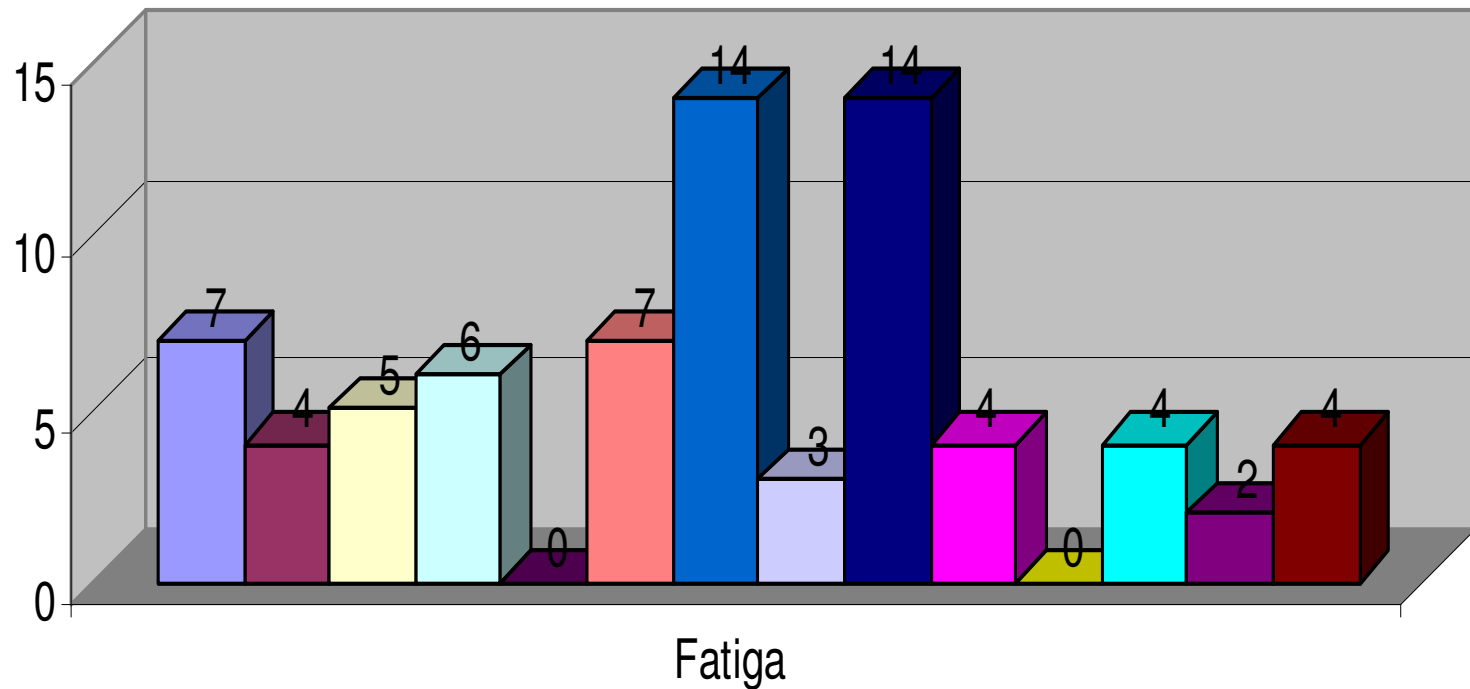
- | | | | |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo | ■ Abraham Jara | ■ Yarella Novoa | ■ Anibal Gonzalez |
| ■ Pamela Espinoza | ■ Nicolás Martínez | ■ Guillermo Montero | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza | ■ Cristina Ramírez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

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



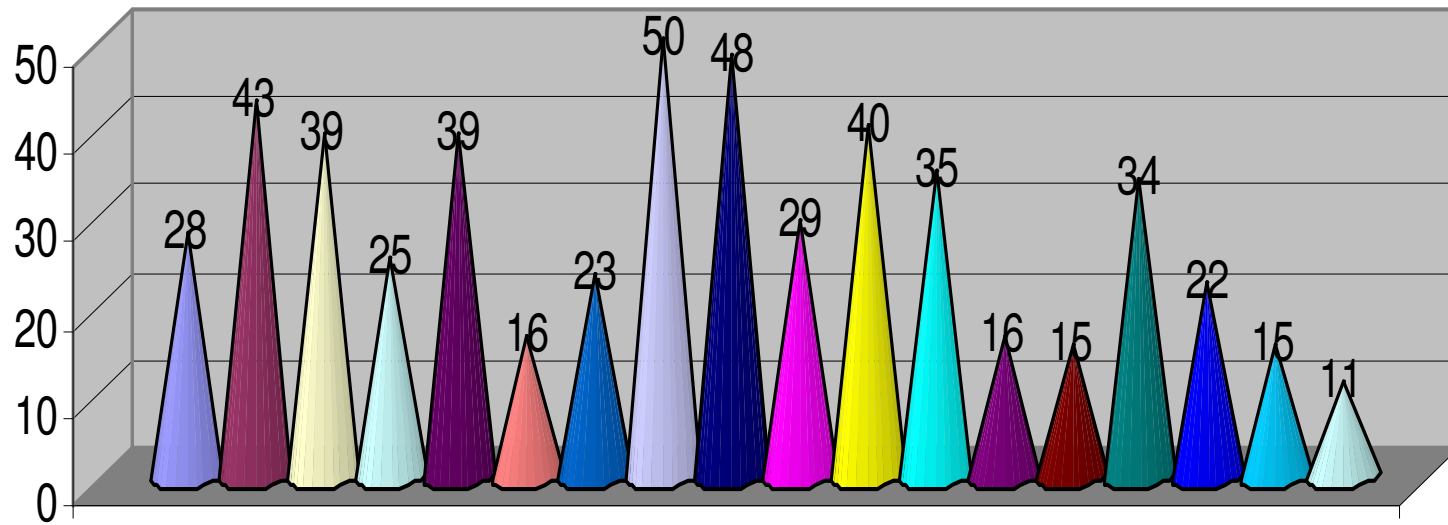
- | | | | |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo | ■ Abraham Jara | ■ Yarella Novoa | ■ Anibal Gonzalez |
| ■ Pamela Espinoza | ■ Nicolás Martínez | ■ Guillermo Montero | ■ Máximo Bustamante |
| ■ Victor Toloza | ■ Cristina Ramírez | ■ 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 | | |

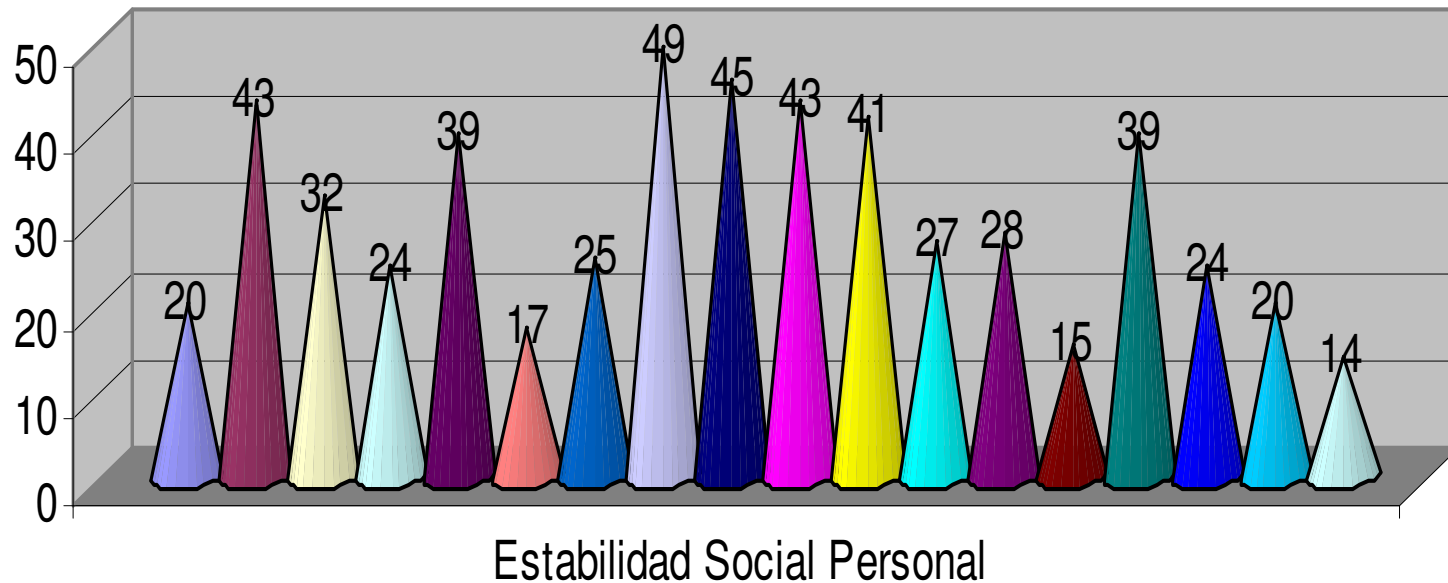
Test Síntoma de Carga de Frester



Estlb psiquica frente a cond obj de objetv

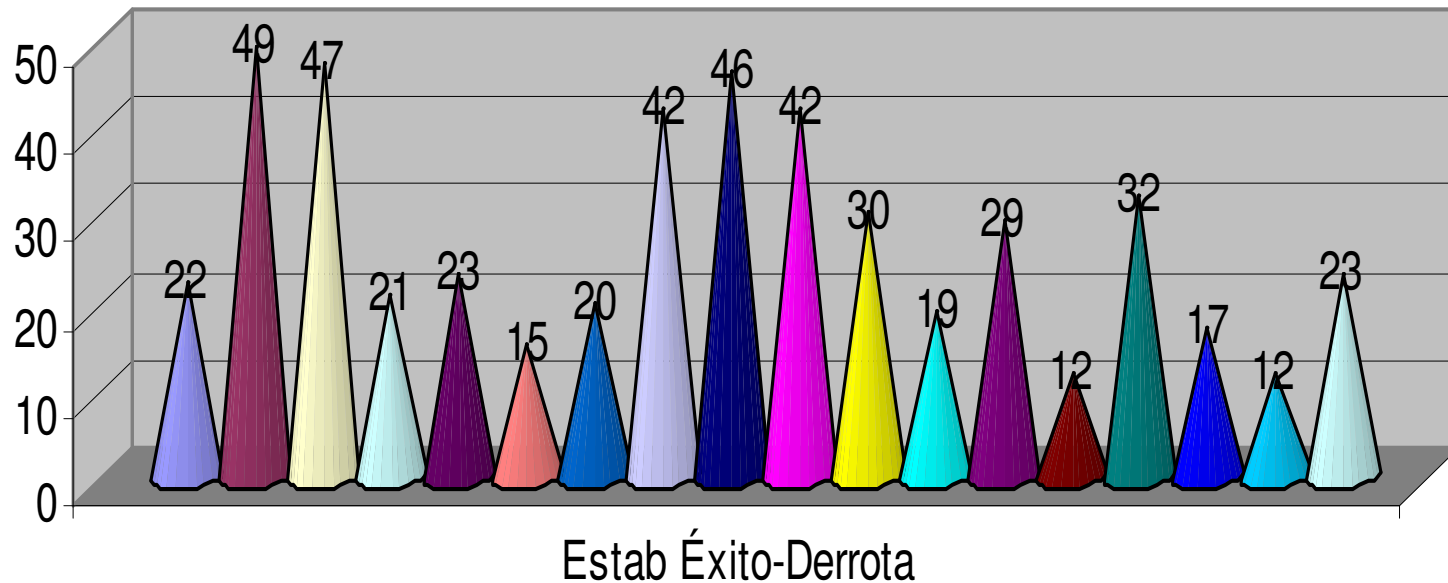
- | | | | |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo | ■ Abraham Jara | ■ Yarella Novoa | ■ Luis Castillo |
| ■ Anibal Gonzalez | ■ Pamela Espinoza | ■ Nicolás Martínez | ■ Guillermo Montero |
| ■ Máximo Bustamante | ■ Victor Toloza |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

Test Síntoma de Carga de Frester



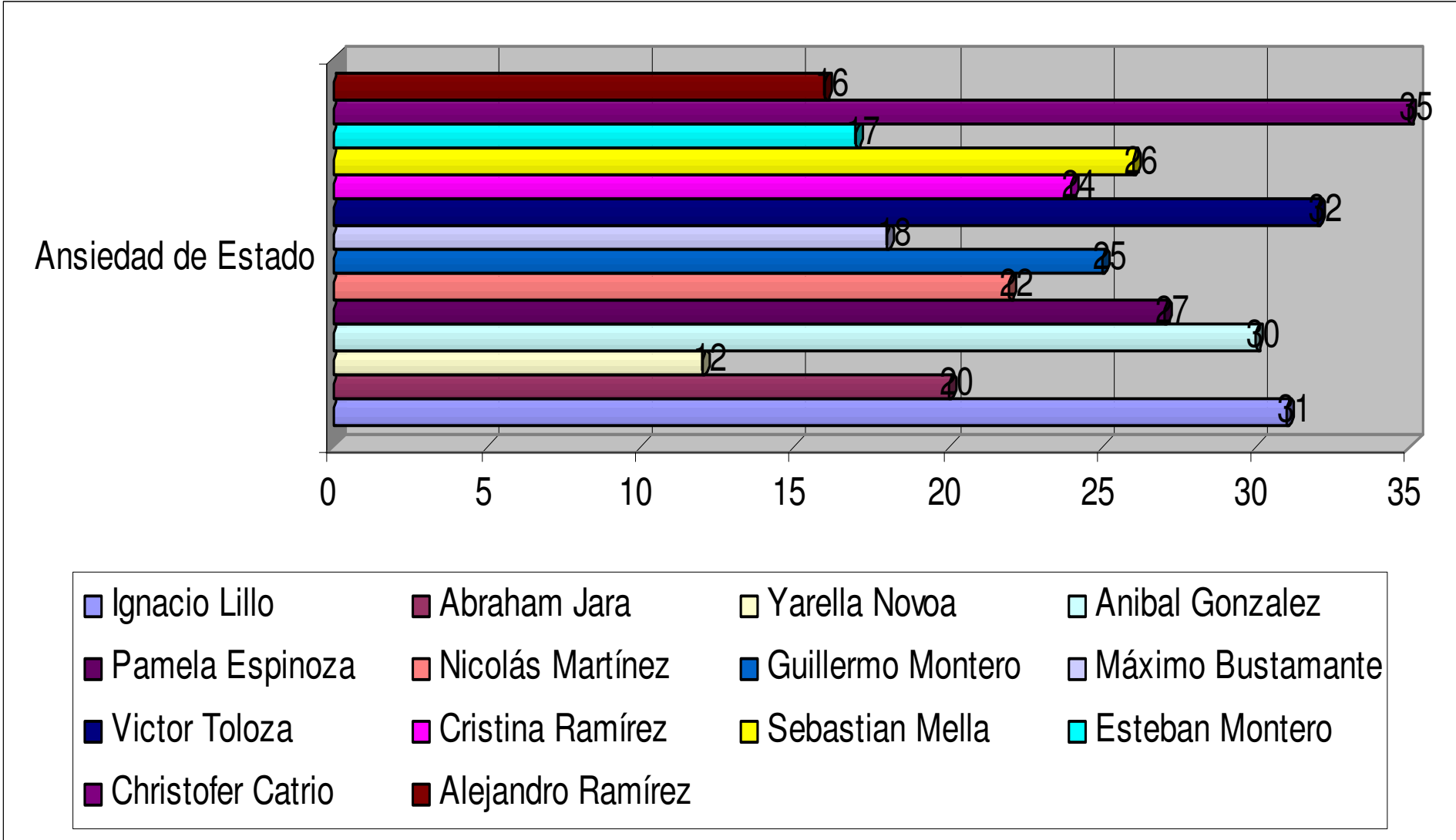
- | | | | |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo | ■ Abraham Jara | ■ Yarella Novoa | ■ Luis Castillo |
| ■ Anibal Gonzalez | ■ Pamela Espinoza | ■ Nicolás Martínez | ■ Guillermo Montero |
| ■ Máximo Bustamante | ■ Victor Toloza |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

Test Síntoma de Carga de Frester

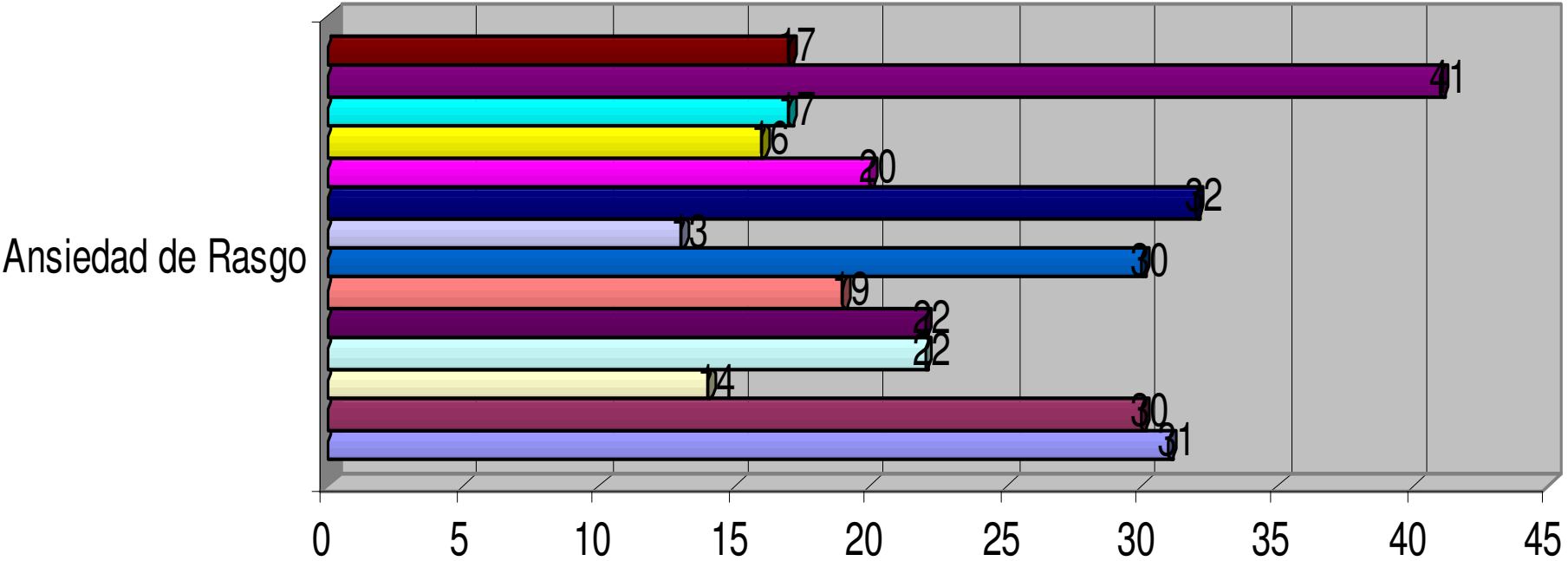


- | | | | |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| ■ Ignacio Lillo | ■ Abraham Jara | ■ Yarella Novoa | ■ Luis Castillo |
| ■ Anibal Gonzalez | ■ Pamela Espinoza | ■ Nicolás Martínez | ■ Guillermo Montero |
| ■ Máximo Bustamante | ■ Victor Toloza | ■ 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

