

Caracterización de los efectos del enojo en lanzadores de béisbol categoría 13-15 años (original)

*Characterization of the effects of the anger in pitchers of baseball category 13-15 years*

Marlon Enrique Cisneros-Fonseca, Facultad de Cultura Física de Granma, [marloncf@grm.uccfd.cu](mailto:marloncf@grm.uccfd.cu), Cuba.

Mairelys Morales-Toboso, Facultad de Cultura Física de Granma, [mairelysmt@grm.uccfd.cu](mailto:mairelysmt@grm.uccfd.cu), Cuba.

Ángel Domenech- Morales, Facultad de Cultura Física de Granma, [angeldm@grm.uccfd.cu](mailto:angeldm@grm.uccfd.cu), Cuba.

#### Resumen

En las investigaciones de psicología aplicada al deporte, numerosa es la lista de científicos que han dedicado sus esfuerzos al control emocional de deportistas, sin embargo, la temática del enojo y su influencia, así como su papel catalizador de emociones de mayor intensidad no ha sido investigada suficientemente. En el presente artículo se exponen los resultados de un diagnóstico de las causas de surgimiento, manifestaciones y cambios fisiológicos ante dicho fenómeno en lanzadores adolescentes de béisbol, así como algunas repercusiones en los resultados deportivos del equipo categoría 13-15 años de Santa Rita en Granma.

Palabras clave: enojo/ lanzadores/ béisbol/ control emocional.

#### Abstract

In Psychology, investigations applied to sport show a numerous list of scientists who have dedicated their efforts to the emotional control of athletes; however, the topic of annoyance and its influence, as well as its role as catalyst for more intense emotions has not been sufficiently investigated. This article shows the results of a diagnosis of the causes of annoyance emergence, expressions and physiological changes of the phenomenon in teenage baseball pitchers, as well as some implications in the sports results of the team (13-15 years category) of Santa Rita in Jiguaní municipality, Granma province.

Key words: anger / pitchers / baseball / emotional control.

## Introducción

En Cuba se considera al béisbol el deporte nacional por ser la actividad deportiva de mayor arraigo y tradición en la población. Desde su introducción en este país la que, según referencias de Ealo, J. (1984), data de aproximadamente la segunda mitad del siglo XIX, ha sido un auténtico fenómeno de masas. Su práctica requiere habilidades, capacidades, proyección de sus acciones, manejo táctico y estratégico, liderazgo, cohesión grupal, inteligencia y grandes dosis de autocontrol emocional, pues las competiciones actuales exigen de los participantes un enorme gasto de energía física y psíquica.

A lo largo de su evolución como ciencia, en la psicología se han generado numerosas investigaciones con el propósito de determinar el papel de los factores psicológicos en el entrenamiento deportivo y de manera particular, en el esclarecimiento de la influencia de las emociones en los deportistas, destacándose en ellas Puni (1974), Rudik (1974), González y Matos (2000), Cañizares (2000), González (2001), y Riera (2002), García (2004), donde cobran un valor especial los diversos tipos de emociones que en el deportista se producen y manifiesta en el curso de su desarrollo y actuación.

De acuerdo con lo planteado por Rudik (1974), algunas condiciones de la actividad deportiva influyen permanentemente sobre la profundidad, volumen e intensidad de las reacciones emocionales, entre las que destacan las cargas de entrenamiento psíquicas y físicas muy elevadas e intensas, la ejecución de ejercicios peligrosos, complejos y difíciles técnicamente y por último las competencias (antes, durante y después de las mismas).

González Rey y Mitjans (1989), indicaron que la idea, reflexión o valoración sobre algo, se construye sobre la base de las emociones, como manifestación de los motivos. En otras ocasiones, las emociones aparecen como resultado de un proceso reflexivo y valorativo, el cual conduce a incluir un hecho en los marcos de un motivo de la personalidad.

Investigaciones desarrolladas con deportistas de alto rendimiento en Cuba por los psicólogos deportivos como Bermúdez, A. (1983), Cañizares, A. (1999), Riera, M. (2003), González, L. G. (2004), García, U. (2004), demuestran que las respuestas emocionales se erigen sobre la base de autovaloraciones, enriquecimiento de los motivos deportivos, aspiraciones concretas en el entrenamiento y en las competencias, en el enfrentamiento al estrés competitivo, las reflexiones ante el éxito y el fracaso.

Así mismo, Pérez, J, V. (2002) plantea que la función reguladora de las emociones emerge directamente de sus funciones de valoración y de reflexión. La misma autora sostiene que ganar en autocontrol emocional no significa reprimir las emociones, sino asumir la posibilidad de clarificarlas y regularlas en la mayor medida posible para así atinar las vías apropiadas para su expresión.

Por otra parte, González, L. G. (2001) señala que las intervenciones psicológicas, sobre todo en el campo del autocontrol emocional, han de propiciar modificaciones de conductas y preparar a los deportistas para actuar en condiciones de reto. Por tanto profundizar en el estudio del control emocional se convierte en una cuestión importante en el campo de las investigaciones contemporáneas aplicadas a la esfera deportiva.

Según Cervantes P, J. (2003) en béisbol la sensación de control emocional es vital para la toma de decisiones y alcanzar éxito en los partidos. La vivencia de control ofrece seguridad personal y conlleva a la estabilidad psíquica del sujeto logrando dar respuestas a las demandas del medio, instaurando competencias para enfrentar emociones negativas.

En lo referente a la esfera afectiva, se han desarrollado investigaciones acerca de la violencia en el deporte, concebidas desde enfoques sociológicos, fisiológicos y psicológicos (Harris D. y Harris B, Guyton, 1987, Cox, 1985, Morgan,1979, Dunning,1994,Neale, Spencer, Wilson, 2009 ,Russel, 2008) solo por citar algunas, estos trabajos marcaron pautas para explicar y modificar actitudes y conductas, sin embargo no se ha tenido en cuenta explícitamente un fenómeno desencadenante de agresión, ira y violencia: el enojo.

No muchos investigadores han dedicado sus esfuerzos a este tema en particular, Spielberger Ch. (1979) presentó un inventario que ha tenido sucesivas ediciones (1979, 1986) con los objetivos de proveer un método de evaluación de los componentes del enojo que pueda ser usado para evaluaciones más detalladas de la personalidad normal y anormal, así como facilitar significación a la medición de los diferentes componentes del enojo que se desarrollan en condiciones médicas incluyendo la hipertensión, cardiopatías y cáncer anormal.

En esta obra, el mismo autor define al enojo como un estado emocional o condición que conlleva sentimientos subjetivos de tensión, irritación, furia y rabia con una concomitante activación del sistema nervioso autónomo. Declara que este estado varía en intensidad y fluctúa a través del tiempo como una función de la injusticia percibida o frustración resultante

### *Caracterización de los efectos del enojo...*

del bloqueo de la conducta dirigida hacia la meta. Estas ideas revelan que el enojo es una condición necesaria pero no suficiente para el desarrollo de actitudes hostiles y la manifestación de conductas agresivas.

Aunque muchos investigadores han estimado la importancia de las variables situacionales como desencadenantes de cargas iracundas, el enojo emergido por frustraciones provenientes de acontecimientos de partidos de béisbol, no han sido examinado a fondo explícitamente, menos aún en lanzadores, quienes desempeñan la posición defensiva más difícil del juego, no solo por el esfuerzo físico que tiene de ejecutar, sino también por la carga psicológica que debe desplegar.

A través de revisión a documentos a los escritos normativos del proceso de entrenamiento deportivo de béisbol se comprobó que existen indeterminaciones en torno al desarrollo de la preparación psicológica y su inclusión en el plan de preparación general del deportista y a las funciones que desempeña cada uno de los profesionales que participan de este proceso, pues lo referente a este tipo de preparación se atina de carácter general.

Igualmente, estos instrumentos adolecen de premisas que conduzcan a que el elemento psicológico se integre de manera sistémica al resto de los componentes de la preparación, ni sobre labor psicopedagógica que debe desplegar el entrenador deportivo.

A través de otras indagaciones se constató que existe:

-Falta de sistematización en la labor del psicólogo deportivo que asesora a los lanzadores de béisbol de esta categoría.

-Carencias en las orientaciones metodológicas para el trabajo con el componente psicológico para los entrenadores deportivos de béisbol. Por ende, el tratamiento metodológico al autocontrol emocional por parte del entrenador se realiza de forma empírica, pues no cuenta con conocimientos psicológicos adecuados para darle tratamiento al mismo, teniendo en cuenta que en el diseño curricular de los planes de estudio de la carrera de Licenciatura en Cultura Física no se incluyen los conocimientos y habilidades que le permitan al entrenador deportivo ocupar con eficacia la responsabilidad que le corresponde en la preparación psicológica.

-Insuficiente conocimiento por parte de los atletas y entrenadores acerca de los efectos del enojo en deporte.

De lo expuesto anteriormente y como manifestaciones de algunas de estas insuficiencias, fue encontrada en el cuerpo de lanzadores del equipo de béisbol categoría 13-15 años de Santa Rita en la provincia Granma durante la temporada de clasificación provincial 2012-2013, este año el equipo sostuvo 12 juegos, en los cuales fueron obtenidas cuatro victorias y doce derrotas.

El surgimiento del enojo insidiosamente afectó a los lanzadores sin claro discernimiento de su lacerante influencia en la conciencia. Un cúmulo de situaciones insólitas o inaplazables, fueron reflejadas como amenazas para la satisfacción de necesidades durante partidos, generando situaciones de frustración.

A continuación se exponen los resultados de enojos deficientemente canalizados, una vez transformados en ira:

- fueron lanzados cuatro *deadballs* y seis *wilds pitch*.
- Dieciocho bases por bolas fueron concedidas.
- Fueron conectados catorce hits de los cuales cinco fueron extrabases incluyendo tres jonrones, dos dobles y dos triples.
- Veintidós carreras fueron anotadas por los equipos contrarios por causa del descontrol de los lanzamientos.
- Hubo dos lanzadores expulsados por indisciplinas hacia los árbitros.
- Dos disputas entre equipos.
- Seis discusiones entre jugadores del mismo equipo.
- Dos altercados con el público.
- Trece visitas al *balk* fueron realizadas por parte de los directivos del equipo para ofrecer serenidad a los lanzadores.

Sin embargo, varias manifestaciones de enojos no alcanzaron el nivel de catarsis(ira) e incidieron negativamente en varios indicadores de pitcheo:

- Veinticinco bolas fueron lanzadas.

### *Caracterización de los efectos del enojo...*

- Dos errores de campo no forzados.
- Ocho visitas al *balk*.
- Diez hits, de ellos tres fueron extrabases incluyendo un jonrón *homerun* y un doble.
- Diez carreras anotadas por los contrarios consecuencias de enojos conducidos inadecuadamente.

De la cantidad de derrotas, las cuales influyeron notablemente en la desclasificación del equipo a la próxima fase del campeonato, se asume que, de una forma u otra, nueve fueron consecuencias de enojos insuficientemente regulados por parte de los lanzadores. Esta vivencia afectiva fue repercutiendo en el control emocional de lanzadores, actuando como potencial de riesgo para emociones de mayor intensidad y volumen como la ira, afectando el marcador del partido, las relaciones interpersonales, proporcionando un mal ejemplo a los aficionados y poniendo en riesgo su salud.

A pesar de los atletas cuentan con algunas herramientas de autocontrol, la supremacía de emociones y estados de ánimos negativos ante características inherentes a la práctica de este juego, causados por los efectos del enojo deportivo, evidencian la ausencia de mecanismos autorreguladores ante fenómeno que propicien respuestas emocionales más inteligentes, para favorecer el desempeño como lanzadores. Esta dificultad corrobora insuficiencias en la actividad reflexiva y autocrítica en torno a sus comportamientos en la actividad deportiva, por lo que ante contratiempos y contradicciones en el juego se pierde fácilmente el control emocional, la concentración de la atención, el optimismo y la alegría de jugar.

El análisis anteriormente realizado argumenta la necesidad de realizar acciones de intervención psicológica con estos lanzadores, sin embargo, urge primeramente conocer las características psicológicas de los lanzadores, las causas de sus enojos y manifestaciones específicas de sus molestias.

En consecuencia, el problema científico identificado en esta investigación deviene en cómo caracterizar los efectos del enojo en lanzadores de béisbol.

Para facilitar la solución a la problemática, se hace imprescindible, diagnosticar características personalológicas de los lanzadores, las causas de sus enojos y sus manifestaciones específicas, lo cual representa el objetivo específico de la misma.

Materiales/metodología.

Para realizar un diagnóstico de las características de las manifestaciones de enojo en los lanzadores, fueron aplicadas las siguientes técnicas a diez lanzadores del equipo de béisbol categoría 13-15 años de Santa Rita en Granma: Observación. Entrevista. Test de temperamento. Test de ansiedad de IDARE. Mediciones médicas y Procedimiento estadístico.

Discusión/resultados

En la muestra predomina una mezcla temperamental sanguíneo-colérica, los cuales se caracterizan por alta impulsividad y gran energía. En el 70 % la ansiedad reactiva se mostró en nivel altos, la ansiedad como rasgo de sus personalidades fue diagnosticada de media en el 80 % de ellos, pero en los límites, es decir, bien cerca de llegar a alta.

El 100 % de la muestra evidenció desconcentración cuando manifestaban enojo: muecas, enrojecimiento, gestos de molestia, agresiones verbales, incluso, 50 % de ellos se manifestó violencia física contra el guante o el montículo de picheo. El 100 % que reveló ira se manifestó a través de gestos violentos, respiración profusa, enrojecimiento, gritos, etc. El 30 % se ensimismó, se quedó callada, movió la cabeza y siguió con el juego, pero luego, al evidenciarse las consecuencias de los errores, sí revelaron algunas manifestaciones antes descritas.

En la encuesta se evidenciaron las presuntas causas desencadenantes de enojo, cómo se sintieron, cuáles fueron sus síntomas fisiológicos y psicológicos y la respuesta a si estaban dispuestos a recibir ayuda para resolver el problema: describen ocho lanzadores que varias situaciones de juego fueron caldeando su ánimo, entre estas incitaciones encontramos malas decisiones arbitrales, errores de sus compañeros, provocaciones de contrarios, cansancio físico, características de sus personalidades como desenfreno, descontrol emocional impulsabilidad y temor por las consecuencias de sus faltas. El 100 % de estos lanzadores alegó necesitar ayuda u orientación para atenuar dichos estados, así como esperanzas de mejoramiento.

### *Caracterización de los efectos del enojo...*

En cuanto a los indicadores médicos, el 100 % de los ejemplares experimentó presión sanguínea elevada y frecuencia cardíaca acelerada durante la presencia de enojos.

Estas mediciones corroboran los resultados de la guía de observación realizada confirmando la objetividad de contrariedades a la hora de encauzar el enojo producido tanto por factores internos como externos del juego.

Los elementos descritos con anterioridad constituyen algunas de las manifestaciones de las incorrecciones en el trabajo de preparación psicológica de estos atletas y la falta de orientación por parte de los implicados en proceso de entrenamiento deportivo.

El enfrentamiento a esta problemática supone enriquecer el abordaje del autocontrol emocional ante un fenómeno no tan evidente ni difundido por la comunidad científica, pero complejo: el enojo.

### Conclusiones

-En los lanzadores estudiados se detectaron deficiencias en el autocontrol emocional, generados por la presencia de enojos deportivos ineficazmente encausado, generando emociones negativas de mayor intensidad como la ira.

-Las características personalógicas de los lanzadores de béisbol que propician la aparición de enojo están matizadas por un alto predominio de mezcla temperamental colérico-sanguínea y altos niveles de ansiedades reactivas y como rasgo.

-Entre los factores situacionales del juego que favorecen la aparición del enojo deportivo, se detectaron provocaciones de jugadores y público, errores técnicos tácticos de compañeros de equipo y propias, características personalógicas, además de fallas arbitrales.

### Recomendaciones

En la indagación científica realizada se evidencian insuficiencias en la concepción teórica referidas al manejo de los estados afectivos en la actividad deportiva y en el proceso de entrenamiento psicológico de lanzadores de béisbol, estas carencias revelan contradicciones en los fundamentos teóricos y limitaciones en la labor práctica de entrenadores durante dicha preparación en cuanto a los efectos del enojo en deportistas y su incidencia en los resultados deportivos.



## Bibliografía

1. -Bello Dávila Zoe - Julio César Cázales Fernández, (2003). Psicología General, editorial Félix Varela.
2. -Bermúdez, A. (1983) Particularidades del autocontrol en el proceso de la actividad competitiva. Psicología. Leningrado, Universidad Estatal Schdanova
3. -Calviño, M. (2008). Análisis dinámico del comportamiento. Editorial Educación.
4. -Calviño, M. (2006). Orientaciones Psicológicas. Editorial Científico-Técnica.
5. -Cañizares, M. (1999). El Entrenamiento Sociopsicológico para el mejoramiento de la eficiencia grupal del equipo deportivo. Teoría y Metodología. Cuba, Universidad de La Habana e ISCF Manuel Fajardo.
6. -Cerezo Ramírez, F. (2008) Conductas Agresivas En La Edad Escolar. España.
7. Cervantes Pérez Jaime(2003) Micerebro en el béisbol.
8. -Darwin, C. (1872).The expression of the emotions in man and animals, London, John Murray.
9. -Chirinos Edmundo, (2006). Desechemos al enojo. Editorial Gente Nueva.
10. -Colectivo de autores rusos (2006). Psicología. Editorial Deportes.
11. -Colectivo de autores (1995).Sociología del Deporte. Editorial Deportes.
12. -Colectivo de autores. (1987). Manual de Psiquiatría. URSS, Editorial Pueblo y Educación. Tomo I.
13. -Ealo de la Herrán J. (2005). Béisbol. Editorial Deportes.
14. -Educación emocional en el aula. (2008). Material en soporte magnético. Instituto Calasanz de ciencias en la educación. Universidad Cristóbal.
15. -Herrera, I.F. (2006). Neuropsicología aplicada a la práctica deportiva. Escuela de Estudios Superiores. La Paz, Bolivia.
16. -<http://www.psicologiaparatodos.com/psicologia/archivotemas.asp>
17. -[http://www.psicocentro.com/cgi-bin/articulo\\_s.asp?texto=art11002](http://www.psicocentro.com/cgi-bin/articulo_s.asp?texto=art11002)
18. -<http://www.usa-gymnastics.org/publications/tecnica/1996/1/anger.html>.
19. -García, F. (1992). Ansiedad e indicadores de rendimiento en deportistas. IV Conferencia Internacional de Deporte y Educación Física para Todos. La Habana, Libro de Resúmenes.
20. -García, F. (2003). Acerca del modelo matemático para el diagnóstico del control emocional. IV Jornadas Nacionales de Medicina Deportiva y VIII Forum de Ciencia y

Técnica. . Instituto de Medicina del Deporte, Libro de resúmenes.

- 21.-González, L. G. (2001). Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento. Revista Digital - Buenos Aires
- 22.-Lazarus, R. S. Y. L., B.N. (2000). Pasión y Razón. La comprensión de nuestras emociones, Barcelona, Paidós.
- 23.-Martinó Sánchez Carlos Manuel (2008).Psicología del Fútbol. Editorial Deportes. La Habana. Cuba.
- 24.-Peláes Mendoza Jorge (2003). Adolescencia y juventud. Editorial científico-técnica. Cuba.
- 25.-Pérez J. V. (2002). Direcciones fundamentales para perfeccionar el programa de preparación del deportista del ajedrez en Cuba. . Centro de Estudios de la Educación. Villa Clara, Universidad Central Marta Abreus de Las Villas.
- 26.-Pérez S.Y (2007). Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias de la Cultura Física.
- 27.-Puni A. Z (1955). Psicología del deporte para entrenadores. Editorial Mir. Moscú.
- 28.-Riera, M. A. (2002). Entrenamiento psicológico integrador en los equipos de Judo (F) y Fútbol de la ESPA Provincial de Villa Clara. Teoría y Metodología. Villa Clara ISCF Manuel Fajardo.
- 29.-Roca, M. (2000). Psicología Clínica: Una visión general, La Habana, Félix Valera.
- 30.-Rudick, P. (1974). Psicología de la Educación Física y el Deporte, La Habana, Pueblo y Educación.
- 31.-Spielberger, Ch. (1979). Inventario de expresión del enojo estado – rasgo(STAXI).
- 32.-Ucha García Francisco Enrique (2004). Herramientas psicológicas para entrenadores y deportistas. Editora Deportes. La Habana. Cuba
- 33.-Vigotsky, L.S. (1987). Historia del Desarrollo de las Funciones Psíquicas Superiores. Editorial Científico Técnica, La Habana.

Recibido: 5/12/2014

Aceptado: 8/01/15