

Universidad Nacional
Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Ciencias del Deporte

Tesis para optar por el Grado de Licenciatura con
énfasis en Rendimiento Deportivo

Estilo Atencional en Jugadores de Baloncesto

Autor: Bach. Manuel Gómez Martín

Tutor: Dr. Pedro Ureña Bonilla

Lectores: Msc. Antonieta Ozols Rosales

Harry Fernández Sagot

Tesis
3505

Merida, 1999

Agradezco a todos aquellos que formaron parte en mi proceso educativo, en especial a mi tutor, Pedro Ureña, por su ayuda, y sobretodo a mis padres por hacer de esto una realidad.

Manuel Gómez Martín.

A mis padres, Rafael y Angela, y a
mi hermano Ismael, POR TODO.

RESUMEN.

El propósito fundamental del presente estudio fue analizar el estilo atencional en jugadores de baloncesto. Se contó con la participación de un grupo de 74 jugadores de ambos géneros, con edad promedio de 17.4 años. Se aplicó el test de destrezas atencionales (TAIS), el cual mide dos dimensiones de la atención, la amplitud (amplia o estrecha) y la dirección (interna o externa). Los resultados encontrados no mostraron relaciones significativas entre el estilo atencional y el rendimiento deportivo; así como tampoco entre, entre el estilo atencional y el género, la edad y la posición de juego. Sin embargo, se evidenció que los distribuidores son los que presentan un estilo atencional más efectivo.

TABLA DE CONTENIDOS

Hoja de título.....	i
Agradecimientos.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Resumen.....	iv
Tabla de contenidos.....	v
CAPITULO I	
INTRODUCCION.....	1
Objetivos.....	6
CAPITULO II	
MARCO CONCEPTUAL.....	7
El modelo atencional de Nideffer.....	14
Dimensiones de la atención.....	14
Estilos atencionales de la teoría de Nideffer.....	15
Cambios en el nivel de conciencia.....	18
Demandas atencionales en diversas disciplinas deportivas.....	22
La atención en el baloncesto según Mikes (1987).....	24
Las demandas atencionales de los fundamentos de baloncesto.....	27
CAPITULO III	
METODOLOGIA.....	35
Sujetos.....	35
Instrumentos.....	35
Procedimiento.....	37
Análisis.....	39

CAPITULO IV

RESULTADOS.....	40
Análisis descriptivo de los resultados de la operacionalización del modelo atencional.....	40
Análisis descriptivo de las puntuaciones "t" en las diversas subescalas de los distintos equipos.....	43
Equipo femenino de Goicoechea.....	44
Equipo femenino de Pérez Zeledón.....	45
Equipo femenino de San Carlos.....	47
Equipo femenino de Cañas.....	49
Equipo femenino de Barva.....	50
Equipo masculino de Cañas.....	52
Equipo masculino de Alajuela.....	53
Equipo masculino de Goicoechea.....	55
Análisis descriptivo de las puntuaciones "t" de las distintas posiciones de juego.....	56
Análisis descriptivo de las puntuaciones "t" de los aleros.....	57
Análisis descriptivo de las puntuaciones "t" de los postes.....	58
Análisis descriptivo de las puntuaciones "t" de los distribuidores.....	59
Comparación de los promedios de los postes, distribuidores y aleros.....	61
Comparación de los promedios de las puntuaciones "t" según el género.....	62
Comparación de los promedios de las puntuaciones "t" según la edad.....	63
Comparación de los promedios de las puntuaciones "t" según el rendimiento.....	65

Distribución de frecuencia acumulada en las diversas subescalas atencionales.....	66
Distribución de frecuencia acumulada en la escala BET.....	66
Distribución de frecuencia acumulada en la escala OET.....	67
Distribución de frecuencia acumulada en la escala BIT.....	68
Distribución de frecuencia acumulada en la escala OIT.....	70
Distribución de frecuencia acumulada en la escala NAR.....	71
Distribución de frecuencia acumulada en la escala RED.....	72
Análisis de correlación de las diversas subescalas atencionales del TAIS con el rendimiento.....	74
DISCUSION.....	75
CONCLUSIONES.....	80
RECOMENDACIONES.....	82
BIBLIOGRAFIA.....	83
ANEXOS.....	85

INDICE DE TABLAS.

Tabla 1: Demandas atencionales en diversos deportes.....	22
Tabla 2: Subescalas atencionales del TAIS.....	36
Tabla 3: Relación de las dimensiones del TAIS con los estilos atencionales.....	38
Tabla 4: Porcentaje de estilos atencionales	40
Tabla 5: Promedio y desviación estándar en las subescalas de los equipos.....	43
Tabla 6: Promedio y desviación estándar en el equipo femenino de Goicoechea.....	44
Tabla 7: Promedio y desviación estándar en el equipo femenino de Pérez Zeledón.....	46
Tabla 8: Promedio y desviación estándar en el equipo femenino de San Carlos.....	47
Tabla 9: Promedio y desviación estándar en el equipo femenino de Cañas.....	48
Tabla 10: Promedio y desviación estándar en el equipo femenino de Barva.....	40
Tabla 11: Promedio y desviación estándar en el equipo masculino de Cañas.....	52
Tabla 12: Promedio y desviación estándar en el equipo masculino de Alajuela.....	53
Tabla 13: Promedio y desviación estándar en el equipo masculino de Goicoechea.....	55
Tabla 14: Promedio y desviación estándar en las diversas subescalas atencionales según la posición de juego.....	56
Tabla 15: Promedio y desviación estándar de los aleros en las diversas subescalas atencionales.....	57
Tabla 16: Promedio y desviación estándar de los postes en las diversas subescalas atencionales.....	59
Tabla 17: Promedio y desviación estándar de los distribuidores en las diversas subescalas atencionales.....	60

Tabla 18: Promedio de los distribuidores, aleros y postes en las diversas subescalas atencionales.....	61
Tabla 19: Promedio de las diversas subescalas según el género.....	63
Tabla 20: Promedio de las diversas subescalas según la edad.....	64
Tabla 21: Promedio de las diversas subescalas según el rendimiento..	65
Tabla 22: Distribución de frecuencia en la escala BET.....	66
Tabla 23: Distribución de frecuencia en la escala OET.....	67
Tabla 24: Distribución de frecuencia en la escala BIT.....	69
Tabla 25: Distribución de frecuencia en la escala OIT.....	70
Tabla 26: Distribución de frecuencia en la escala NAR.....	71
Tabla 27: Distribución de frecuencia en la escala RED.....	72
Tabla 28: Matriz de correlación entre las variables observadas.....	74

INDICE DE GRAFICOS.

Gráfico 1: Estilo atencional según la posición de juego.....	41
Gráfico 2: Estilo atencional en las jugadoras de San Carlos 1999.....	42
Gráfico 3: Comparación del estilo atencional del equipo femenino de Goicoechea con el efectivo de Nideffer.....	44
Gráfico 4: Comparación del estilo atencional del equipo femenino de Pérez Zeledón con el efectivo de Nideffer.....	46
Gráfico 5: Comparación del estilo atencional del equipo femenino de San Carlos con el efectivo de Nideffer.....	48
Gráfico 6: Comparación del estilo atencional del equipo femenino de Cañas con el efectivo de Nideffer.....	49
Gráfico 7: Comparación del estilo atencional del equipo femenino de Barva con el efectivo de Nideffer.....	51
Gráfico 8: Comparación del estilo atencional del equipo masculino de Cañas con el efectivo de Nideffer.....	52
Gráfico 9: Comparación del estilo atencional del equipo masculino Alajuela con el efectivo de Nideffer.....	54
Gráfico 10: Comparación del estilo atencional del equipo masculino de Goicoechea con el efectivo de Nideffer.....	55
Gráfico 11: Promedio y desviación estándar de la puntuación "t" de las diversas subescalas en los aleros.....	57
Gráfico 13: Comparación del estilo atencional de los distribuidores con el efectivo de Nideffer.....	60
Gráfico 14: Comparación del estilo atencional de los aleros, distribuidores y postes.....	61
Gráfico 15: Comparación de los hombres y mujeres con el efectivo de Nideffer.....	63
Gráfico 16: Comparación del estilo atencional según la edad.....	64
Gráfico 17: Comparación del estilo atencional según el rendimiento.....	65
Gráfico 18: Distribución de frecuencia acumulada en la subescala	

BET.....	66
Gráfico 19: Distribución de frecuencia acumulada en la subescala	
OET.....	68
Gráfico 20: Distribución de frecuencia acumulada en la subescala	
BIT.....	69
Gráfico 21: Distribución de frecuencia acumulada en la subescala	
OIT.....	70
Gráfico 22: Distribución de frecuencia acumulada en la subescala	
NAR.....	71
Gráfico 23: Distribución de frecuencia acumulada en la subescala	
RED.....	73

INDICE DE FIGURAS

FIGURA 1: La mente subconsciente y la mente consciente.....	10
FIGURA 2: El funcionamiento del cerebro.....	12
FIGURA 3: Estilos atencionales.....	16
FIGURA 4: La atención y el rendimiento.....	21
FIGURA 5: La concentración, compostura y confianza.....	25
FIGURA 6: Efectos de la atención, confianza y compostura en el rendimiento.....	26

INTRODUCCION.

Entre las variables estudiadas que influyen el rendimiento humano, el área de la atención ha sido considerada de importancia crítica, así factores atencionales como mantenerse en estado de alerta y libre de la distracción provocada por estímulos irrelevantes del medio, son ingredientes vitales para optimizar el rendimiento deportivo, en este contexto Nideffer (1999) afirmó que la concentración es un factor crítico determinante del rendimiento y no hay lugar más apropiado que el deporte para observar como los errores se deben a un enfoque incorrecto de la atención.

La atención es el término utilizado en psicología para describir el proceso que se utiliza para percibir el mundo que nos rodea (Harris y Harris, 1987), siendo este el medio a través del cual se recoge e intercambia la información proveniente del ambiente externo (Alonso y Fernández, 1991), mientras que la concentración corresponde a colocar el centro de atención en uno o varios estímulos excluyendo aquellos que son irrelevantes.

La concentración o atención selectiva implica ser capaz de prestar atención a lo que está teniendo lugar, saber hasta qué punto se puede mantener y durante cuánto tiempo. También se ha de ser capaz de elegir y fijarse en cosas específicas e ignorar otras, o centrar la mente en una cosa en un momento dado, o en todas aquellas cosas que guardan relación con lo que está ocurriendo en dicho instante. Cuanto mayor sea la capacidad de prestar atención a lo que se quiere, mejores son también la reacción y el rendimiento (Harris y Harris, 1987).

Cuando se está concentrado en el deporte sólo se está consciente de aquellas cosas que son críticas para el rendimiento, con la exclusión de todo lo demás. En un sentido muy real, la persona queda completamente unida a su rendimiento, y nada más existe en ese período de tiempo (Orlick, 1990). De esta forma, en los deportes de equipo los mejores rendimientos ocurren cuando los jugadores están totalmente absorbidos en los aspectos cruciales para el rendimiento. Mikes (1987) afirmó que el primer ingrediente del máximo

rendimiento en el baloncesto es la concentración, de manera que asocia el rendimiento deportivo con estar mentalmente relajado, estar enfocado en el presente en un estado de increíble conciencia corporal y espacial.

En el campo de la psicología del deporte, las investigaciones con respecto a los procesos atencionales que regulan el comportamiento humano y las subsecuentes implicaciones para el rendimiento deportivo han sido fuertemente influenciadas por el modelo del estilo atencional de Nideffer (1976).

Nideffer (1976) conceptualiza la atención basándose en dos dimensiones; la amplitud del foco atencional y la dirección de este. En la primera dimensión estableció un *continuum* sobre la base de la cantidad de información a la que puede atender la persona y distinguió entre un tipo de atención de foco estrecho o reducido y otro tipo con un foco amplio o extenso. Por otro lado, Mikes (1987) distingue entre un enfoque débil (*soft centering*), que corresponde al enfoque atencional amplio con un sistema sensorial específico, y el enfoque fino (*fine centering*) que corresponde a un enfoque atencional estrecho con un sistema sensorial determinado. En lo que respecta a la dirección atencional se distingue entre un foco externo (centrado en estímulos ambientales) y un foco interno (centrado en los pensamientos y sentimientos de uno mismo)" (Servera y Escudero, 1994, pág 57). Por tanto, combinando estas dos dimensiones pueden distinguirse los siguientes estilos atencionales:

- *Enfoque interno-amplio*; se usa cuando los atletas necesitan pensar, analizar y planear, el enfoque atencional es amplio porque los atletas pueden atender a muchas cosas distintas al mismo tiempo, y la dirección de foco es interna porque se procesa la información a nivel interno.
- *Enfoque externo-amplio*; se da cuando el atleta necesita atender situaciones del medio ambiente, que contienen diversos estímulos. La dirección del foco es interna y la amplitud amplia. En este caso el individuo es capaz de explorar, percibir y organizar un número de estímulos externos (Servera y Escudero, 1994, pág 57).

- *Enfoque interno-estrecho*; se usa este tipo de enfoque para repetir sistemáticamente una ejecución antes de ejecutarla realmente. "El individuo es capaz de focalizar la atención hacia una determinada línea de pensamiento orientada a una acción, es el estilo adecuado para solucionar problemas concretos" (Servera y Escudero, 1994).
- *Enfoque externo-estrecho*; El individuo debe focalizar la atención en un número muy limitado de estímulos del medio evitando las distracciones, con el fin de realizar una determinada acción.

Según el modelo atencional de Nideffer, los individuos exhiben una tendencia natural a funcionar en un rango limitado entre las dos dimensiones de la atención, a lo cual se refiere como el "estilo atencional preferido". Además, se asume que ciertas posiciones en deportes específicos o ciertos tipos de deporte requieren una forma de centrar la atención, mientras que otras posiciones y deportes requieren una forma diferente. Una forma restringida de centrar la atención, es decir, limitándola a una cosa o a una zona relativamente reducida, es la que se requiere en deportes como el tiro, así como en los lanzamientos al aro en baloncesto, en la ejecución de penales en fútbol. En cambio, se necesita un centro de atención amplio para la mayoría de juegos en equipo, en los que debemos tener siempre presentes a nuestros oponentes así como a nuestros compañeros (Nideffer, 1976).

Cada tarea, situación y posición particular de cada disciplina deportiva demanda de combinaciones específicas en cuanto a la amplitud y dirección para un rendimiento efectivo, de manera que, una asunción básica del modelo es que, el rendimiento deportivo en una tarea o situación específica dependerá del grado en que el estilo atencional preferido y empleado sea apropiado para las demandas atencionales de la tarea o situación específica (Summers, Miller y Ford, 1991). Asimismo Maynard y Howe (1989) observaron diferencias significativas entre los mediocampistas y las demás posiciones de juego de fútbol americano, en dos de las seis medidas atencionales, pues los

mediocampistas demostraron un estilo atencional más amplio y externo, además de menor sobrecarga interna.

Durante un estado normal de conciencia las personas están constantemente cambiando de un estilo atencional a otro, lo cual se ajusta a la naturaleza dinámica de los deportes, en los que debe existir un constante cambio del estilo atencional, denominado flexibilidad atencional.

De esta manera, el baloncesto requiere de un constante cambio en el foco de atención, por lo cual el estilo atencional de los jugadores debe ser flexible, pues los errores se cometen cuando la flexibilidad se rompe. Si la atención es inflexible sólo se tendrá éxito en aquellas situaciones en las que se requiera del "estilo atencional efectivo" (Mikes, 1987). En este contexto, Nideffer (1985) afirmó que, en el baloncesto existen diferentes acciones que requieren distintos estilos atencionales, ya que los jugadores de baloncesto necesitan atender de forma amplia y estrecha a estímulos externos e internos dependiendo del fundamento de juego que estén realizando.

De esta forma, en un tiro libre el jugador debe utilizar un enfoque externo estrecho, mientras que para un rompimiento los atletas involucrados deben cambiar su enfoque atencional rápidamente desde un estilo amplio externo cuando el distribuidor lleva el balón por el centro y estrecharlo cuando decide pasar o lanzar. Cuando se pide un tiempo muerto, los atletas deben pasar a un estilo interno amplio, de manera que puedan analizar y preparar el resto del juego (Summers, Miller y Ford, 1991).

De esta forma, se puede observar como cada fundamento específico del baloncesto requiere de un estilo atencional distinto, así; las asistencias requieren de un estilo atencional amplio externo, para el lanzamiento se necesita de un estilo atencional externo estrecho, el pase requiere de un cambio de estilo atencional amplio externo a estrecho interno, para el rebote es necesaria una excelente capacidad para enfocar la atención en forma estrecha y externa (Mikes, 1987). De esta forma, Bergandy, Shryock y Titus (1990) encontraron que las subescalas atencionales correlacionaron significativamente con siete de las

nueve variables de rendimiento en baloncesto. Por otro lado, Willson y Kerr (1991) encontraron una correlación significativa y directamente proporcional ($r=0.62^*$) entre la capacidad de los jugadores para estrechar la atención y el porcentaje de efectividad en los lanzamientos de campo. Además, cada jugador tiene funciones específicas, dependiendo de su posición de juego, lo cual determinará el estilo atencional más utilizado durante el juego, así el jugador que debe tener un estilo atencional más amplio externo es el distribuidor, mientras que el alero y el poste deben tener un enfoque más estrecho.

Por otro lado, Cei, Rossi y Guadagni (1992) reportaron diferencias en la escala BIT ($F = 6.09^*$) con respecto a la edad, así el grupo joven se siente menos hábil que el grupo de adultos para integrar ideas e información de las diferentes áreas de un modo eficaz. También señalaron que los adultos tienen mayor capacidad para enfocar a muchos estímulos externos que los jóvenes ($F = 6.90^*$). Con respecto al sexo reportaron que las mujeres tienen menor capacidad para estrechar la atención y se sienten menos sobrecargadas por los estímulos externos e internos ($F= 6.98^*$, 6.55^* y 13.44^* respectivamente). Finalmente se concluye que, son los adultos y los hombres tienen un estilo atencional más efectivo.

Basados en la necesidad de comprender con más propiedad los procesos de la percepción en jóvenes deportistas, el propósito fundamental de este estudio fue analizar el estilo atencional de los jugadores de baloncesto de los juegos nacionales de San Carlos de 1999.

Derivado del propósito general del estudio, los objetivos del trabajo serán los siguientes:

Objetivos:

1. Analizar el estilo atencional de los equipos y jugadores de baloncesto de los juegos nacionales de 1999.
2. Analizar y comparar el estilo atencional de los jugadores de baloncesto de los juegos nacionales de 1999 según su posición de juego.
3. Analizar y comparar el estilo atencional de los jugadores de baloncesto de los juegos nacionales de 1999 según la edad.
4. Analizar y comparar el estilo atencional de los jugadores de baloncesto de los juegos nacionales de 1999 según el género.
5. Determinar debilidades atencionales de los jugadores y jugadoras de baloncesto de los juegos nacionales de San Carlos de 1999 en las diversas subescalas atencionales del TAIS.
6. Determinar la relación entre puntuaciones de las diversas subescalas atencionales, el rendimiento deportivo y los diversos fundamentos de juego del baloncesto.

MARCO CONCEPTUAL.

En este capítulo se explicarán los procesos de percepción de la información y cómo estos influyen en el rendimiento deportivo, para lo cual se hará un énfasis especial en la teoría o modelo atencional de Nideffer (1976) y se observarán las aplicaciones de este modelo en diversas disciplinas deportivas, específicamente se tendrá en cuenta la aplicación desarrollada en baloncesto por Mikes (1987).

1. El funcionamiento de la mente y el papel de la atención.

Las siguientes argumentaciones acerca del funcionamiento de la mente y el papel de la atención se basan principalmente en Mikes (1987), Alonso y Fernández (1991) y Niddeffer (1976).

La mayoría de la gente no es consciente de las funciones de la mente humana, por lo cual, no conocen que el progreso de cualquier atleta depende de cómo éste usa su mente. La mente humana trabaja en dos niveles principales, el consciente y el inconsciente. La mente consciente se refiere a aquellos pensamientos de los cuales se tiene conciencia. Por otro lado, la mente subconsciente se refiere a los procesos mentales que están en constante funcionamiento y de los cuales no sentimos tener control pero que se controlan a través de los procesos mentales y físicos.

Existen cuatro tipos de pensamiento consciente:

- El primer tipo es la *conciencia sensorial pura*, la cual es simplemente enfocar la atención en forma consciente a las sensaciones de cualquiera de nuestros sistemas sensoriales como, la visión, el oído, el tacto, el sabor, el olfato y la conciencia corporal. Todo lo que se aprende en la vida proviene de los sistemas sensoriales. De manera que, cuando experimentamos un número de impresiones sensoriales, la mente comienza a organizarlos en patrones y los guarda en bancos de memoria del subconsciente.
- Posteriormente estas impresiones son llamadas a la conciencia por medio de la imaginación, o la habilidad de traer a la mente imágenes o impresiones

de experiencias sensoriales pasadas, por lo tanto la *imaginación* es el segundo tipo de pensamiento consciente.

- El tercer tipo de pensamiento consciente es la *verbalización* o la también denominada "voz interna".

- El cuarto tipo de pensamiento consciente es la *conciencia mental* que consiste en estar consciente de la actividad de la mente propia (Mikes, 1987).

La mente consciente tiene dos propósitos básicos en el deporte, el primero es concienciar a la mente de la existencia de una situación competitiva y la segunda es seleccionar las metas a alcanzar, para que posteriormente se canalicen las energías para alcanzar las metas propuestas (Mikes, 1987).

La forma de trabajar de la mente subconsciente es similar a la de una computadora. Mikes (1987) propone que, la mente subconsciente está compuesta de dos partes principales;

- En primer lugar, la parte que funciona como los *almacenes de datos* de la computadora, consistente en todas las experiencias, incluyendo todas las percepciones, sentimientos, conclusiones y juicios realizados acerca de las cosas que se perciben, incluyendo aquí todas las impresiones sensoriales adquiridas en una cancha de baloncesto y juicios realizados acerca de estas impresiones, tales como "soy un mal tirador". De esta forma, el archivo de datos está constantemente creciendo y las conclusiones pueden cambiar. El impacto de los datos recolectados a través de la experiencia influyen críticamente en el rendimiento deportivo.

- En segundo lugar, se encuentra la parte de la mente que funciona como un *programa* de computación, en donde el programa mental provee los métodos para canalizar la energía con el objetivo de conseguir las metas propuestas. Los programas de esta parte de la mente son formulados a través de la experiencia por medio de prueba y error, por lo cual el programa depende de la información grabada en los almacenes de datos de la mente subconsciente, es decir que existe una interacción entre las dos partes principales de la mente subconsciente, los cuales dependerán a su vez de la calidad de la información

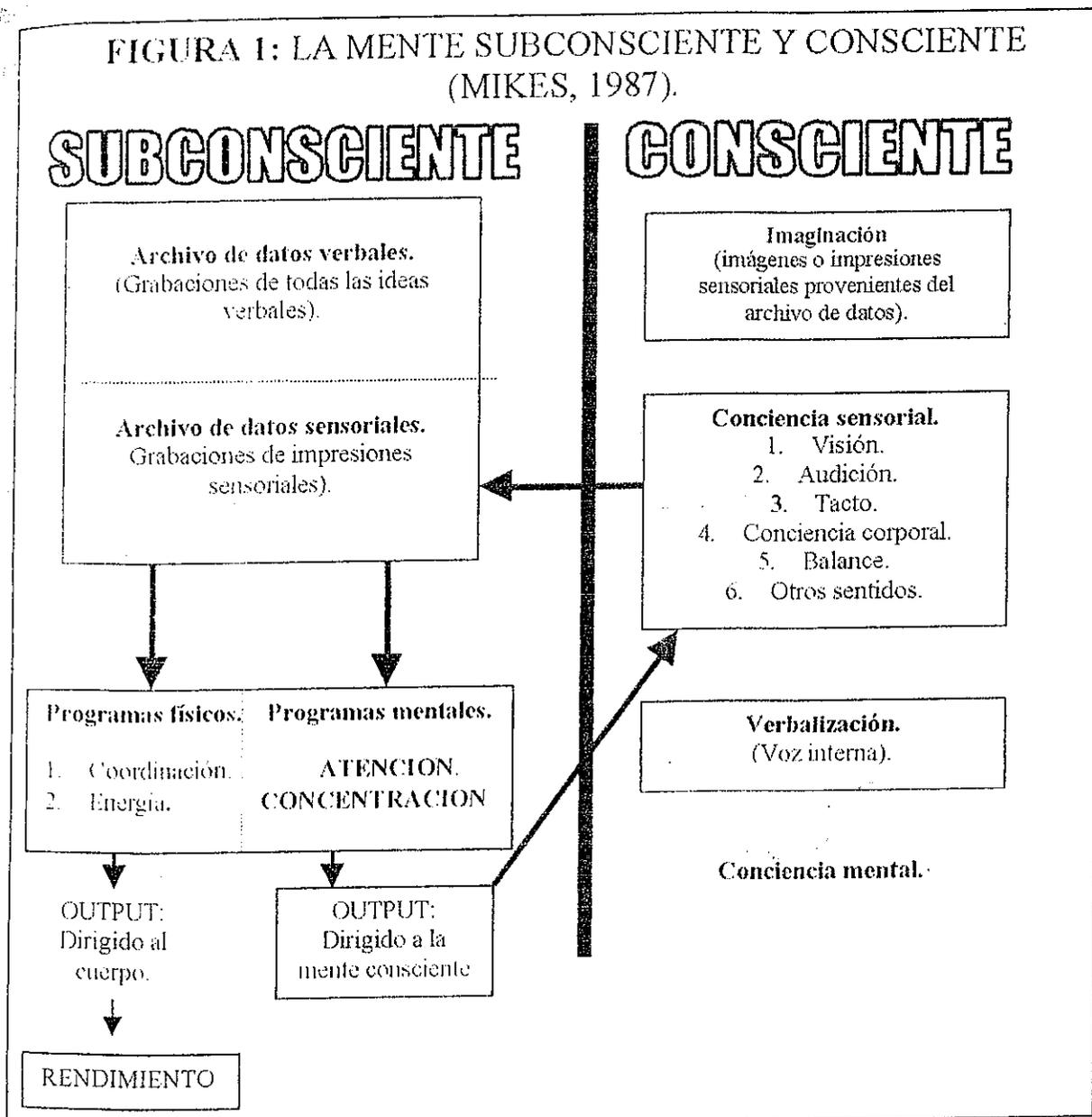
introducida a través de la mente consciente y los juicios realizados acerca de esta información.

Mikes (1987) afirmó que, los procesos que regulan el funcionamiento de la mente involucran tres fases o procesos principales:

- *Percepción (input)*; Un atleta debe tener en primer lugar la información de entrada (input) adecuada, es aquí donde la mente consciente juega un papel fundamental, pues son los sistemas sensoriales como la visión, audición, tacto, conciencia corporal, los que dan la información necesaria que alimenta a la mente, de manera que si el "input" es deficiente el "output" o rendimiento no será mucho mejor. Es por esta razón que la concentración tiene tanta importancia, ya que esta es el medio por el cual el ser humano intercambia información con el ambiente externo e interno.
- *Interpretación y análisis*; Una vez que un atleta adquirió la información importante, su mente puede interpretar y analizar la situación basándose en las experiencias guardadas en la mente subconsciente, de manera que el atleta experimentado sabe automáticamente como responder a una situación, sin tener que pensar de forma consciente la respuesta. De hecho el uso de la mente consciente sería un factor negativo debido al excesivo tiempo que requiere para el análisis de las diversas situaciones que se presentan.
- *Ejecución*; Cuando se decide la ejecución de un movimiento con base en la información analizada en la mente subconsciente, los programas de la mente mandan impulsos eléctricos a través del sistema nervioso (receptores nerviosos- neuronas aferentes- SNC - neuronas eferentes - órganos efectores) a las diversas partes corporales, dirigiendo la contracción de los músculos con una expulsión de energía que produce el movimiento de cada parte corporal en forma secuencial. De manera que el rendimiento deportivo dependerá de los programas que se han establecido en la mente subconsciente.

La mente subconsciente no sólo controla al cuerpo sino que también controla la mente consciente, causando que se enfoque la atención en uno de

los cuatro procesos de pensamiento consciente (conciencia sensorial, imaginación, verbalización o conciencia mental) es decir, la mente subconsciente dirige la concentración de los deportistas además de su rendimiento motriz (fig 1).



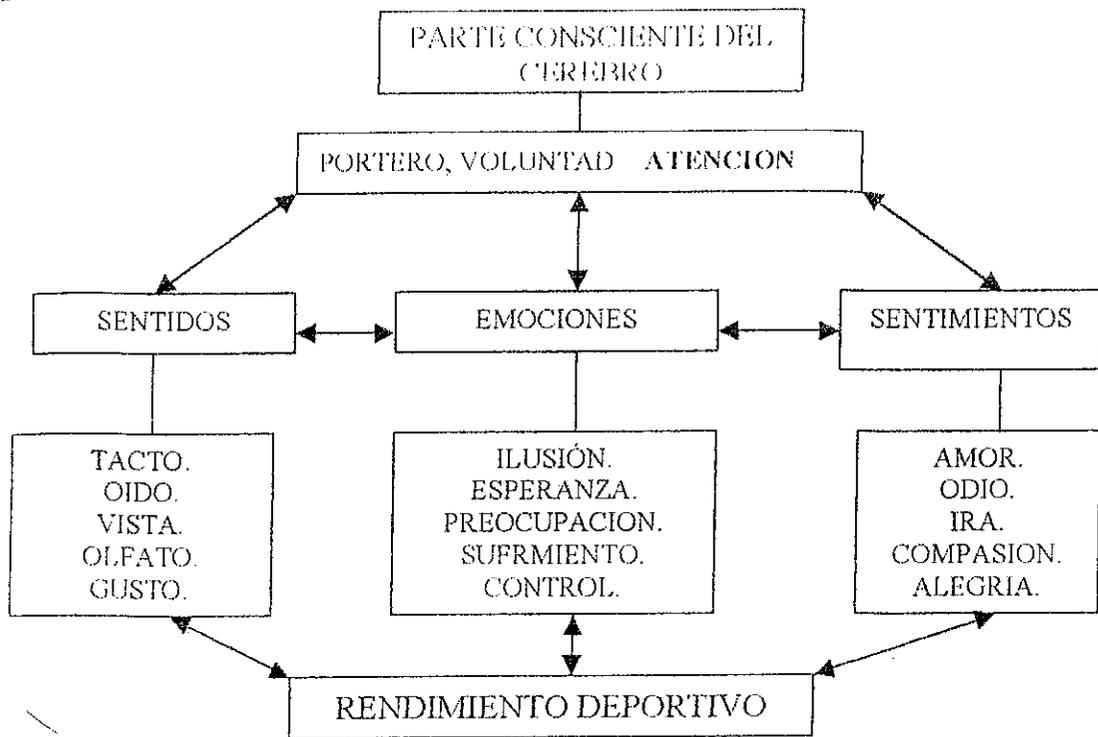
En la figura 1 se pudo observar como la atención y la concentración son componentes fundamentales para el óptimo funcionamiento de la mente, puesto que la atención es definida como el proceso que utilizamos para

percibir el mundo que nos rodea (Harris y Harris, 1987) siendo el proceso a través del cual recogemos e intercambiamos la información o "input" proveniente del medio externo (Alonso y Fernández, 1991), mientras que la concentración corresponde a centrar el foco de atención en un estímulo con la exclusión de los que son irrelevantes. Por tanto, se pudo observar que la atención es de vital importancia en la primera parte del proceso mental, *la percepción* de la información o "input".

Por otro lado, Alonso y Fernández (1991) afirmaron que la concentración es el motor principal de cualquier actividad humana, pues con una buena capacidad de concentración el resultado es un mayor rendimiento con menor esfuerzo, de manera que la concentración nos hace más capaces y eficaces. La atención es un proceso regulado por el cerebro, el cual analiza y controla a todo el resto del cuerpo, tanto en sus actividades conscientes como inconscientes. De esta forma al cerebro llega gran cantidad de señales procedentes de todas las partes del cuerpo, pero antes de que estas señales tomen forma en nuestra consciencia han de pasar por lo que Alonso y Fernández (1991) denominaron PORTERO (voluntad), el cual tiene la facultad de bloquear dichas señales impidiendo que pasen a ser procesadas por el cerebro consciente, evitando así los estímulos irrelevantes y centrándonos en los que son de vital importancia para la actividad que se va a realizar.

Esta necesidad de dominar la mente surge sin parar en un evento deportivo, pues gran cantidad de estímulos (visuales, auditivos, pensamientos...) tratan de apartar la atención de lo que estamos realizando, de manera que para tener éxito en el deporte se debe fortalecer la capacidad de concentración (Orlick, 1990). Las claves para conseguirlo son la voluntad, que se encarga de separar los estímulos irrelevantes y las preocupaciones sobre las cuales se debe ejercer un fuerte control. De manera que, tanto los sentidos (tacto, oído, olfato,...), como las emociones (preocupación, sufrimiento,...) y los sentimientos (amor, odio, ira,...) están estrechamente interrelacionados e interfieren en el rendimiento de cualquier actividad (fig 2).

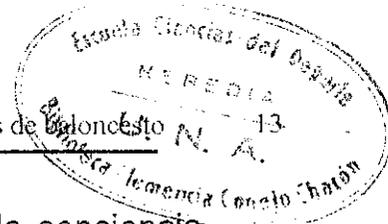
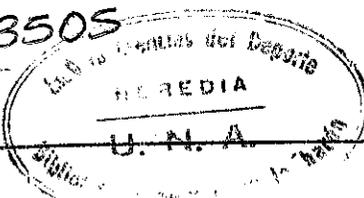
FIGURA 2: FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO (ALONSO Y FERNANDEZ, 1991).



En la figura 2, obsérvese como el rendimiento del ser humano está influenciado por una estructura integral compuesta de sentidos, emociones y sentimientos que, a su vez, están regulados por la voluntad, la cual va a determinar el grado de concentración.

Como ya se ha mencionado la atención y la concentración están totalmente influenciados por los sistemas sensoriales (sentidos), ya que son los canales a través de los cuales llega la información al cerebro, entre estos Mikes (1987) destaca los siguientes:

• *El campo visual:* Una tremenda cantidad de información es percibida a través de nuestro sistema sensorial visual. La atención puede centrarse a todo el campo visual o a una parte muy específica de este. El campo visual puede incluir la información esencial para realizar una actividad u objetos sin importancia que desvían la atención de la actividad a ejecutar.



➤ *Conciencia corporal;* La mente puede enfocar su atención a la conciencia corporal, a través de la cual se puede percibir la tensión o la relajación muscular. Se puede sentir el ritmo o la falta de ritmo en la coordinación, se puede sentir los niveles de fatiga, la posición del cuerpo en el espacio. En cada uno de los casos la atención puede estar fija en muchos de estos componentes al mismo tiempo o en uno sólo de ellos.

➤ *Sistema auditivo;* La atención puede enfocarse a los sonidos del medio ambiente, ya sean estos muchos de ellos o uno sólo.

➤ *Tacto;* La atención puede centrarse en los estímulos provenientes del tacto.

➤ *Películas mentales;* La mente también puede enfocar la atención en imágenes mentales en forma de memorias del pasado o anticipaciones del futuro, estas pueden influenciar positiva o negativamente el rendimiento deportivo.

➤ *Voz interna;* La atención puede dirigirse hacia la "voz interna", lo cual generalmente ocurre cuando las cosas no salen como se espera.

Una aguda percepción en cada uno de estos sistemas es ocasionalmente útil o necesaria, pero mucha atención a alguno de estos sistemas distrae a la mente de la tarea que está realizando. La clave para un rendimiento óptimo es aprender a *seleccionar el foco de atención correcto para una situación de juego dada*. De manera que, los jugadores deben centrar la atención en la tarea que están realizando y en alcanzar las metas que se han propuesto (Orlick, 1986).

A pesar de que el jugador debe centrarse en lo que está haciendo, existen muchas cosas en las que la mente puede enfocar la atención durante un juego, mientras recibe la información proveniente de los sistemas sensoriales en forma simultánea, sin embargo, se debe aprender que sólo *se puede poner la atención en un sentido o pensamiento al mismo tiempo*. Por ejemplo, cuando una persona está poniendo la atención en el campo visual, está muy capacitado para percibir los estímulos visuales que le rodean, pero está menos consciente de las sensaciones del sistema auditivo, tacto, además de la conciencia corporal y el balance. De esta manera, no se puede centrar la

atención en dos sistemas al mismo tiempo, así a medida que un sistema mantiene la atención de las personas, los otros sistemas desaparecen en el fondo de la mente, por lo cual el enfoque atencional se alterna entre estos sistemas (Mikes, 1987).

El enfoque atencional ha sido investigado en el ámbito deportivo y en otras áreas, con el objetivo de conocer la relación de la atención con el rendimiento. Dichas investigaciones se han basado principalmente en la teoría atencional de Nideffer (1976). Así en el área de los negocios, el TAIS (instrumento que mide la teoría atencional de Nideffer) se ha mostrado como un excelente predictor del rendimiento de los empleados. Los ejecutivos que tienen altas puntuaciones en la escala BET (enfoque externo amplio), es decir, buena capacidad para atender a los estímulos externos, además de altas puntuaciones en la escala BIT (enfoque interno amplio), o sea, buena capacidad para resolver problemas y planificar estrategias de acción y una habilidad óptima para estrechar la atención (NAR), tienen un mayor rendimiento en su trabajo (Niddeffer, 1999).

La teoría atencional también se ha sometido a prueba empírica en el ámbito militar, de manera que el TAIS ha sido utilizado como elemento predictor del rendimiento militar y policiaco. Asimismo el ejército Australiano lo utilizó para seleccionar la muestra de militares que participarían en un pentatlón naval por equipos a nivel internacional (Nideffer, 1999).

2. El modelo atencional de Nideffer (1976).

Según el modelo atencional de Nideffer la concentración es el punto focal del rendimiento en cualquier área de la vida, de manera que "atender a los estímulos relevantes para la ejecución de una actividad es todo lo que importa" (Nideffer, 1999).

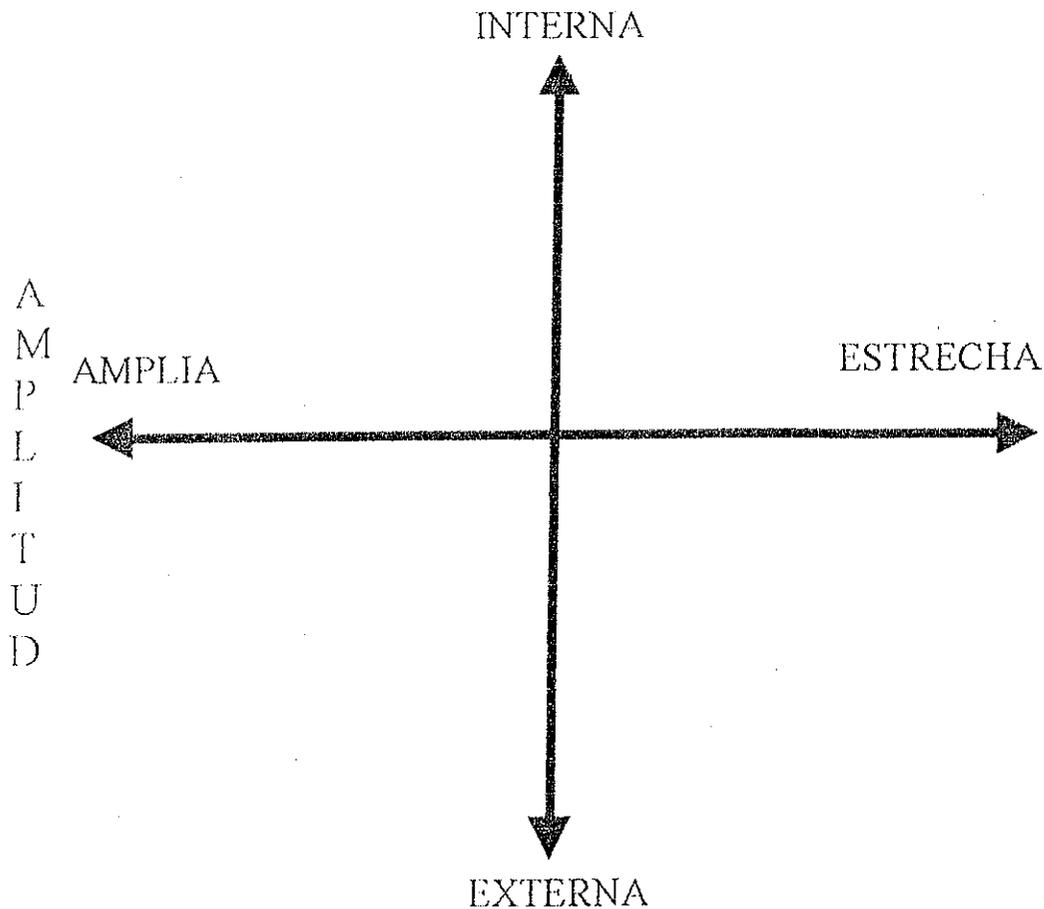
2.1. Dimensiones de la atención:

La concentración varía a lo largo de dos dimensiones (fig. 3):

- La amplitud; responde al establecimiento de un continuum sobre la base de la cantidad de información a la que puede atender una persona. En esta dimensión se encuentra que el foco de atención puede ser amplio, cuando la atención es enfocada a muchos estímulos al mismo tiempo. Según Mikes (1987) cuando se enfoca la atención en forma amplia en cualquiera de los sistemas sensoriales, se denomina enfoque débil o "soft centering", con el cual la mente percibe muchas cosas al mismo tiempo. Un enfoque atencional estrecho se da cuando la atención se centra en uno o pocos estímulos. Mikes (1987), denominó a este tipo de atención como enfoque fino o "fine centering". Ambos estilos atencionales juegan un papel importante dependiendo de la situación o actividad que se esté realizando.
- La dirección; se refiere hacia donde se dirige el foco de atención. Este puede dirigirse a nivel externo, es decir, a los estímulos que provienen del medio ambiente exterior o a nivel interno, los cuales pueden provenir de cualquier parte del cuerpo (dolor, fatiga, frecuencia cardíaca,...) o de la propia mente (pensamientos,...).

Como se puede observar en la figura número 3 la combinación de las dos dimensiones de la atención, dan como resultado cuatro tipos o estilos atencionales.

FIGURA 3: ESTILOS ATENCIONALES.
DIRECCION



2.2) Estilos atencionales de la teoría de Nideffer:

Se puede pensar en los estilos atencionales como canales de televisión que pueden ser entonados de uno en uno únicamente, es decir que se puede utilizar un sólo enfoque atencional al mismo tiempo.

- El canal 1 es el estilo atencional amplio externo:

Este estilo atencional corresponde a cuando la mente atiende a muchas cosas diferentes simultáneamente y provenientes del medio ambiente externo. Es muy utilizado cuando se camina por la calle y consiste en una percepción general de lo que está ocurriendo en el medio ambiente.

Este es el enfoque más utilizado por los atletas de deportes de equipo, por ejemplo, cuando un distribuidor en baloncesto va corriendo en contraataque, es la habilidad de "leer" o percibir las acciones de sus compañeros y de la defensa la que le permite al jugador realizar los movimientos adecuados. Con base en Servera y Escudero (1994), por medio de este estilo atencional el individuo es capaz de integrar un gran número de pensamientos y percepciones, siendo éste el adecuado para analizar y planificar acciones.

- El canal 2 es el estilo atencional amplio interno: Corresponde a enfocar la atención en el interior del cuerpo y de la mente, atendiendo a muchos estímulos al mismo tiempo. Este es el estilo adecuado para analizar y planear lo que está ocurriendo. Según Servera y Escudero (1994) el individuo es capaz de integrar un gran número de pensamientos y percepciones, siendo el estilo adecuado para analizar y planificar acciones.

- El canal 3 es el estilo atencional estrecho interno:

Se usa este tipo de enfoque para repetir sistemáticamente una ejecución antes de ejecutarla realmente. "El individuo es capaz de focalizar la atención hacia una determinada línea de pensamiento orientada a una acción, es el estilo adecuado para solucionar problemas concretos" (Servera y Escudero, 1994, pág 6).

El estilo atencional estrecho interno corresponde al aquí y ahora, consiste en la resolución de problemas en donde todo lo que es relevante se encuentra en el presente.

- El canal 4 es el estilo atencional estrecho externo: El individuo debe focalizar la atención en un número muy limitado de estímulos del medio evitando las distracciones, con el fin de realizar una determinada acción. Este es el estilo atencional para tomar acción y reaccionar.

Durante un estado normal de conciencia, las personas están moviendo constantemente su foco de atención de un estilo atencional a otro, estos cambios ocurren en casi todos los deportes durante el desarrollo de la competencia. Esta *flexibilidad atencional* permite ajustar el estilo que es

necesario en una circunstancia o actividad determinada. A pesar de que existen momentos en los que un atleta se sumerge en un estilo atencional particular, lo cual ocurre debido a la disminución de la cantidad normal de cambios en el estilo atencional (flexibilidad atencional), principalmente en la dimensión dirección, es decir de un estilo externo a uno interno.

Cuando se juega en la zona de rendimiento óptimo los cambios atencionales disminuyen, centrando la atención principalmente en un estilo atencional externo (aunque puede haber cambios en la amplitud de la atención), de manera que se pasa muy poco tiempo con una dirección interna; es en los momentos de ahogo donde se pasa más tiempo con un enfoque atencional interno y por tanto comenzarán a surgir pensamientos negativos que constantemente llevan al fracaso.

Cuando los individuos se centran en cualquiera de las direcciones atencionales (externa o interna) ocurren alteraciones en el estado normal de conciencia, que se asocian con un mayor o menor nivel de rendimiento.

2.3. Cambios en el nivel de conciencia:

Ludwig (1969) examinó una gran variedad de alteraciones en el estado normal de conciencia analizando cuidadosamente descripciones subjetivas de diferentes estados, de manera que encontró procesos perceptuales que parecían críticos en esas experiencias descritas, de los cuales se destacan los siguientes:

- *Sentido del tiempo;* Los atletas describen sus experiencias de rendimiento óptimo como una ralentización del tiempo, mientras que en las experiencias de un rendimiento deficiente el tiempo parece pasar extremadamente rápido.

La percepción del tiempo se basa en la frecuencia con que se pasa de un estilo atencional externo a uno interno. Así, cuando se está inmerso en los estímulos del medio ambiente, se paran las preocupaciones internas y todo ocurre automáticamente (subconsciente), de manera que se pasa más tiempo real atendiendo a los aspectos relevantes de la tarea que se está realizando, por lo

El cual el tiempo parece pasar más lentamente, es decir que las acciones ocurridas durante el transcurso de un evento parecen pasar más lentamente.

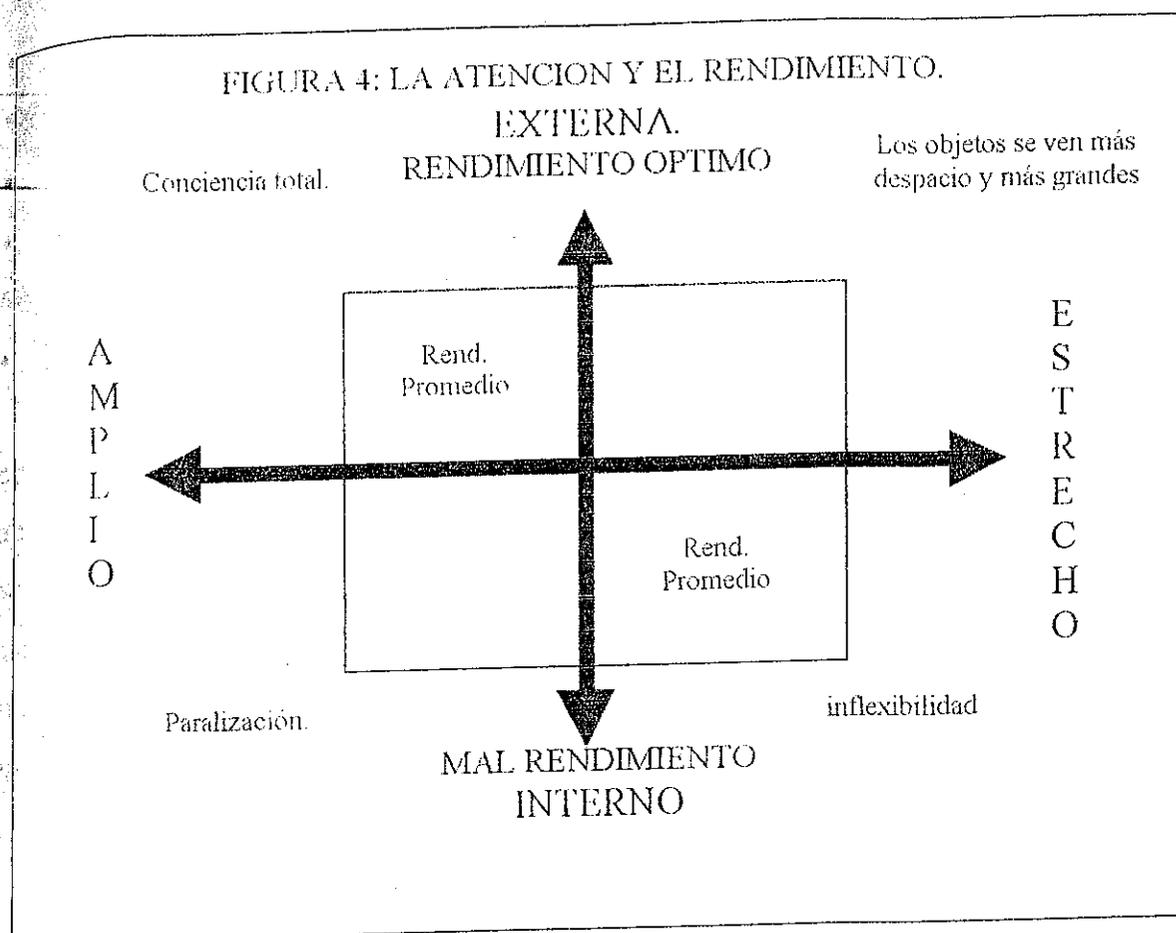
En contraste, cuando los atletas están inmersos en sus propios procesos cognitivos (atención interna) dejan de atender a los estímulos del medio ambiente, por lo cual pasan más tiempo atendiendo a estímulos irrelevantes (internos) que a los realmente importantes para la actividad que están realizando, lo cual se asocia con un paso del tiempo excesivamente rápido y un mal rendimiento.

- *Inmersión positiva y negativa;* Es importante notar que la inmersión interna no siempre es negativa y la inmersión externa no es siempre positiva, en ambos casos lo importante es si la atención está centrada en los estímulos relevantes para la actividad. Por ejemplo, una inmersión externa negativa es cuando el atleta está centrando demasiado la atención en el público o en las acciones del árbitro, en este caso cambiar a una atención interna para retomar el control emocional es de vital importancia.
- *Alteraciones en la memoria;* El hecho de cambiar la atención de una dirección interna a una externa es un factor crítico en inhibir o incrementar la memoria. Cuando se centra la atención para recordar algo, el estilo atencional es interno, desviando la atención de los estímulos externos, lo cual puede provocar que la atención esté centrada en los estímulos irrelevantes de la tarea. Por ejemplo, si un sistema táctico de un deporte de equipo no está suficientemente automatizado, el atleta deberá adoptar un estilo atencional interno para recordar los movimientos de este, por lo cual podrá cometer errores porque el foco de atención está centrado en los estímulos irrelevantes. Durante las experiencias de óptimo rendimiento los atletas reportan pérdida de la memoria en gran parte de la ejecución, debido a que la ejecución está completamente automatizada, por lo cual no se le presta atención.
- *Distorsiones perceptuales;* Cuanta más ansiedad se vive en una competencia el estilo atencional se vuelve más interno, lo cual puede

distorsionar dramáticamente la percepción. Así lo que se percibe parece estar demasiado confuso, pasa demasiado rápidamente...

La figura 4 enfatiza la importancia de los estilos atencionales en conseguir el máximo rendimiento deportivo. El cuadrado del medio representa el estado normal de conciencia, es decir, cuando existe un rendimiento promedio, en el cual se cambia constantemente de una dirección atencional interna a una externa. Cuando se rompen los cambios de atención la persona puede dirigirla externa o internamente, lo cual está directamente relacionado con el nivel de rendimiento. Si la dirección es externa y la amplitud es estrecha la percepción de las cosas es más lenta y los objetos parecen ser más grandes, si la dirección es externa y la amplitud es amplia surge un sentimiento de conciencia completa de lo que está pasando. Cuando se juega en la zona de rendimiento óptimo generalmente se cambia de un estilo amplio externo a uno estrecho externo, dependiendo de la actividad (Nideffer, 1985).

Cuando la atención es interna generalmente se asocia con un mal rendimiento, pues se falla en atender a los estímulos relevantes de la tarea, además los pensamientos generalmente son negativos, generando una espiral descendente. Si la dimensión de la amplitud es amplia e interna el atleta se siente agitado y confundido, sin poder resolver los problemas que se presentan, pues se paraliza la capacidad de análisis, con lo cual surgirán sentimientos de frustración, miedo, ansiedad, ira,... Si la amplitud es estrecha el atleta se sentirá paralizado e inflexible.



Es necesario tener en cuenta que no todos los deportes tienen las mismas demandas atencionales, de forma que ciertos tipos de deportes, posiciones de juego y tareas específicas requieren formas distintas de focalizar la atención. Una forma restringida de enfocar la atención, limitándola a una cosa o a una zona relativamente reducida, es la que se requiere en deportes tales como el tiro, lanzamientos en baloncesto,... En cambio, se necesita un centro de atención amplio para la mayoría de los juegos de equipo, con gran flexibilidad atencional (Harris y Harris, 1987).

Manso et. al. (1998) , afirman que en todos los deportes tanto la concentración como el aprendizaje previo marchan unidos en la acción deportiva, ya que el proceso constituye un proceso circular que prevé:

- Una preparación al acto de acuerdo con necesidades e intereses pasados y presentes.

- El objeto y el acontecimiento, que se constituyen como solicitaciones externas dotadas de un significado propio.
- La estimulación sensorial, como proceso psicofísico.
- La selección e interpretación, por los cuales, según la intencionalidad del sujeto y la adecuada importancia del objeto, éste adquiere significado.
- La preparación al acto y, por tanto, a la percepción sucesiva.

En concordancia con esto, Niddeffer (1985) propone que cada uno de los cuatro estilos atencionales corresponden a distintas acciones, así el estilo amplio externo corresponde a evaluar la situación, por otro lado, el estilo amplio interno consiste en analizar y planear. El estilo interno estrecho corresponde a preparar la acción, lo cual se realiza por medio de la imaginación mental, y por último un estilo externo estrecho corresponde a la ejecución. De acuerdo con estas acciones, Nideffer categoriza las demandas atencionales con valores de 0 a 4 (tabla 1).

Tabla 1: Demandas atencionales en diversos deportes.

<i>DEPORTE</i>	<i>(AMPLIO- EXTERNO) evaluar</i>	<i>(AMPLIO- INTERNO) analizar</i>	<i>(ESTRECHO- INTERNO) preparar</i>	<i>(ESTRECHO- EXTERNO) actuar</i>
1. Aikido	1	-	-	2
2. Arco	1	2	3	4
3. Automovilismo	1	2	-	3
4. Badmington				
4.1. Servicio	1	2	3	4
4.2 Punto	1	-	-	2
5.1 Pitcher	1	2	3	4
5.2 Catcher	1	2	-	3
5.3 Bateador	1	2	-	3
5.4 Jardinero	1	2	-	3
6. BALONCESTO				

6.1 T. Libre	-	-	1	2
6.2 Contraat.	1	-	-	2
6.3 Tiempo m.	1	2	-	3
7. Billar	1	2	3	4
8. Boxeo	2	3	4	1
9. Buceo	-	-	1	2
10. Fútbol americ.				
10.1. Quarterback	1	2	-	3
10.2 halfback	1	-	-	2
10.3 recibidor	3	4	1	2
10.4 lineman	-	-	1	2
11. Golf	1	2	3	4
12. Gimnasia				
12.1 saltos	-	-	1	2
12.2 viga	3	1	1	2
13. Hockey	1	-	-	2
14. Judo	2	3	4	1
15. karate	2	3	4	1
16. Motocross				
16.1 Salida	1	2	-	3
16.2 carrera	1	2	-	3
17. Fútbol	1	2	-	3
18. Natación				
18.1 Sprints	-	-	1	2
18.2 Resist.	1	2	3	4
19 Tennis				
19.1 servicio	1	2	3	4
19.2 devolución	1	2	3	4
19.3 Punto	1	-	-	2
20. Atletismo				

20.1 Sprints	-	-	1	2
20.2 Resistencia	1	2	3	4
20.3 Lanzamientos	1	2	3	4
20.4 Saltos	1	2	3	4
21. Voleibol				
21.1 Servicio	1	2	3	4
21.2 Punto.	1	-	-	2

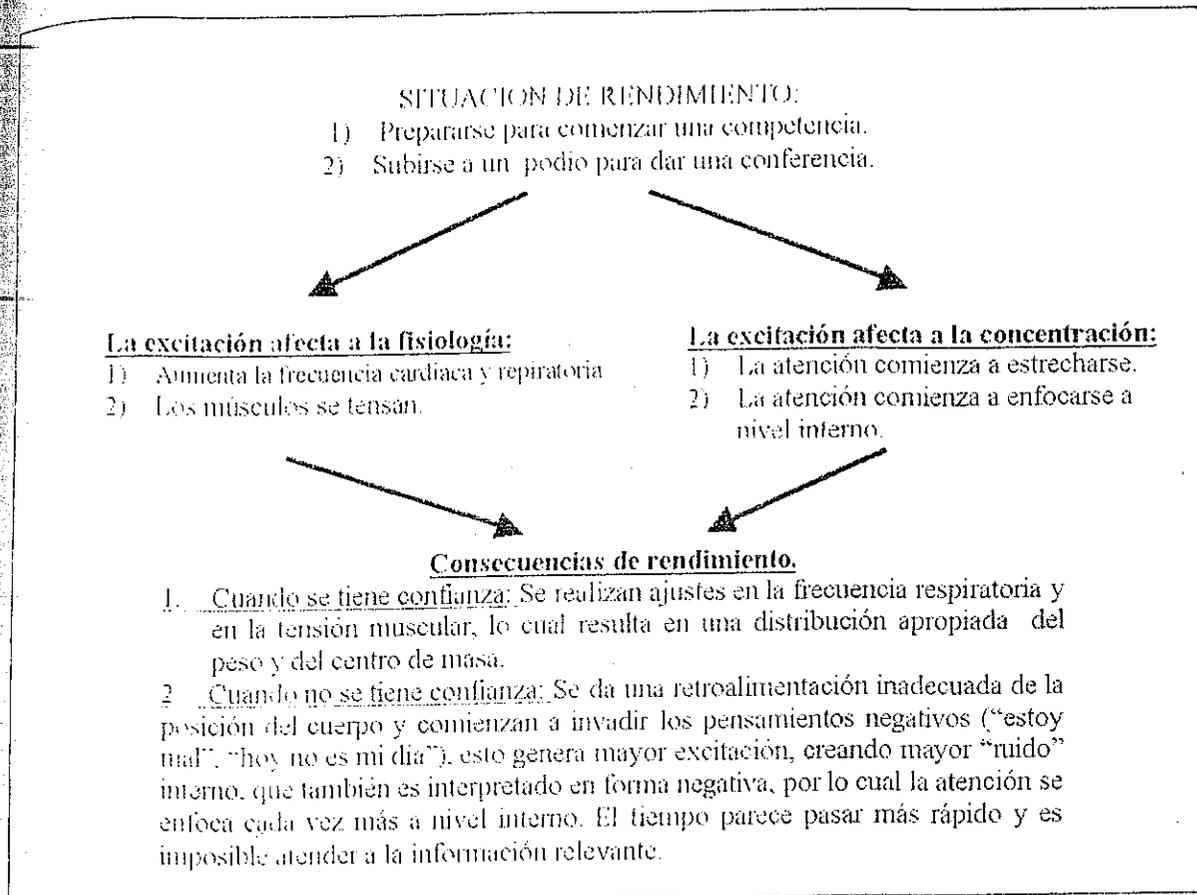
En la tabla 1 se puede observar claramente como las diversas disciplinas deportivas y cada una de sus tareas específicas requieren de un estilo atencional distinto.

4. La atención en el baloncesto.

Según Mikes (1987) el baloncesto es un deporte que no sólo requiere de factores puramente físicos, sino que también los factores psicológicos juegan un papel fundamental en el desarrollo del juego, dentro de los cuales destaca tres ingredientes principales; la confianza, la compostura y la concentración, de manera que para rendir al máximo del potencial es necesario una excelente concentración, confianza en la habilidad propia y gran capacidad para mantener las emociones bajo control.

Estos tres factores están estrechamente interrelacionados, de manera que no es suficiente tener uno o dos de estos ingredientes, porque la deficiencia de uno afectará directamente a los otros dos. Cuanto más se posea de uno más se podrán desarrollar los otros, y cuanto menos se tenga de uno menos se podrán desarrollar los otros. De esta forma los tres componentes forman una especie de triángulo, de manera que si un vértice se reduce los demás se reducen de igual modo (fig 5).

directamente proporcional con la subescala de la capacidad para estrechar la atención (NAR).



Ahora bien, la dirección y amplitud del foco atencional son también el resultado del sistema dominante para percibir la información, o lo que se denomina como estilo atencional preferido. Así Nideffer (1993) afirmó que distintas personas tienen diferentes debilidades y fortalezas de concentración, además encontró que estas diferencias, son consistentes con las demandas atencionales de las tareas que se realizan (en atletas de alto rendimiento). De esta manera los atletas que practican deportes de equipo puntúan más alto en la escala BET del TAIS. Otro factor que determina la amplitud y la dirección de la atención es la intensidad de los estímulos (internos o externos) que son percibidos, por lo cual la atención también está determinada por el medio ambiente y la actividad mental interna (Mikes, 1987).

Además de tener un estilo atencional preferido, también se pueden tener hábitos mentales para controlar la amplitud del foco atencional. El estilo atencional preferido del jugador va a determinar su nivel de rendimiento en las diversas acciones y posiciones del juego. En este sentido Maynard y Howe (1989) encontraron diferencias significativas ($F = 3.163$) en cuanto al estilo atencional entre los mediocampistas y las demás posiciones de juego en fútbol americano. Los primeros, se caracterizaron por una mayor capacidad para atender a los estímulos externos, menor sobrecarga externa, mayor capacidad para atender a los estímulos externos y un enfoque atencional menos reducido, por lo cual reflejaron mejor el concepto de estilo atencional positivo de Nideffer.

De esta manera, si un jugador tiene un estilo atencional preferido externo y amplio, posiblemente será capaz de percibir lo que ocurre en toda la cancha, por lo que probablemente habrá desarrollado la capacidad de encontrar al jugador mejor situado en la cancha para asistir y realizar ayudas en defensa, sin embargo, podría tener dificultades a la hora de encestar un lanzamiento, en caso de que no tuviera la habilidad para estrechar la atención efectivamente. Por lo cual, este jugador podría ser efectivo en la posición de distribuidor pero no así en la de alero (Mikes, 1987).

En el baloncesto es de vital importancia tener una gran capacidad para cambiar el foco de atención, según lo demanda la dinámica del juego, de manera que los jugadores deben tener un estilo atencional muy flexible, puesto que los errores se cometen cuando la flexibilidad se rompe. Si el estilo atencional es inflexible sólo se tendrá éxito en aquellas situaciones que concuerdan con el estilo atencional preferido.

Como se puede ver en el ejemplo, cada posición y tarea específica de juego tiene sus propias demandas atencionales.

En el ámbito del baloncesto pocas investigaciones se han realizado con respecto a la teoría atencional de Nideffer, entre ellas se puede destacar la realizada con doce sujetos por Wilson y Kerr (1991), los cuales encontraron

una correlación significativa y directamente proporcional entre el porcentaje de tiros de campo y la capacidad para estrechar la atención ($r = 0.62$). Asimismo, Bergandy, Shhrock y Titus (1990), encontraron que las puntuaciones en las diversas subescalas del TAIS se relacionan significativamente con siete de nueve variables medidas referidas al rendimiento deportivo. De esta manera cada tarea específica del baloncesto requiere de un estilo atencional determinado.

4.1 Las demandas atencionales de los fundamentos del baloncesto.

No existen investigaciones que hayan estudiado la hipótesis de que diversas tareas específicas del baloncesto requieren de distintos estilos atencionales, sin embargo, Mikes (1987) propone una serie de argumentos que sugieren relaciones importantes entre los estilos atencionales y las tareas específicas del baloncesto.

- *El lanzamiento:*

Para ser un lanzador consistente se deben cumplir dos requisitos básicos, en primer lugar, el gesto técnico debe estar completamente mecanizado y en segundo lugar, se debe enfocar la atención adecuadamente.

Solamente cuando se tiene una coordinación motriz apropiada de la técnica y un desarrollo natural del ritmo se puede comenzar a aprender los aspectos de concentración en el tiro, pues de otro modo, la atención se dirigiría a la forma de lanzar y no en el objetivo (el centro del aro), es decir, que enfocaríamos la atención en los estímulos irrelevantes de la acción.

La concentración en el lanzamiento engloba tres aspectos principales; en primera instancia el campo visual debe enfocarse únicamente en el centro del aro, en segundo lugar se debe juzgar en forma precisa el camino que debe seguir el balón hacia la canasta y por último, se debe dejar a la mente subconsciente que dirija el cuerpo para hacer el resto.

En ningún caso el lanzador debe enfocar su atención en la técnica o en la forma de lanzar debido a que estaría enfocando la atención en sistema sensorial equivocado (conciencia corporal). En caso de que la persona esté

poniendo atención a sus niveles de tensión también tendrá enfocado el sistema sensorial inadecuado. Si está pendiente de un posible foul o contacto mientras realiza el lanzamiento también conectó el sistema atencional inadecuado (tacto), si está consciente del público, de un pensamiento interno... no habrá conectado el sistema atencional correcto. Por otro lado, si mientras realiza el lanzamiento un oponente va a bloquearlo y centra su atención en éste, habrá conectado el sistema sensorial apropiado (visual) pero no enfocó el blanco correcto.

Cuando se realiza un lanzamiento todos los sistemas sensoriales pueden demandar la atención, sin embargo, el lanzador debe enfocar su atención sólo en el sistema visual y la mente debe estar enfocada nada más en el centro del aro. Por lo cual mentalmente se debe estar absorbido visualmente por el blanco y física y emocionalmente se debe estar relajado.

La flexibilidad atencional para el lanzamiento es de vital importancia, pues se debe enfocar la atención en el centro del aro lo más rápidamente posible. Por ejemplo, cuando se bota el balón para sobrepasar a un oponente, se debe pasar de un enfoque atencional amplio para ver la acción de los oponentes a uno estrecho para enfocar el centro del aro, o cuando se va a recibir un pase en donde el jugador debe moverse rápidamente con un enfoque amplio para buscar la mejor zona de lanzamiento y convertirlo en enfoque estrecho para recibir el balón y focalizar el centro del aro. Por lo cual, *el lanzamiento requiere de un estilo atencional externo estrecho.*

En ocasiones los tiradores entran en una especie de crisis en la efectividad de lanzamiento, la cual se deriva de factores físicos y/o mentales. En cuanto a los factores físicos se puede destacar el no haber realizado un calentamiento adecuado o porque se está demasiado nervioso o ansioso, lo cual conlleva a una deficiente relajación muscular que no permite una apropiada coordinación intermuscular de los músculos agonistas y antagonistas. La fatiga es otro factor físico que puede influir en la efectividad de lanzamiento, debido a que

repercute directamente en el sistema neuromuscular. Estos factores físicos actúan directamente sobre el sistema mental.

Dentro de los factores mentales que pueden influir negativamente en la efectividad de lanzamiento hay que destacar los siguientes; - Un mal campo visual. - Existencia de pensamientos negativos, pues el pensamiento interfiere en la concentración del lanzamiento, debido a que se enfoca en la atención a nivel interno. - Falta de un calentamiento mental previo, pues no se permite al cuerpo ni a la mente alcanzar un estado de relajación óptimo para enfrentarse al reto. - El último factor sería la existencia de una fuerte oposición defensiva, que fuerza a enfocar la atención sobre ella en vez de sobre el centro del aro, por lo cual el defensor logra arruinar la concentración.

Tanto los aspectos físicos como mentales están estrechamente interrelacionados, de manera que uno conlleva al otro y viceversa, formando una espiral descendente, que tiene repercusiones en la concentración, compostura y confianza del jugador, y por ende en la efectividad de lanzamiento. Por lo tanto, para evitar una crisis en la efectividad de lanzamiento se debe mantener la técnica y el ritmo de lanzamiento y la concentración en el estímulo adecuado (el centro del aro).

- *El tiro libre:*

El lanzamiento de tiro libre en baloncesto es el más fácil de todos los que se realizan, ya que por un lado siempre se toma desde la misma distancia, además, siempre se realiza en una posición de equilibrio y por último se tiene suficiente tiempo para ajustar los niveles de tensión muscular, desarrollar el ritmo y enfocar la atención en el centro del aro.

Sin embargo, a pesar de esta facilidad, este se convierte en muchas ocasiones en un lanzamiento de gran dificultad, por la presión que se le añade. De manera que, el tiempo extra que se posee para realizar este lanzamiento se puede convertir en un arma de doble filo, pues si durante este tiempo se enfoca la atención a nivel interno, pesando en las consecuencias de un posible fallo se comienza a crear excesiva tensión muscular y se destruye la

concentración. Por lo cual, cuando se va realizar un tiro libre se deben seguir cinco pasos; - Relajar la mente y los músculos. - Practicar una repetición mental. - Enfocar la atención en el centro del aro. - Visualizar el éxito. - Dejar a la mente subconsciente que realice la ejecución.

• *Fundamentos de manejo del balón (pase, dribbling, recepción):*

El baloncesto es un deporte de gran dinamismo en donde el manejo del balón es de vital importancia. Una situación muy común en el baloncesto incluso de alto nivel son las pérdidas de balón, y sin embargo, no son causadas por mala coordinación o falta de desarrollo técnico, sino que se deben más bien a factores mentales como falta de concentración, de juicio o compostura. Para evitar este problema es fundamental poseer una excelente capacidad para analizar las distintas situaciones de juego (estilo atencional externo amplio) y un gran sentido de la anticipación.

Cuando se está en posesión del balón la capacidad para analizar la información del medio ambiente depende de tres aspectos principales; - En primer lugar se requiere de un trabajo de pies extremadamente automatizado, de manera que los desplazamientos corporales sean realizados por la mente subconsciente y por tanto no demanden un enfoque de la atención. - En segundo lugar, los gestos técnicos también deben estar completamente automatizados por la misma razón. - Por último, se debe mantener las emociones bajo control y enfocar la atención a lo que ocurre en la cancha, con una gran flexibilidad en el estilo atencional, de modo que se pueda ajustar la atención a la siguiente acción de juego, ya sea un pase, lanzamiento, penetración dribbling o recepción.

➤ *El pase:*

Para realizar el pase correcto en una situación dada se debe ser capaz de ver todas las acciones que ocurren en toda la cancha, de forma que se debe percibir a los receptores e interceptores potenciales simultáneamente, por lo cual en primera instancia el pase requiere de un enfoque atencional amplio y en segundo lugar se debe estrechar *mínimamente* la atención en el momento

de la ejecución del pase. Es de suma importancia que en la ejecución no se estreche demasiado el foco de atención, ya que esto indicaría a los oponentes hacia dónde se dirigirá el balón y en segundo lugar no se podría realizar ningún ajuste si existe un cambio en las circunstancias de juego. Por tanto, la acción del pase no requiere de un enfoque tan estrecho como el lanzamiento, ya que pasar requiere menor precisión que lanzar, el blanco es más grande y se puede mover en búsqueda del balón.

➤ *El dribbling:*

Al igual que en el pase el estilo atencional debe ser externo y amplio, por lo cual no se puede estar mirando el balón mientras se dribbla, ya que el tacto es el sistema sensorial que controla el balón.

➤ *La recepción:*

La recepción tiene dos fases principales; la primera es abrirse para recibir el balón, lo cual requiere de un enfoque atencional amplio, ya que se debe prestar atención a las acciones de los rivales, no perder de vista al pasador y las acciones de los compañeros (bloqueos) para liberar al receptor. En segundo lugar se debe ajustar el estilo atencional amplio a uno estrecho para agarrar el balón y nuevamente cambiar la atención dependiendo de la siguiente acción (pase, tiro o dribbling = triple amenaza).

Como se puede observar en los tres fundamentos de manejo del balón la flexibilidad atencional juega un papel preponderante en el desarrollo del juego, ya que las acciones varían rápida y constantemente, por lo cual se debe aprender a desarrollar el hábito mental de cambiar de un foco de atención amplio a uno estrecho.

➤ *Fundamentos defensivos:*

La concentración y la intensidad son los aspectos más importantes. La defensa requiere de mantener apropiadamente la concentración. Además, es de vital importancia que los movimientos de pies estén completamente automatizados, se requiere también de un perfecto acondicionamiento físico, de forma que la atención no deba enfocarse a la fatiga ni al movimiento de pies.

La atención en defensa se enfoca principalmente en el sistema sensorial visual, aunque también se deben percibir estímulos auditivos y táctiles.

La amplitud depende principalmente del jugador al cual se está defendiendo, de manera que la atención varía dependiendo de si el jugador está o no en posesión del balón y si éste ha botado o no el balón. Cuando el jugador al que se defiende no está en posesión del balón, se debe tener un estilo atencional amplio, ya que debe centrar su foco de atención al balón y al jugador al cual está defendiendo. Además, un estilo atencional amplio está correlacionado con una correcta posición de juego, ya que este permite ver las acciones de los compañeros y los oponentes, de manera que esto permitirá realizar buenas ayudas, recuperar balones perdidos, interceptar pases entre otros.

Cuando se defiende a un jugador que no ha usado su dribbling, se debe utilizar un estilo atencional estrecho con la vista en el estómago del atacante. Cuando el oponente está driblando se debe tener también un foco atencional estrecho con la vista en balón, además la cabeza se debe situar entre el balón y el aro que se defiende.

➤ *Rebotes ofensivos y defensivos:*

La capacidad de rebote está determinada por factores físicos (fuerza, altura, tamaño...) y factores mentales como la persistencia, deseo de agarrar el balón y la concentración.

La concentración es un factor esencial para rebotar, ya que esta determina la velocidad con que se reacciona para ir por el balón. Durante la acción de rebotar la atención debe centrarse en el poste oponente (bloquear) y la dirección que toma el balón.

Durante el rebote defensivo en primer lugar se centra la atención en el sistema visual, ya que se debe buscar rápidamente al jugador que se debe bloquear, una vez que se realizó esta acción se debe enfocar la atención en el sistema táctil, pues se jugará de espaldas al oponente en la acción de bloqueo, en estos momentos se deben "leer" los movimientos del oponente y moverse según este se mueve, para mantener la posición de ventaja. Si el balón se

dirige hacia la zona del rebotador este debe estrechar su foco atencional para agarrarlo. Durante el rebote ofensivo el jugador debe sobrepasar al jugador defensivo sin perder de vista el balón.

Cada posición de juego en el baloncesto tiene funciones específicas y por tanto requiere de la ejecución de distintos fundamentos, así los aleros se caracterizan por una excelente capacidad ofensiva y acierto desde larga distancia, por lo cual deben tener una gran capacidad para estrechar la atención. Mientras que los postes se caracterizan por gran capacidad de rebote y de intimidación defensiva. Por último, los distribuidores son los jugadores que tienen el balón en su posesión la mayor parte del tiempo, por lo que deben ser grandes manejadores del balón y por ende deben tener un estilo atencional muy amplio (Comas,1991). Se pudo observar entonces como cada jugador dependiendo de su posición deberá tener características atencionales distintas, pues los fundamentos que ejecutan son distintos.

METODOLOGIA.

En este capítulo se explicará las características de los sujetos que participaron en el estudio, los instrumentos utilizados, los procedimientos que se siguieron para la realización de éste y el análisis estadístico que fue llevado a cabo para cumplir con los objetivos previamente establecidos.

Sujetos:

En el estudio participó un grupo de 82 jugadores, sin embargo 8 de ellos no contestaron adecuadamente el cuestionario y no se pudo utilizar la información, por lo cual fueron excluidos del estudio. El promedio de edad de los participantes fue de 17.4 años ($sd= 1.21$), que eran participantes en los juegos nacionales de San Carlos 1999. La selección se realizó por conveniencia, ya que la concentración de los deportistas facilitaba la administración de los instrumentos. Participaron 25 hombres y 49 mujeres, los cuales se distribuían en cinco equipos femeninos (Goicoechea $n= 13$, Pérez Zeledón $n = 13$, San Carlos $n = 8$, Cañas $n = 7$, Barva $n = 8$) y 3 masculinos (Goicoechea $n = 7$, Cañas $n = 11$ y Alajuela $n = 7$).

Instrumentos:

- *Estilo atencional (TAIS):*

En un intento por medir y categorizar objetivamente los estilos atencionales individuales, Nideffer en 1976 desarrolló el test de estilo atencional e interpersonal (TAIS), el cual es una medida de autorreporte compuesta de 144 ítems, enmarcados en 17 subescalas, cada una de las cuales se consideró potencialmente útil en predecir el comportamiento en un rango amplio de situaciones. Sin embargo, para efectos de la investigación se tomó una versión simplificada que constaba de doce ítems para medir las seis subescalas atencionales del TAIS (Human Kinetics). Estas 6 subescalas miden los procesos atencionales. Con el objetivo de examinar la relación entre el estilo atencional y el rendimiento deportivo, los investigadores han usado

típicamente sólo estas subescalas atencionales (Summer y Miller, 1991). Las subescalas atencionales del TAIS se exponen en la tabla 2.

El objetivo básico de la prueba es realizar una predicción de la ejecución o rendimiento de las personas en distintas tareas a partir de la evaluación de factores cognitivos como los atencionales (Servera y Escudero 1994).

Tabla 2: Subescalas atencionales del TAIS (Summers y Ford, 1992).

SUBESCALA	ABR.	VARIABLE.
Enfoque externo amplio	BET	Indica habilidad para procesar una gran cantidad de información proveniente del medio ambiente al mismo tiempo.
Sobrecarga por información externa.	OET	Altas puntuaciones indican que la persona puede cometer errores a causa de que se sobrecarga demasiado por la información externa.
Enfoque interno amplio.	BIT	Habilidad para integrar ideas e información provenientes de distintas áreas.
Sobrecarga por información interna.	OIT	Altas puntuaciones indica que la persona puede cometer errores porque se distrae con sus propios pensamientos.
Enfoque atencional estrecho.	NAR	Habilidad para enfocar la atención en un sólo punto.
Enfoque atencional reducido.	RED	Altas puntuaciones indican que la persona puede cometer errores porque su atención es demasiado reducida.

- *Rendimiento deportivo:*

La medición del rendimiento deportivo se realizó por medio de la observación estructurada de los partidos jugados por los diversos equipos que fueron medidos, durante los cuales se anotaban las siguientes variables; - porcentaje de tiros de campo, porcentaje de tiros libres, porcentaje de tiros de

tres puntos, puntos totales anotados, rebotes ofensivos y defensivos, asistencias, robos y pérdidas de balón.

Procedimiento:

En primera instancia se hizo contacto con la responsable del área de rendimiento deportivo, Lic. Xinia Salas, cuya función fue la de organizar los juegos deportivos de San Carlos 1999, a la cual se le hizo la solicitud para administrar los cuestionarios.

Una vez obtenido el permiso para administrar los cuestionarios, el cuarto día después de empezadas las justas, se pidió permiso a los entrenadores de los diversos equipos.

Los entrenadores permitieron la administración del cuestionario después de la realización del partido.

El test de destrezas atencionales fue aplicado a los ochenta y dos sujetos del estudio, antes de cuya aplicación se enfatizó en la importancia de responder adecuadamente y se les explicó que no existían respuestas correctas o falsas.

Después de la aplicación del TAIS, se realizó la sumatoria de los ítem uno y dos que dan la puntuación "z" en la subescala BET, los ítem tres y cuatro resultan en la puntuación "z" de la subescala OET, los ítem cinco y seis resultan en la puntuación BIT, los ítem siete y ocho dan como resultado la puntuación "z" de la subescala OIT, los ítem nueve y diez dan la puntuación "z" de la subescala NAR, y por último los ítem once y doce resultan en la puntuación de la escala RED. Posteriormente estas puntuaciones "z" se transformaron a puntuaciones "t" (media 50 y desviación estándar 10) (Servera y Escudero 1994). Las puntuaciones "t" serán comparadas con las que Nideffer consideró como efectivas (Bet = 70, Oet = 30, BIT = 70, OIT = 30, NAR = 70 y RED = 30) (véase el protocolo en anexos).

Para la determinación del estilo atencional se siguió la operacionalización realizada por Servera y Escudero en 1994, por medio de la cual el estilo

atencional se definió cuando al menos una de las tres subescalas de sobrecarga (OET, OIT, RED) presentan una puntuación superior a sus homónimas (BET, BIT, NAR), cuando las últimas son superiores el estilo se considera un estilo atencional positivo. Además para determinar el estilo atencional preferido se tuvo en cuenta la información de la tabla 4. En el caso de que la puntuación de alguna de estas escalas coincidiera se tomó como un estilo neutro.

Tabla 3: Relación de las dimensiones del TAIS con los estilos atencionales de Nideffer (1976).

ESTILO ATENCIONAL	DIMENSIONES ATENCIONALES (puntuaciones "t")	
	AMPLITUD (NAR).	DIRECCION (BET/BIT).
Amplio externo	NAR < 50	BET > BIT
Amplio interno	NAR < 50	BET < BIT
Estrecho interno	NAR > 50	BET > BIT
Estrecho externo	NAR > 50	BET > BIT

Nota: Las puntuaciones = a 50 se toman como combinación de ambos estilos atencionales

En cuanto al rendimiento deportivo en primer lugar se realizó la observación y posteriormente se obtuvo la eficiencia total de rendimiento deportivo. La eficiencia total de rendimiento se calculó por medio del empleo de la siguiente fórmula:

$$\frac{(T.P+REB+ROB+ASI) - (TCF+TLF+ERR)}{J}$$

Análisis estadístico.

Con base en los objetivos propuestos en este estudio se procedió a analizar los datos de la siguiente manera:

- Para analizar el estilo atencional de toda la muestra se realizó un análisis descriptivo de los resultados de la operacionalización del modelo atencional en toda la población seleccionada (Servera y Escudero, 1994).
- Para analizar el estilo atencional por equipos se realizó un análisis descriptivo de los resultados de las puntuaciones "t" de las diversas subescalas atencionales en los distintos equipos.
- Para realizar un análisis y comparación de los estilos atencionales de los jugadores según la posición de juego, edad y género se llevó a cabo un análisis descriptivo y comparación de los resultados de las puntuaciones "t" de las diversas subescalas atencionales en las distintas posiciones de juego y género. Además se categorizó a los jugadores en dos rangos de edad (de 14 a 16 y de 17 a 19 años), y se compararon sus puntuaciones. También se realizó un análisis de varianza para determinar la existencia de diferencias significativas en cuanto al estilo atencional con respecto a estas variables.
- Para determinar las debilidades atencionales de los jugadores en las diversas subescalas atencionales se realizó una distribución de frecuencia acumulada en cada subescala atencional y se comparó con el estilo atencional propuesto por Nideffer.
- Para determinar la relación entre las subescalas atencionales del TAIS y el rendimiento deportivo en baloncesto se realizó un análisis de correlación las puntuaciones "t" y los diversos fundamentos de juego.

RESULTADOS.

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos con la aplicación del TAIS y la medición del rendimiento deportivo.

1. Análisis descriptivo de los resultados de la operacionalización del modelo atencional.

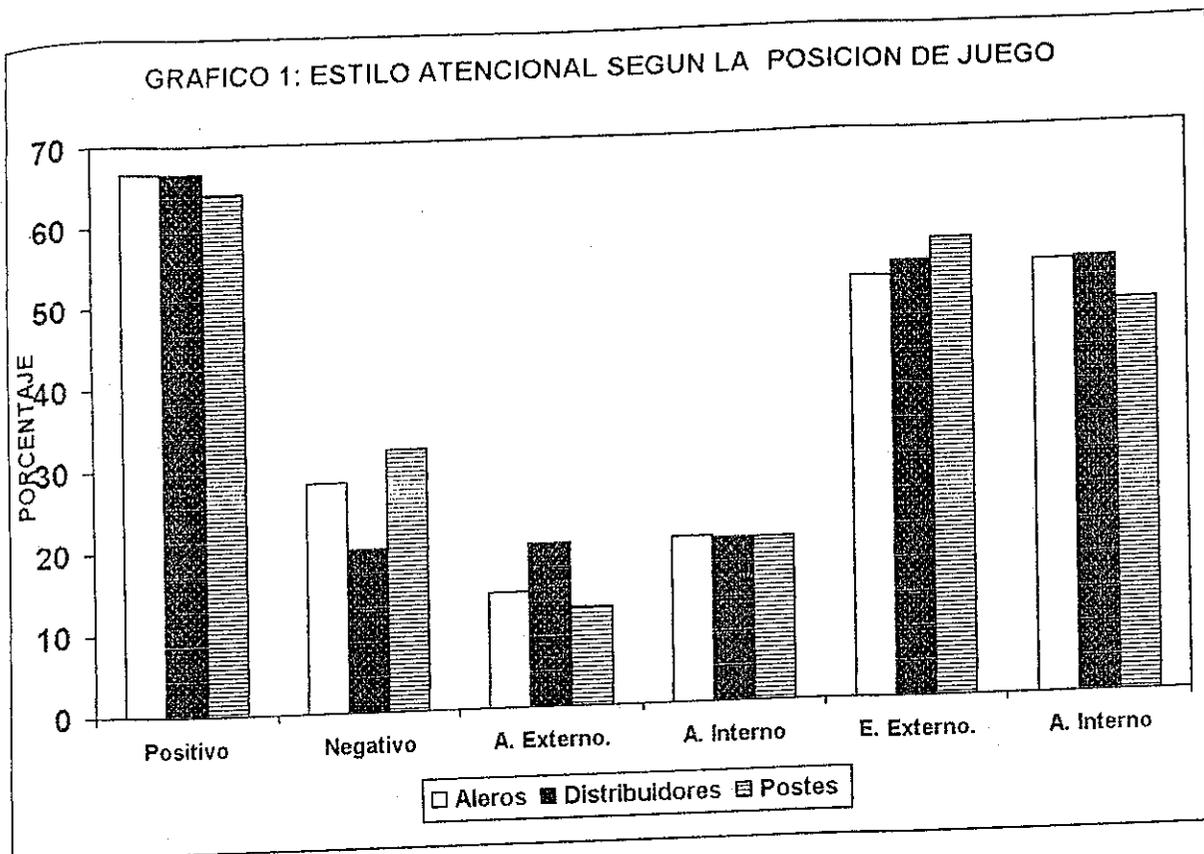
Los resultados obtenidos conforme a la operacionalización del TAIS por parte de Servera y Escudero (1994), se pueden observar en la tabla 4.

La tabla 4, mostró los porcentajes y la desviación estándar de los estilos atencionales positivos y negativos y de los diversos tipos o estilos atencionales.

Tabla 4: Tipos de estilo atencional en porcentaje.

oblación	+	-	Amplio Externo.	Amplio Interno.	Estrecho Externo.	Estrecho interno
Toda la pobl.	67.1%	28.1%	14.1%	20.3%	51.6%	53.1%
Aleros	66.6%	29.1%	12.5%	16.6%	41.6%	54.1%
Distribuidores	66.6%	20%	20%	20%	53.3%	53.3%
Postes	64%	32%	12%	20%	56%	48%
Desv. St.	1.15	4.68	3.44	1.51	5.8	2.53

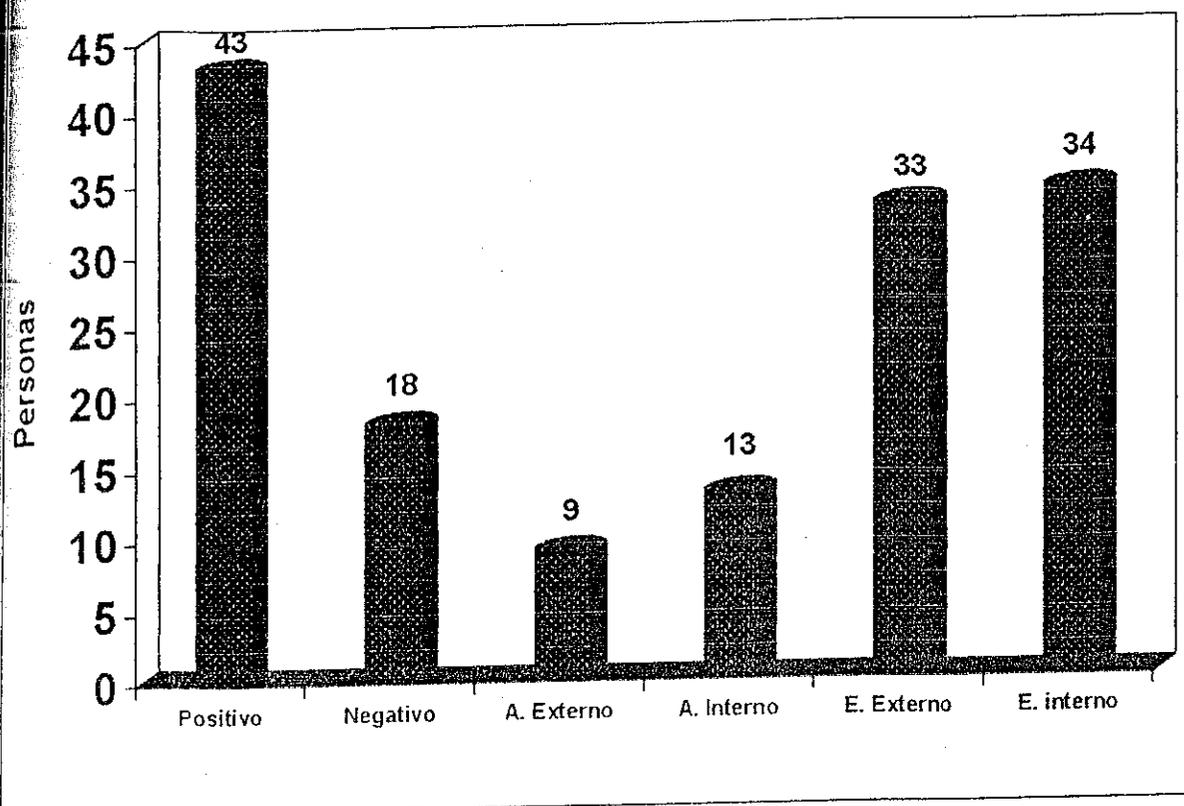
En la tabla 4, se pudo observar como el mayor porcentaje de las personas se sitúan con un estilo atencional estrecho, tanto externo como interno. Por otro lado, el porcentaje de estilos atencionales negativos es muy elevado. Los postes muestran el mayor porcentaje con 32% y los distribuidores con el menor porcentaje con un 20% (gráficos 1 y 2).



En el gráfico 1 se pudo notar como el grupo con menos porcentaje de estilos atencionales negativos es de los distribuidores con un 20%, seguido de los aleros con un 28,1% y por los postes con un 32%. También son los distribuidores los que tienen un estilo atencional más amplio y externo, pues presentan un 20% de su población con este enfoque, seguido de los aleros y los postes con un 14.1% y 12% respectivamente.

De esta manera, se pudo confirmar que son los distribuidores los que presentan un estilo atencional más efectivo. 20% (gráfico 1 y 2).

GRAFICO 2: ESTILO ATENCIONAL EN LOS JUGADORES DE SAN CARLOS 1999.



En el segundo gráfico se pudo examinar como 18 personas tienen un estilo atencional negativo, es decir que en al menos una de las subescalas atencionales de sobrecarga (OET, OIT, RED) posee una puntuación más alta que su homónima (BET, BIT, NAR). Por otro lado, se observó que el estilo atencional preferido de la población tiende a ser estrecho, ya que, 67 personas tienen una puntuación mayor a 50 en la escala RED. De estas personas, 33 enfocan la atención en forma externa, mientras que 34 lo hacen internamente. Por otro lado únicamente 22 personas enfocan la atención en forma amplia, de las cuales 9 lo hacen internamente y 13 en forma externa.

2. Análisis descriptivo por equipos las puntuaciones "t" en las diversas subescalas.

En la tabla 5, se puede ver el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones obtenidas en las diversas subescalas por los jugadores de los distintos equipos.

Tabla 5: Promedio y desviación estándar en las subescalas de los equipos.

	F. Goico.		F. Pérez		F. San Carlos		F. Cañas		F. Barva		M. cañas		M. Ala-Juela		M. Goico.	
	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD
BET	62.7	7.51	60.8	6.45	58.1	6.09	67	4.08	67.5	5	61.4	6.28	66.4	6.94	61.7	11.5
OET	47.7	13.3	44.6	14.3	40	20	45.7	16.3	33.8	9.69	42.7	8.43	35.7	14.7	38.9	14.6
BIT	61.5	13.7	67.7	5.92	58.1	10.6	70.7	3.88	65.6	10.3	64.5	6.78	66.4	6.53	60	6.67
OIT	39.2	16.2	33.8	10.7	37.5	17.5	47.1	21.2	30	20	33.6	16	40	8.57	34.4	17.3
NAR	65.4	10.3	56.2	10.9	62.5	4.38	57.1	11.8	67.5	12.5	63.7	16.1	64.3	9.39	60	13.3
RED	34.6	14.9	38.8	9.88	38.7	16.5	47.1	20.4	32.5	12.5	38.6	19	40	8.57	42.7	8.14

BET: Enfoque atencional amplio. OET: Sobrecarga por información externa.

BIT: Enfoque atencional interno. OIT: Sobrecarga por información interna.

NAR: Capacidad para estrechar la atención. RED: Foco atencional excesivamente reducido.

En la tabla 5 se contempló como el equipo femenino de Cañas es el que mayor capacidad tiene para atender a los estímulos externos ($t = 67$), mientras que el equipo femenino de San Carlos es el que menor habilidad tiene en esta área ($t = 58.1$). El equipo femenino de Barva es el que se siente menos sobrecargado por los estímulos externos ($t = 33.8$), mientras que el equipo femenino de Goicoechea es el que más se sobrecarga por la información externa ($t = 47.7$). En cuanto a la capacidad para atender a los estímulos internos el equipo femenino de Cañas es el que tiene mayor habilidad ($t = 70.7$), mientras que el equipo de San Carlos es el peor atendiendo a éste tipo de estímulos ($t = 58.1$). El equipo femenino de Barva se sobrecarga menos por los estímulos internos ($t = 30$) y tiene mayor capacidad para estrechar la

atención ($t = 67.5$), mientras que el equipo de Cañas es el que más se sobrecarga ($t = 47.1$) y el equipo femenino de Pérez Zeledón es el que menos capacidad tiene para estrechar la atención ($t = 56.2$). En cuanto a la amplitud del foco de atención es el equipo de Cañas el que tiene un enfoque más reducido ($t = 47.1$).

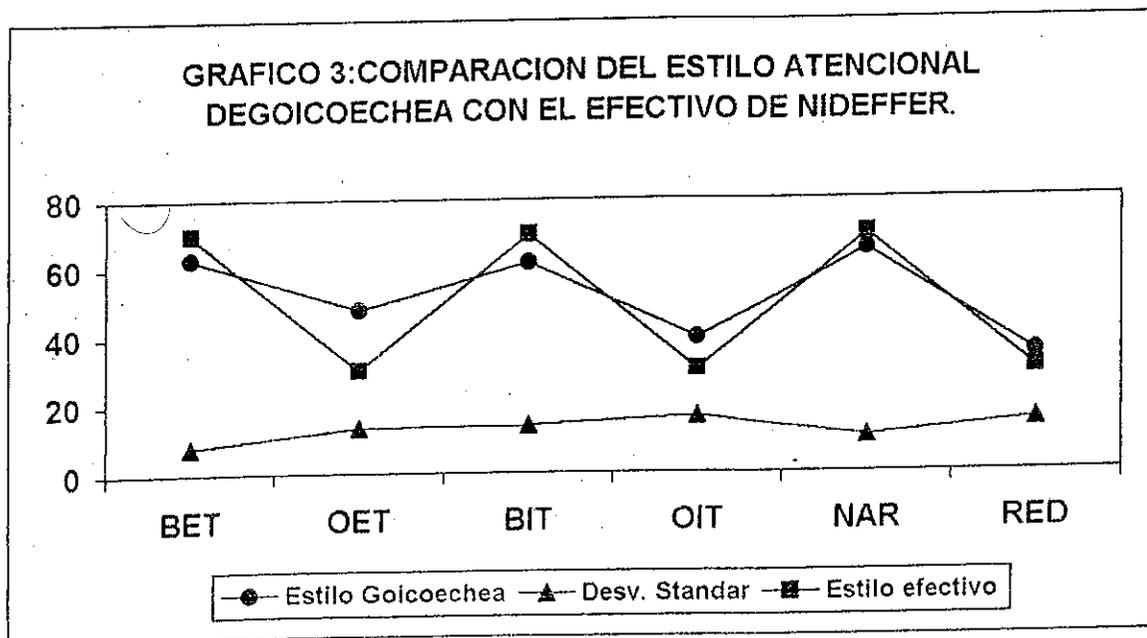
2.1 Equipo femenino de Goicoechea

En la tabla 6, se puede observar el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo femenino de Goicoechea.

Tabla 6: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	62.7	47.7	61.5	39.2	65.4	34.615	51.85
Desv. St.	7.51	13.3	13.7	16.2	10.3	14.911	12.65

En la tabla 6 se examina como el estilo atencional del equipo femenino de Goicoechea no concuerda con el efectivo de Nideffer (gráfico 3).



En el gráfico 3 se notó como el equipo de Goicoechea falla principalmente en cuanto a su estilo atencional en la escala OET ($t = 47.7$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer ($t = 30$), es decir que, en general el equipo se siente sobrecargado por la información externa. También se observaron deficiencias en la escala BET ($t = 62.7$, $t. Efectivo = 70$), por lo cual se sienten deficientes a la hora de atender a los estímulos externos. Por otro lado, se pudo vislumbrar como el equipo tiene problemas en la escala BIT y OIT ($t = 61.6$ y 39.2 respectivamente), por lo que el equipo tiene problemas a la hora de atender a los estímulos internos puesto que se siente sobrecargado por ellos.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de Servera y Escudero (1994), el estilo atencional de Goicoechea se consideró como efectivo, ya que las escalas OET, OIT y RED no llegan a superar a las subescalas BET, BIT y NAR.

Por otro lado, es interesante notar la gran variabilidad observada en algunas de las subescalas del TAIS. La escala OIT presenta la desviación estándar más alta con 16.2, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.412, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 41.2% con respecto al promedio, por lo cual se ratifica que existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. La desviación estándar promedio del grupo es de 12.6, con un coeficiente de variación de .24, es decir que la desviación representa un 24% con respecto al promedio.

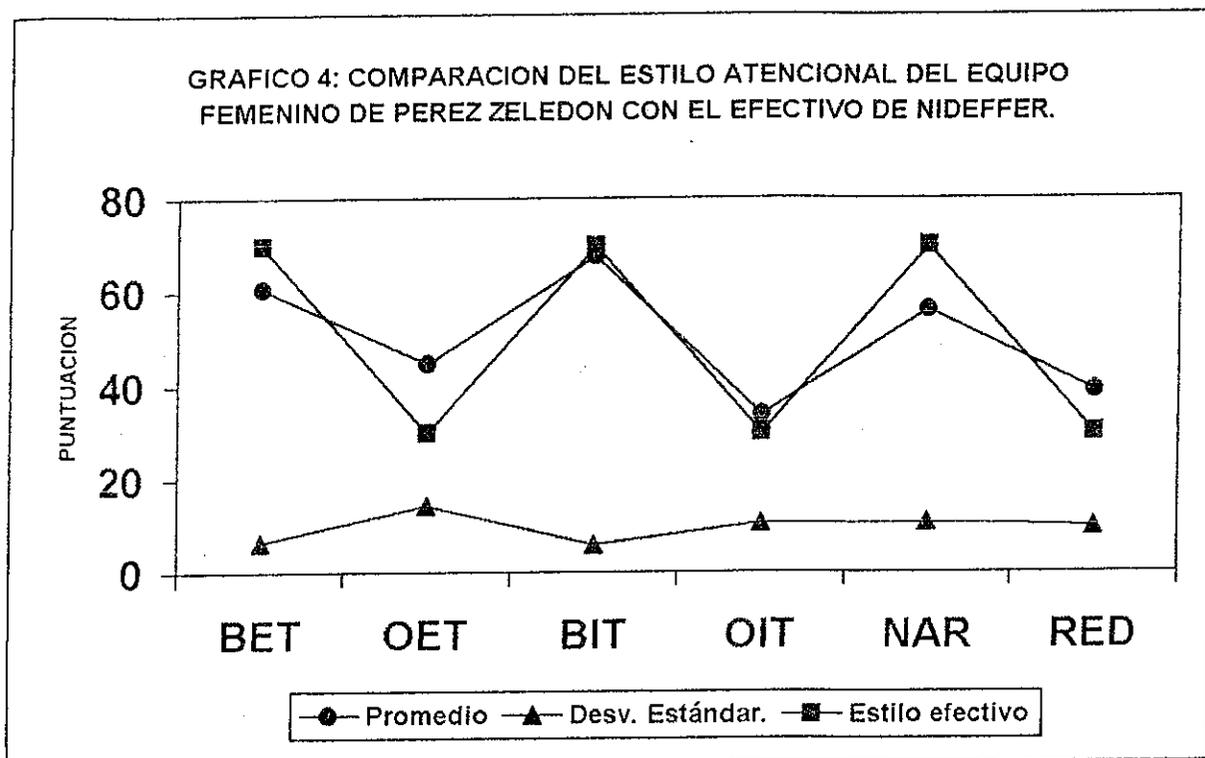
2.2 Equipo femenino de Pérez Zeledón.

En la tabla 7, se pudo observar el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo femenino de Pérez Zeledón.

Tabla 7: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	60.8	44.6	67.7	33.8	56.2	38.846	50.31
Desv. St.	6.45	14.3	5.92	10.7	10.9	9.8817	9.69

En la tabla 7 se observó como el estilo atencional del equipo femenino de Pérez Zeledón no concuerda con el efectivo de Nideffer (gráfico 4).



En el gráfico 4 se pudo advertir como el equipo de Pérez Zeledón falla principalmente en cuanto a su estilo atencional en la escala OET ($t = 44.6$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer ($t = 30$), es decir que en general el equipo se siente sobrecargado por la información externa.

También se observaron deficiencias en la escala BET ($t = 60.8$, t . Efectivo = 70), por lo cual se sienten deficientes a la hora de atender a los estímulos externos. Por otro lado se pueden ver como el equipo tiene problemas en la

escala NAR y RED ($t = 56,2$ y $38,84$ respectivamente), por lo que el equipo tiene problemas a la horade estrechar la atención.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de Servera y Escudero (1994), el estilo atencional de Pérez Zeledón al igual que el equipo de Goicoechea se puede juzgar como efectivo, ya que las escalas OET, OIT y RED no llegan a superar a las subescalas BET, BIT y NAR.

Por otro lado, existe menor variabilidad que en el equipo de Goicoechea pero aún se mantiene relativamente alta. Así la escala BET presenta la desviación estándar más alta con $14,3$, lo cual implica un coeficiente de variación de $0,32$, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 32% con respecto al promedio, por lo cual se confirmó existe heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Además, la desviación estándar promedio del grupo es de $9,69$, con un coeficiente de variación de $.19$, es decir que la desviación representa un 19% con respecto al promedio.

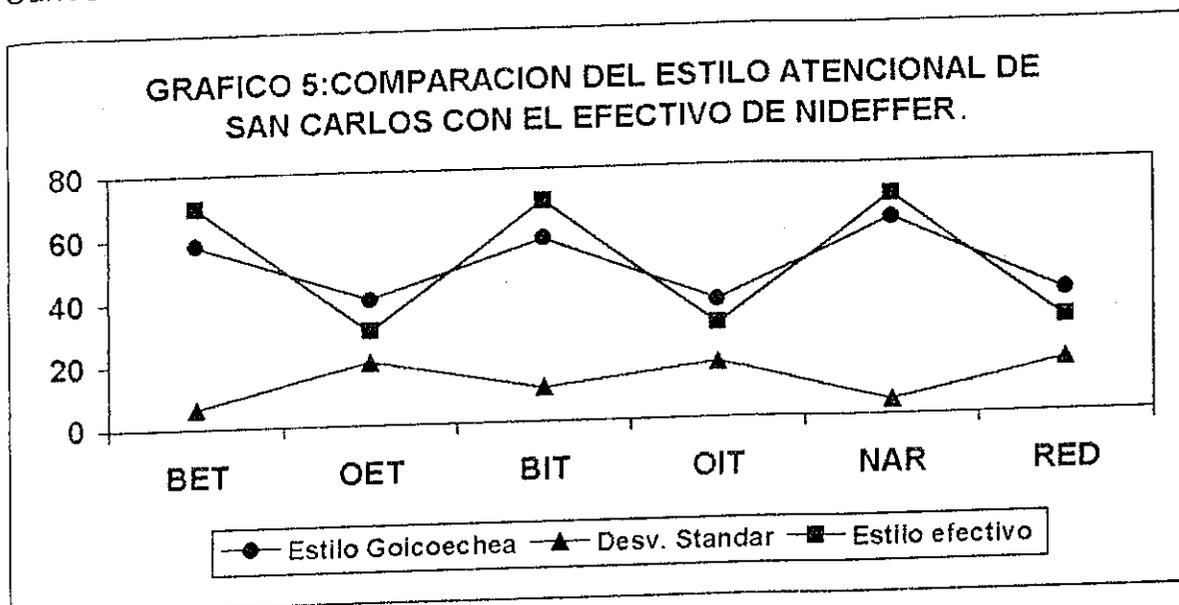
2.3 Equipo femenino de San Carlos.

En la tabla 8, se observó el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo femenino de San Carlos.

Tabla 8: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	58.1	40	58.1	37.5	62.5	38.5	49.11
Desv. St.	6.09	20	10.6	17.5	4.38	16.563	12.5

En la tabla 8 se vió como el estilo atencional del equipo femenino de San Carlos no concuerda con el efectivo de Nideffer (gráfico 5).



En el gráfico 5 se notó como el equipo de San Carlos falla en todas las subescalas atencionales del TAIS, principalmente en cuanto a su estilo atencional en la escala BET ($t = 58.25$) y BIT ($t = 58.12$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer ($t = 70$), es decir que en general el equipo no tiene buena capacidad para atender a los estímulos externos e internos. También se vislumbran deficiencias en la escala OET ($t = 40$, t Efectivo = 70) y OIT ($t = 37.5$, t efectivo = 30), por lo cual se sienten sobrecargados por la información externa e interna. Por otro lado, se puede ver como el equipo tiene problemas en la escala NAR y RED ($t = 62.5$ y 38.75 respectivamente), por lo que el equipo también tiene problemas a la hora de estrechar la atención y tiene un foco atencional demasiado reducido.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de Servera y Escudero (1994), el estilo atencional de San Carlos al igual que el equipo de Goicoechea y Pérez Zeledón se puede calificar como efectivo, ya que las escalas OET, OIT y RED no llegan a superar a las subescalas BET, BIT y NAR.

Existe también una variabilidad alta en el equipo de San Carlos. Así la escala BET presenta la desviación estándar más alta con 20, el cual significa un coeficiente de variación de 0.50, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 50% con respecto al promedio, por lo cual se puede afirmar que existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Por otro lado, la desviación estándar promedio del grupo es de 12.5, con un coeficiente de variación de .25, es decir que la desviación representa un 25% con respecto al promedio.

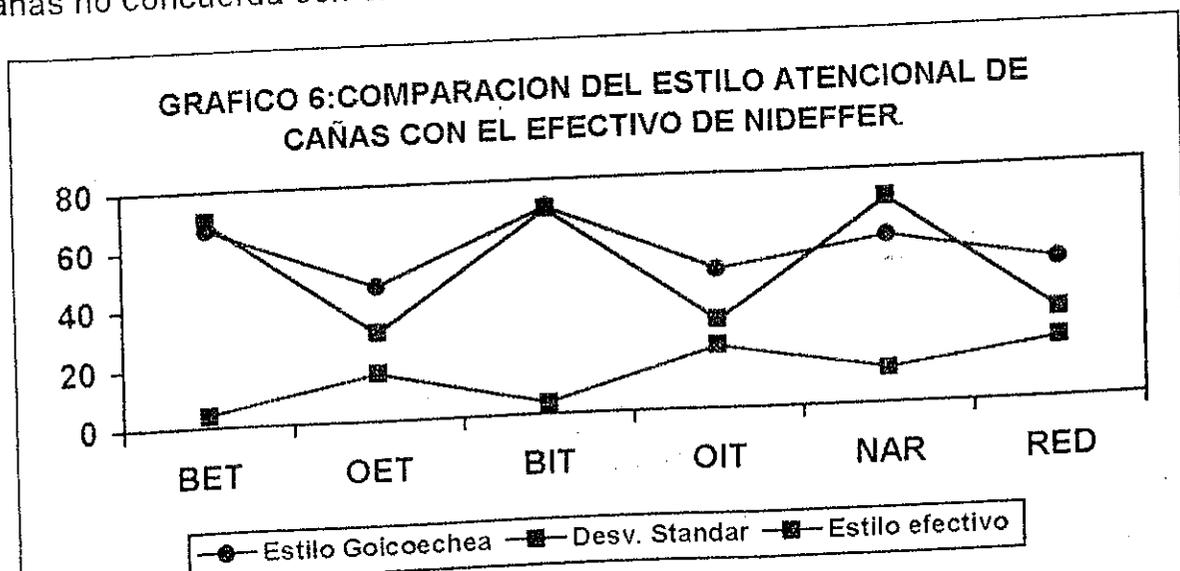
2.4 Equipo femenino de Cañas.

En la tabla 9, se contempla el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo femenino de Cañas.

Tabla 9: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	67.1	45.7	70.7	47.1	57.1	47.143	55.833
Desv. St.	4.08	16.3	3.88	21.2	11.8	20.408	12.959

En la tabla 9 se observó como el estilo atencional del equipo femenino de Cañas no concuerda con el efectivo de Nideffer (gráfico 6).



En el gráfico 6 se notó como el equipo de Cañas falla en cuanto a su estilo atencional en la escala OET ($t = 45.7$) y OIT ($t = 58.12$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer, es decir que en general el equipo se siente sobrecargado por la información externa e interna. También se ven deficiencias en la escala NAR ($t = 57.1$, $t_{\text{Efectivo}} = 70$) y RED ($t = 47.1$, $t_{\text{Efectivo}} = 30$), Por lo cual, tienen mala capacidad para estrechar la atención y tienen un foco atencional demasiado reducido.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de Servera y Escudero (1994), el estilo atencional de Cañas se puede considerar como efectivo.

Por otro lado la variabilidad del equipo de Cañas también es alta. Así la escala OIT presenta la desviación estándar más alta con 21.2, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.45, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 45% con respecto al promedio, por lo cual se puede afirmar que también existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. También, la desviación estándar promedio del grupo es de 12.95, con un coeficiente de variación de .23, es decir que la desviación representa un 23% con respecto al promedio.

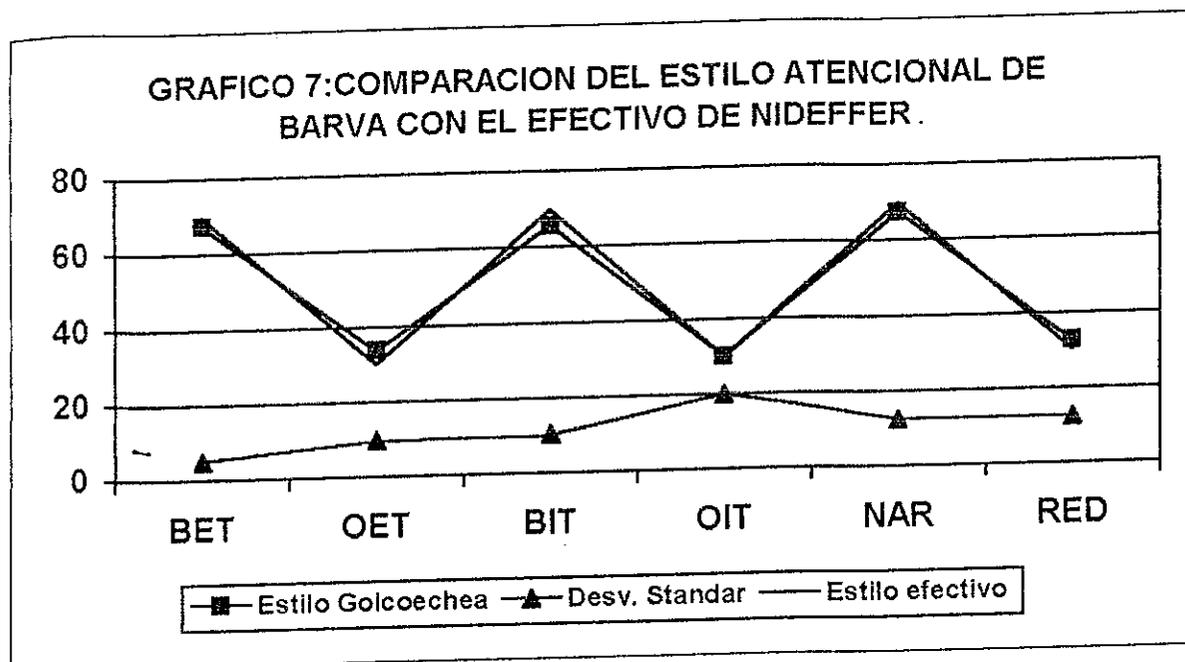
2.5 Equipo femenino de Barva.

En la tabla 10, se vió el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo femenino de Barva.

Tabla 10: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	67.5	33.8	65.6	30	67.5	32.5	49.479
Desv. St.	5	9.69	10.3	20	12.5	12.5	11.667

En la tabla 10 se destaca que el equipo de Barva concuerda con el estilo atencional efectivo de Nideffer (gráfico7).



En el gráfico 7 se observó como el equipo de Barva tiene un estilo atencional que se ajusta perfectamente a las exigencias del estilo atencional efectivo propuesto por Nideffer. Por lo cual el estilo atencional de Barva es completamente positivo.

Por otro lado, la variabilidad del equipo de Barva también es alta. Así la escala OIT presenta la desviación estándar más alta con 20, lo cual representa un coeficiente de variación de 0.66, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 66% con respecto al promedio, por lo cual se puede afirmar que existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. La desviación estándar promedio del grupo es de 11.6, con un coeficiente de variación de .23, es decir que la desviación representa un 23% con respecto al promedio.

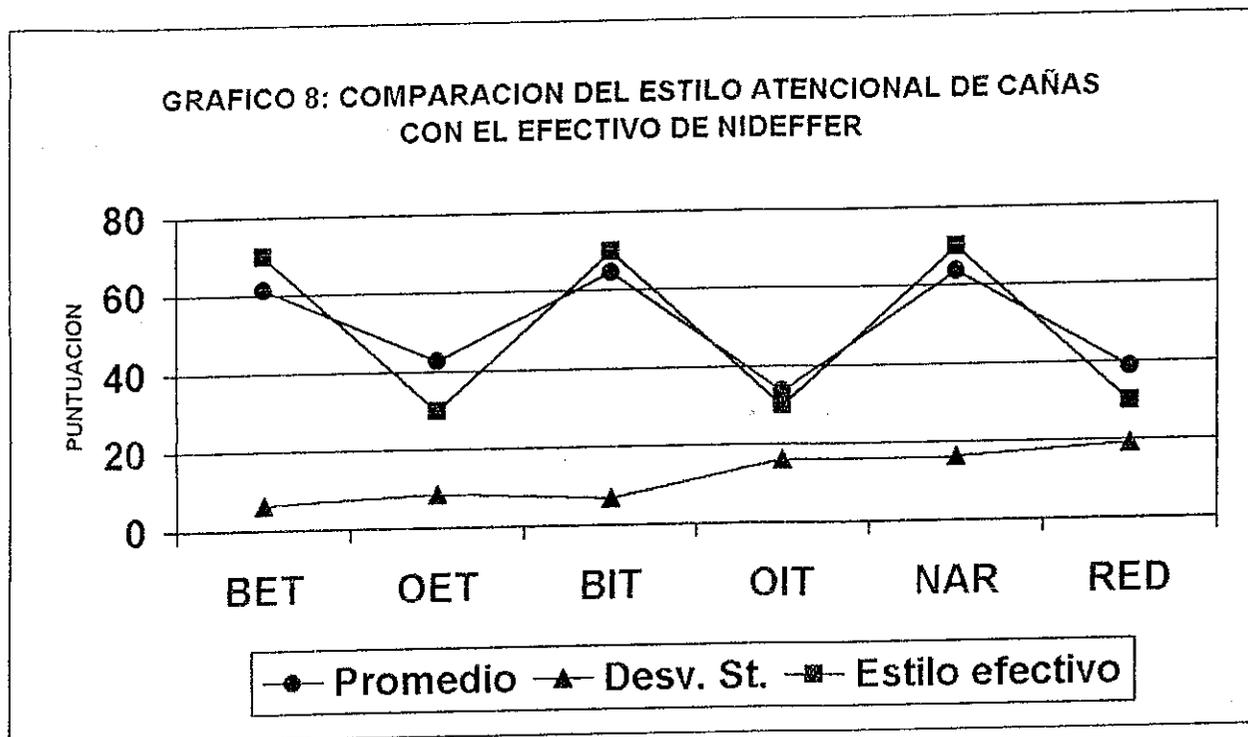
2.6 Equipo masculino de Cañas.

En la tabla 11, se contempló el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo masculino de Cañas.

Tabla 11: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	61.4	42.7	64.5	33.6	63.7	38.636	50.773
Desv. St.	6.28	8.43	6.78	16	16.1	19.008	12.107

En la tabla 11 se advirtió como el equipo masculino Cañas de no concuerda con el estilo atencional efectivo de Nideffer (gráfico 8)



En el gráfico 8 se apreció como el equipo de Cañas falla en cuanto a su estilo atencional en la escala OET ($t = 42.7$) y BET ($t = 61.4$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer, es decir que en general el equipo se siente sobrecargado por la información externa y no tiene buena

capacidad para atender a los estímulos externos. También se observan deficiencias en la escala RED ($t = 38.6$, t efectivo = 30), lo que representa un foco atencional reducido.

A pesar de estas deficiencias, según la operacionalización de Servera y Escudero (1994) el estilo atencional de Cañas se puede considerar como efectivo.

La variabilidad del equipo de Cañas también es alta. Así la escala RED presenta la desviación estándar más alta con 19, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.49, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 49% con respecto al promedio, por lo cual se puede afirmar que existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Por otro lado, la desviación estándar promedio del grupo es de 12.10, con un coeficiente de variación de .238, es decir que la desviación representa un 23.8% con respecto al promedio.

2.7 Equipo masculino de Alajuela.

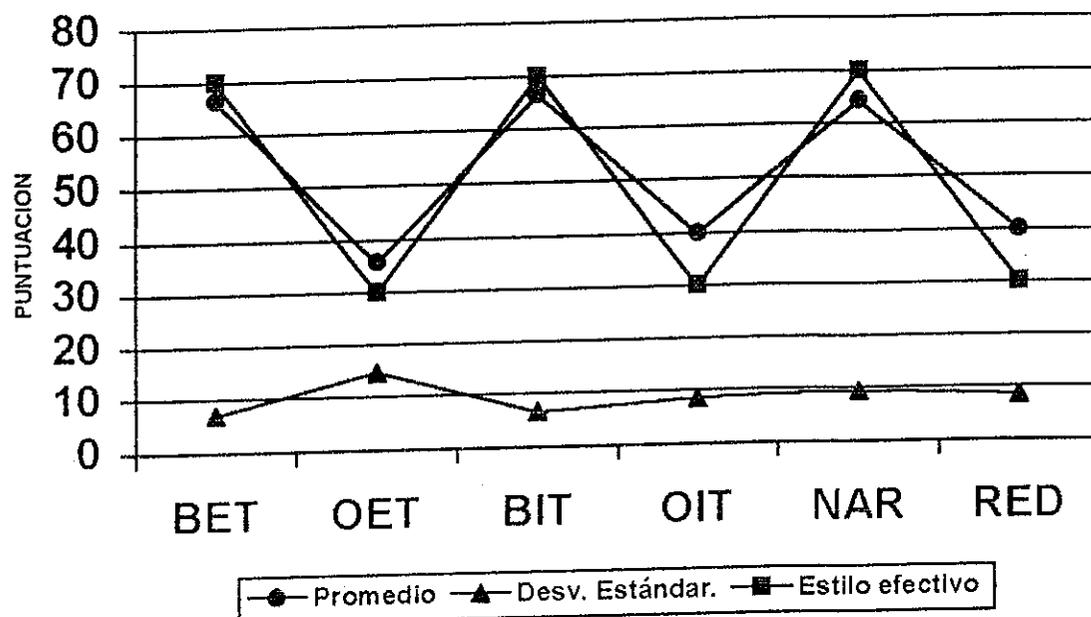
En la tabla 12, se pudo contemplar el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo masculino de Alajuela.

Tabla 12: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	66.4	35.7	66.4	40	64.3	40	52.143
Desv. St.	6.94	14.7	6.53	8.57	9.39	8.5714	9.1156

En la tabla 12 se advirtió como el equipo masculino de Alajuela no concuerda con el estilo atencional efectivo de Nideffer (gráfico 9).

GRAFICO 9: COMPARACION DEL ESTILO ATENCIONAL DEL EQUIPO MASCULINO DE ALAJUELA CON EL EFECTIVO DE NIDEFFER.



En el gráfico 9 se observó como el equipo de Alajuela falla en cuanto a su estilo atencional en la escala OIT ($t = 40$) y RED ($t = 40$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer, es decir que en general el equipo se siente sobrecargado por la información interna y tiene un enfoque atencional reducido.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de Servera y Escudero (1994) el estilo atencional de Cañas se puede considerar como efectivo.

La variabilidad del equipo de Alajuela también es alta. Así la escala RED presenta la desviación estándar más alta con 14.7, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.41, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 41% con respecto al promedio, por lo cual se puede afirmar que existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Por otro lado, la desviación estándar promedio del grupo es de

9.11, con un coeficiente de variación de .174, es decir que, la desviación representa un 17.4% con respecto al promedio.

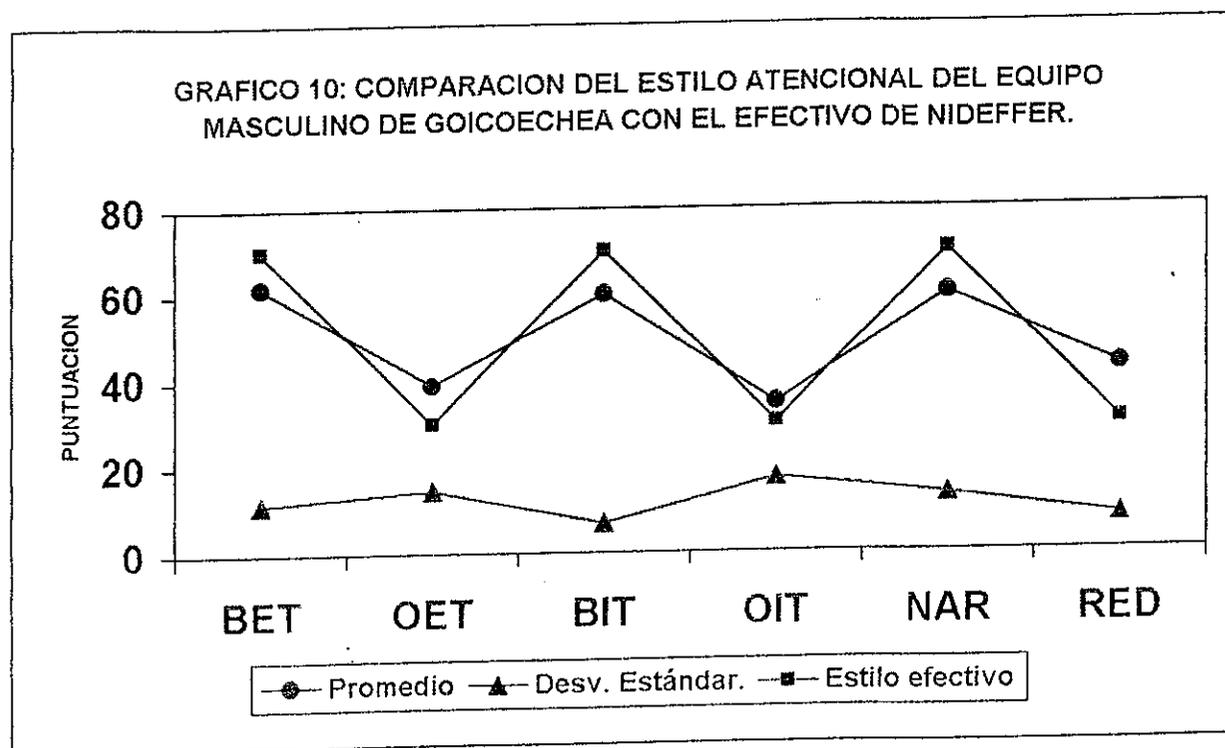
2.8 Equipo masculino de Goicoechea.

En la tabla 13, se puede observar el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS del equipo masculino de Goicoechea.

Tabla 13: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	61.7	38.9	60	34.4	60	42.778	49.63
Desv. St.	11.5	14.6	6.67	17.3	13.3	8.1481	11.914

En la tabla 13 se nota como el equipo masculino de Goicoechea no concuerda con el estilo atencional efectivo de Nideffer (gráfico 10).



En el gráfico 10 destacó como el equipo de Goicoechea falla en cuanto a su estilo atencional en la escala OIT ($t = 40$) y RED ($t = 40$) con respecto al estilo atencional efectivo planteado por Nideffer, es decir que en general el equipo se siente sobrecargado por la información interna y tiene un enfoque atencional reducido.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de (Servera y Escudero, 1994) el estilo atencional de Goicoechea se puede considerar como efectivo.

La variabilidad del equipo de Goicoechea también es alta. Así la escala RED presenta la desviación estándar más alta con 14.7, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.41, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 41% con respecto al promedio, por lo cual, se puede afirmar que existe gran heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Por otro lado, la desviación estándar promedio del grupo es de 9.11, con un coeficiente de variación de .174, es decir que, la desviación representa un 17.4% con respecto al promedio.

3. Análisis descriptivo de los resultados de las puntuaciones "t" de las diversas subescalas atencionales en las distintas posiciones de juego.

En la tabla 14, se pudo ver el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS según la posición de juego.

Tabla 14: Promedios y desviación estándar de las escalas en las diversas posiciones de juego.

		BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED
ALEROS	X	62.70	45.83	62.5	42.08	60.87	34.58
	SD	6.90	12.98	9.37	10.76	10.11	12.53
POSTES	X	60.78	43.95	59.87	40.51	58.47	33.48
	SD	8.32	12.98	10.39	10.95	11.817	12.74
DISTRIB.	X	65.33	34	67	28.66	62	38.66
	SD	7.6	17.06	8.26	17.6	11.73	14.75

En la tabla 14 se observa como los distribuidores son los que tienen un estilo atencional más efectivo según el concepto operacional establecido por Nideffer. A continuación se analiza detalladamente los resultados obtenidos por cada posición de juego en forma aislada.

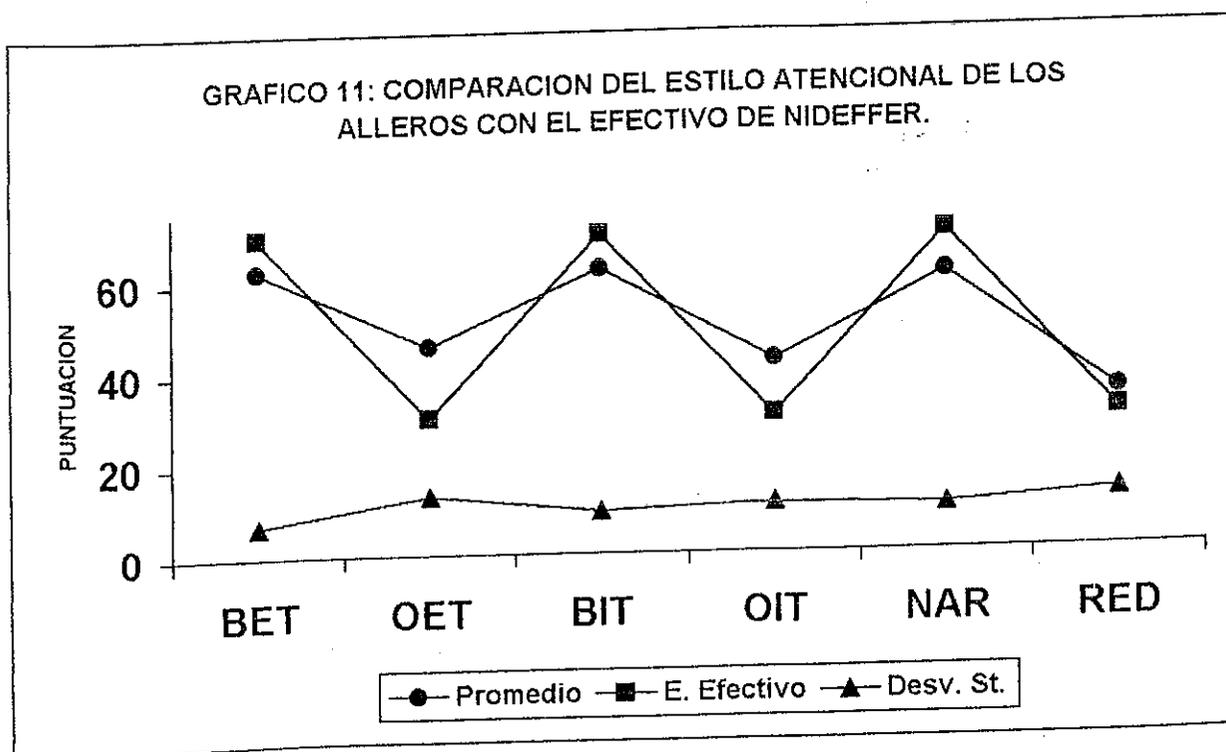
3.1 Puntuaciones "t" de los aleros.

En la tabla 15, se revisó el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS por parte de los aleros.

Tabla 15: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	62.70	45.83	62.5	42.08	60.87	34.58	51.43
Desv. St.	6.90	12.98	9.37	10.76	10.11	12.53	10.59

En la tabla 15 se distinguió que el estilo atencional de los aleros no concuerda con el estilo atencional efectivo de Nideffer (gráfico 11).



En el gráfico 11 se apreció como los aleros fallan en la mayoría de las subescalas. En la escala BET ($t = 62.7$) y en la escala OET ($t = 45.83$) lo que significa que tienen mala capacidad para atender a los estímulos externos y además se sienten sobrecargados por los estímulos externos. Se encuentra la misma situación en la escala BIT ($t = 62.5$) y en la OIT ($t = 42.08$), es decir que, no tienen buena capacidad para atender a los estímulos internos y además se sienten sobrecargados por ellos. Por otro lado, la escala NAR ($t = 60.87$) indica una mala capacidad para estrechar la atención.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de (Servera y Escudero, 1994) el estilo atencional de los aleros se puede considerar como efectivo.

La variabilidad de los aleros es alta. Así la escala OET presenta la desviación estándar más alta con 12.98, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.28, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 41% con respecto al promedio, por lo cual, se puede afirmar que existe heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Por otro lado, la desviación estándar promedio del grupo es de 9.11, con un coeficiente de variación de 0.205, es decir que la desviación representa un 20.5% con respecto al promedio.

3.2 Puntuaciones "t" de los postes.

En la tabla 16, se pudo ver el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS por parte de los postes.

Tabla 16: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	60.78	43.95	59.87	40.51	58.47	33.48	49.51
Desv. St.	8.32	12.98	10.39	10.95	11.81	12.74	10.19

En el gráfico 12 se notó como los postes tienen un patrón atencional muy similar al de los aleros, pues también fallan en la mayoría de las subescalas. En la escala BET ($t = 60.7$) y en la escala OET ($t = 43.95$) lo que significa que tienen mala capacidad para atender a los estímulos externos y además se sienten sobrecargados por los estímulos externos. Se encuentra la misma situación en la escala BIT ($t = 59.87$) y en la OIT ($t = 40.51$), es decir que, no tienen buena capacidad para atender a los estímulos internos y además se sienten sobrecargados por ellos. Además, la escala NAR ($t = 58.47$) indicó una mala capacidad para estrechar la atención.

A pesar de estas deficiencias según la operacionalización de Servera y Escudero (1994) el estilo atencional de los postes se consideró como efectivo.

La variabilidad de los aleros es alta. Así la escala OET presenta la desviación estándar más alta con 12.74, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.38, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 41% con respecto al promedio, por lo cual, se puede afirmar que existe heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Por otro lado, la desviación estándar promedio del grupo es de 9.11, con un coeficiente de variación de 0.209, es decir que la desviación representa un 20.9% con respecto al promedio.

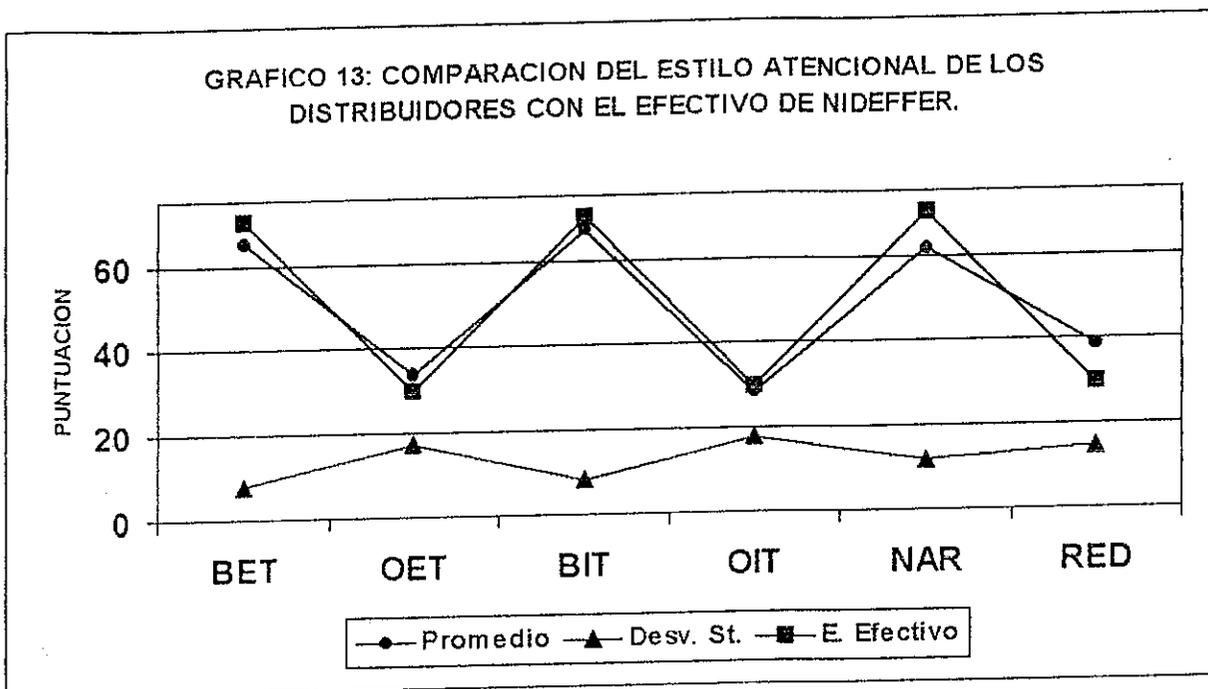
3.3 Puntuaciones "t" de los distribuidores.

En la tabla 17, se observó el promedio y la desviación estándar de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS por parte de los distribuidores.

Tabla 17: Promedio y Desviación estándar en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	Prom.
Promedio	65.33	34	67	28.66	62	38.66	49.27
Desv. St.	7.6	17.06	8.26	17.6	11.73	14.75	15.5

En la tabla 17 se percibió como el estilo atencional de los distribuidores concuerda con el de Nideffer (gráfico 13).



En el gráfico 13 se advirtió como los distribuidores tienen un estilo atencional muy similar al efectivo propuesto por Nideffer. Lo cual significa que tienen buena capacidad atencional en todas las escalas.

La variabilidad de los distribuidores es alta. Así la escala OET presenta la desviación estándar más alta con 17.6, lo cual implica un coeficiente de variación de 0.51, es decir que la desviación estándar en esta subescala representa un 51% con respecto al promedio, por lo cual se puede afirmar que existe heterogeneidad en cuanto a la capacidad atencional en esta escala. Además, la desviación estándar promedio del grupo es de 9.11, con un

coeficiente de variación de 0.314, es decir que la desviación representa un 31.4% con respecto al promedio.

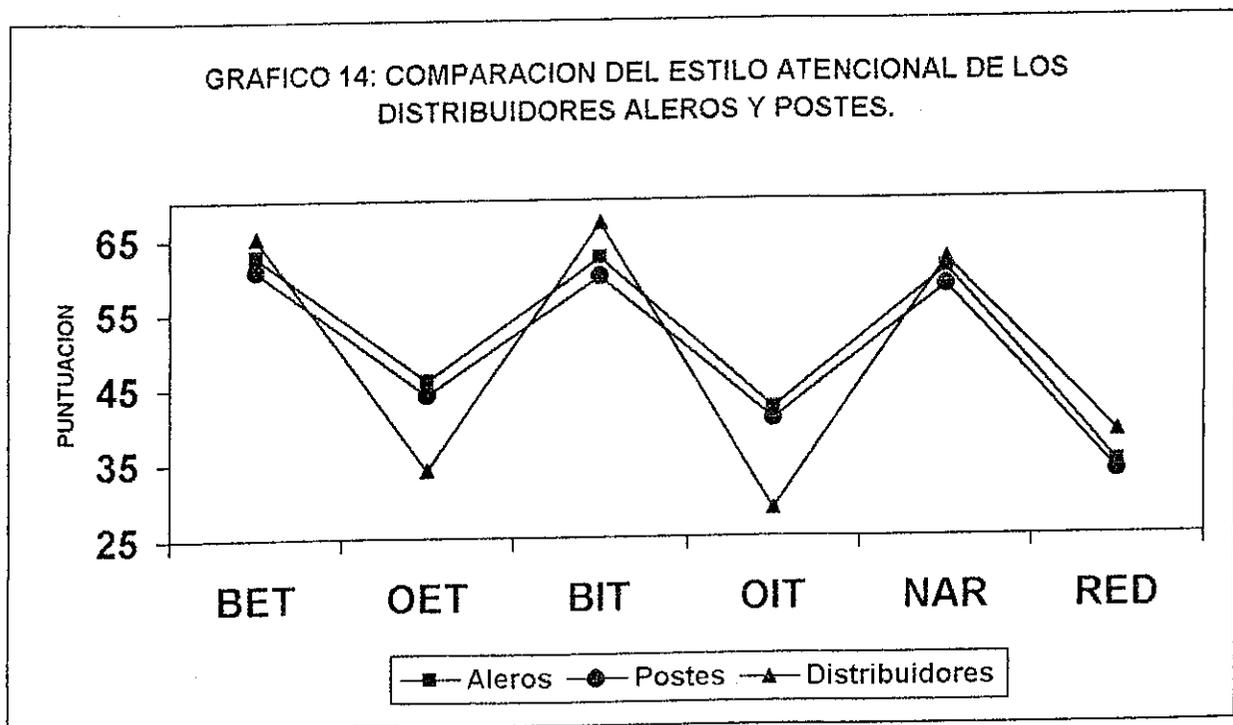
3.4 Comparación de los promedios de los postes, aleros y distribuidores.

En la tabla 18, se pudo observar el promedio de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS por parte de los distribuidores, aleros y postes.

Tabla 18: Promedio en las diversas subescalas.

		BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED
ALEROS	X	62.70	45.83	62.5	42.08	60.87	34.58
POSTES	X	60.78	43.95	59.87	40.51	58.47	33.48
DISTRIB.	X	65.33	34	67	28.66	62	38.66

En la tabla 18 se vió claramente como los distribuidores son los únicos que concuerdan con el estilo atencional de Nideffer (gráfico 14).



En el gráfico 14 se apreció como en la escala BET, los que mejor puntuación tienen son los distribuidores ($t = 65.33$), seguido de los aleros ($t = 62.70$), y por último los postes ($t = 60.78$), lo cual significa que los distribuidores tienen mejor capacidad para atender a los estímulos externos. Por otro lado, en la escala OET se observa que son los distribuidores los que tienen menor puntuación ($t = 34$), seguido de los postes ($t = 43.95$) y de los aleros ($t = 45.93$), por lo cual son los distribuidores los que se sienten menos sobrecargados por los estímulos del medio ambiente. En cuanto a la escala BIT, también son los distribuidores los que más se acercan al estilo atencional de Nideffer ($t = 67$), seguidos de los aleros ($t = 62.6$) y de los postes ($t = 59.87$), es decir que, son los distribuidores los que tienen mayor capacidad para atender a los estímulos internos. La escala OIT nos muestra también que los distribuidores se muestran más efectivos ($t = 28.66$), seguido de los postes ($t = 40.51$) y de los aleros ($t = 42.08$), significando que los distribuidores son los jugadores que se sienten menos sobrecargados por los estímulos internos. En la escala NAR existen muy pocas diferencias entre los aleros, postes y distribuidores ($t = 60.8, 58.47, 62$ respectivamente), aunque siguen siendo los distribuidores los que más se acercan al estilo efectivo. Por último, en la escala RED son los postes los que se acercan más a un estilo atencional efectivo ($t = 33.48$), seguido de los aleros ($t = 34.5$) y de los distribuidores ($t = 38.6$), es decir que, son los postes los que tienen un foco atencional menos reducido. Sin embargo estas diferencias no son significativas a nivel estadístico (véase anexo 2).

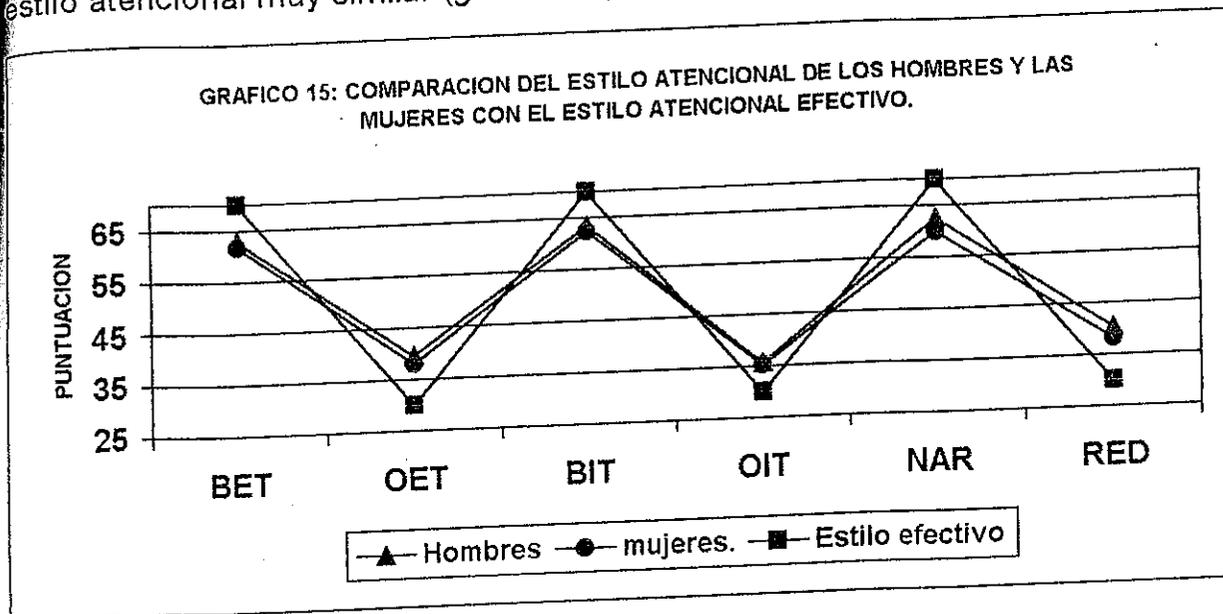
4. Comparación de los promedios según el género.

En la tabla 19, se contempla el promedio de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS según el género masculino y femenino.

Tabla 19: Promedio en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	PROMED.
Hombres	62.8	39.6	63.5	35.6	62.6	40.37	50.75
Mujeres	61.7	37.9	62.4	35.2	60.1	38.181	49.26

En la tabla 19 se vió claramente como los hombres y las mujeres tienen un estilo atencional muy similar (gráfico 15).



En el gráfico 15 se notó como el estilo atencional de los hombres y las mujeres es muy similar, existiendo diferencias mínimas en las escalas NAR ($t = 62.1$ y 60.1 respectivamente) y en la escala RED ($t = 40.3$ y 38.1 respectivamente). Aunque, estas diferencias no son significativas (anexo 2). Comparando el estilo atencional de los hombres y las mujeres con respecto al efectivo de Nideffer se pudo observar que existen ciertas diferencias en todas las subescalas atencionales.

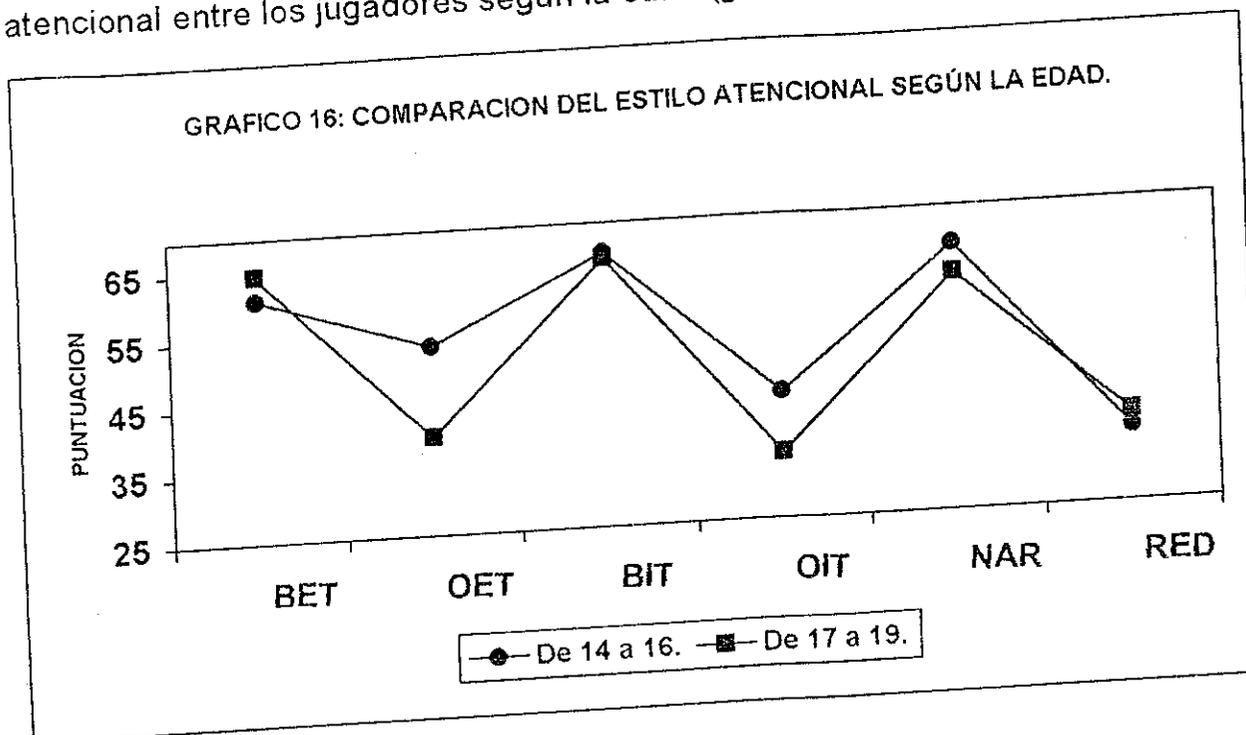
5. Comparación de los promedios según la edad.

En la tabla 20, se pudo observar el promedio de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS según el género.

Tabla 20: Promedio en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	PROMEDI O
De 14 a 16.	60.9	53.1	65.6	43.8	64.4	35.94	53.96
De 17 a 19.	64.5	39.6	64.8	34.7	60.2	38.27	50.34

En la tabla 20 se vió claramente como existen diferencias en estilo atencional entre los jugadores según la edad (gráfico 16).



En el gráfico 16 se vislumbró como el estilo atencional de los jugadores más jóvenes presenta más déficit atencional en la escala BET que los jugadores más mayores ($t = 60.9$ y $t = 64.5$ respectivamente), es decir, los atletas de 17 a 19 años tienen mayor capacidad para atender a los estímulos externos. Por otro lado, los atletas de 14 a 16 años presentan puntuaciones más altas en las escalas OET ($t = 53.1$ y 39.6 respectivamente) y en la escala OIT ($t = 43.8$ y 34.7), por lo cual los atletas más jóvenes se sienten más sobrecargados por la información externa e interna. Los atletas de 14 a 16 años son los que tienen mayor capacidad para estrechar la atención, pues puntúan más alto en la escala NAR ($t = 64.4$ y 60.2). Sin embargo estas diferencias no fueron estadísticamente significativas (anexo 2).

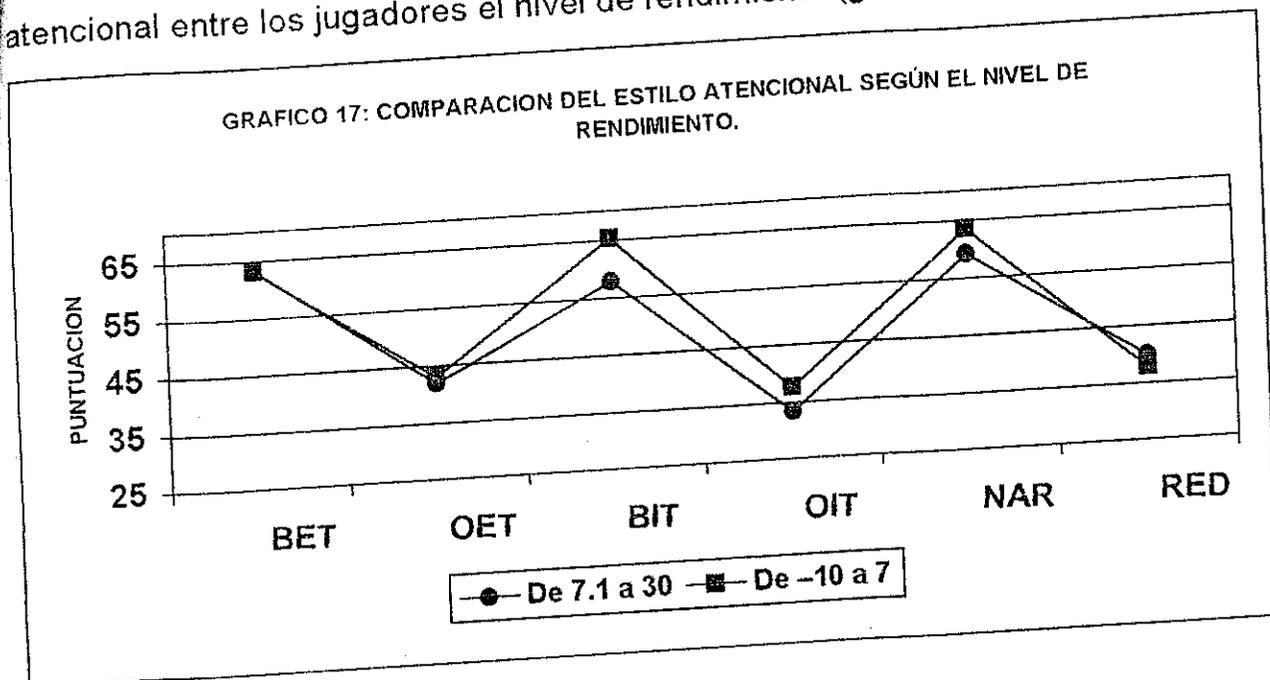
6. Comparación de los promedios según el rendimiento.

En la tabla 21, se pudo observar el promedio de las puntuaciones en las diversas subescalas atencionales del TAIS según el rendimiento.

Tabla 21: Promedio en las diversas subescalas.

	BET	OET	BIT	OIT	NAR	RED	PROMED.
De 7.1 a 30	63.3	42	58	33.3	59.3	40	49.333
De -10 a 7	63.2	43.1	65.4	37.7	63.6	37.917	51.826

En la tabla 21 se pudo observar como existen ciertas diferencias en el estilo atencional entre los jugadores el nivel de rendimiento (gráfico 17).



En el gráfico 17 se percibió como el estilo atencional de los jugadores de menor rendimiento tienen mayor capacidad para atender a los estímulos internos que los de mayor rendimiento ($t = 65.4$ y 58 respectivamente), sin embargo, se presentan con mayor sobrecarga por los estímulos externos, pues tienen una puntuación más alta en la escala OIT ($t = 37.7$ y 33.3 respectivamente). Por otro lado, los jugadores con un estilo atencional positivo tuvieron un promedio de rendimiento de 5.52 mientras que los atletas con un estilo atencional negativo tuvieron un promedio de 1.42 , sin embargo estas diferencias no fueron significativas a nivel estadístico ($F = 1.61$, $p = 0.21$).

7. Distribución de frecuencia acumulada en las diversas subescalas atencionales.

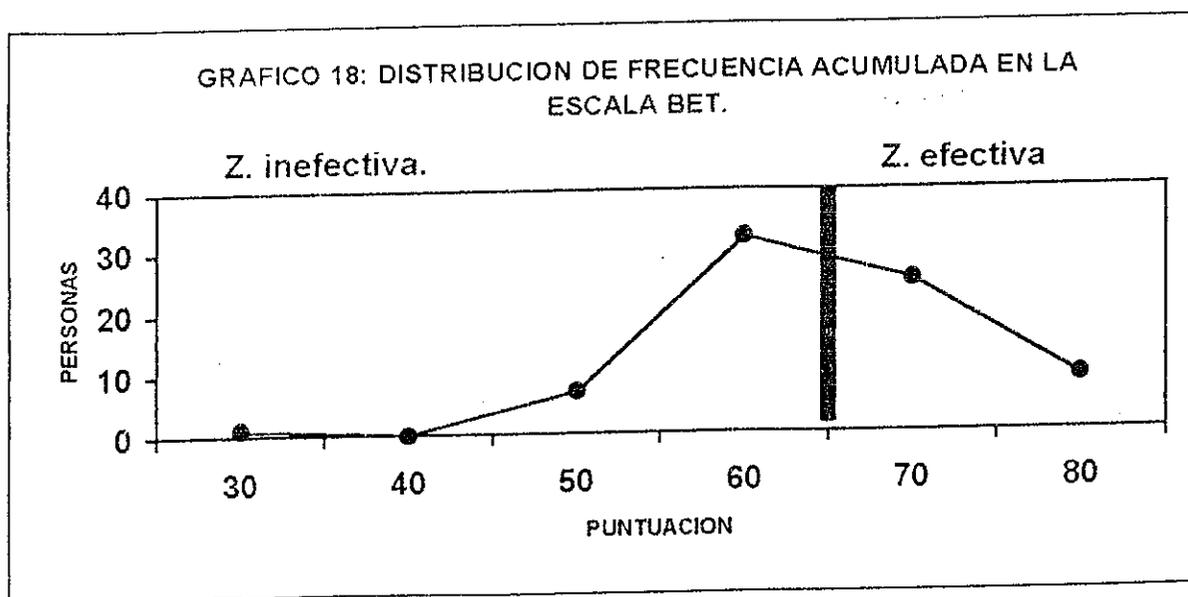
7.1 Distribución de frecuencia en la escala BET.

En la tabla 22, contémpese el número de personas que puntuaron en los distintos rangos seleccionados en la escala BET.

Tabla 22: Distribución de frecuencia de la escala BET.

RANGO	Nº DE PERSONAS
25 - 34.9	1
35 - 44.9	0
45 - 54.9	7
55 - 64.9	32
65 - 74.9	25
75 - 84.9	9

En la tabla 22 se apreció como únicamente 34 personas entran dentro del rango considerado como efectivo por Nideffer (gráfico 18).



En el gráfico 18 se observó como únicamente 34 personas caen en el área considerada como efectiva por Nideffer en la escala BET, lo cual representa sólo un 46% de la población, mientras que el restante 54% se sitúa dentro de la zona inefectiva. Es decir que, el 46% de la población tiene buena capacidad para atender a los estímulos externos, mientras que, el 54% restante tiene una mala capacidad en esta habilidad.

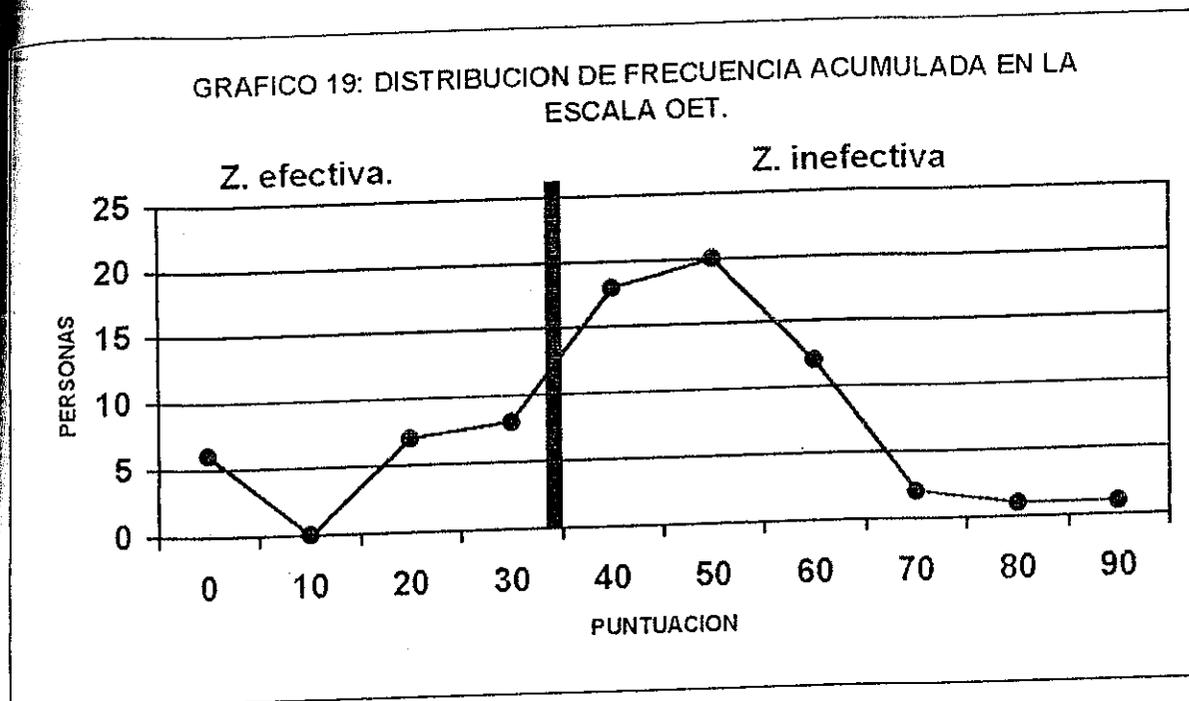
7.2 Distribución de frecuencia en la escala OET.

En la tabla 23, se pudo observar el número de personas que puntuaron en los distintos rangos seleccionados en la escala OET.

Tabla 23: Distribución de frecuencia de la escala OET.

RANGO	Nº DE PERSONAS
-5 -- 4.9	6
5 -- 14.9	0
15 -- 24.9	7
25 -- 34.9	8
35 -- 44.9	18
45 -- 54.9	20
55 -- 64.9	12
65 -- 74.9	2
75 -- 84.9	1
85 -- 94.9	1

En la tabla 23 se contempló como únicamente 21 personas entran dentro del rango considerado como efectivo por Nideffer (gráfico 19).



En el gráfico 19 se vio como únicamente 21 personas caen en el área considerada como efectiva por Nideffer en la escala OET, lo cual representa sólo un 28% de la población, mientras que el restante 62% se sitúa dentro de la zona inefectiva. Es decir que, el 28% de la población no se siente sobrecargada por los estímulos externos externo, mientras que, el 62% restante tiende a sobrecargarse por la información sensorial externa.

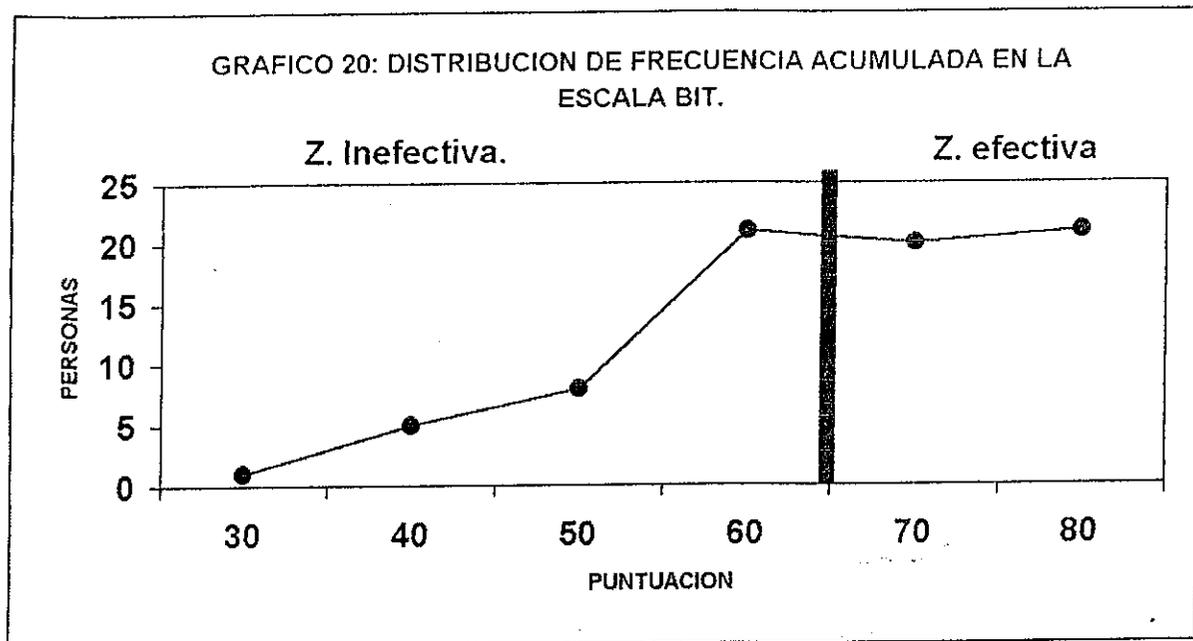
7.3 Distribución de frecuencia en la escala BIT.

En la tabla 24, se revisó el número de personas que puntuaron en los distintos rangos seleccionados en la escala BIT.

Tabla 24: Distribución de frecuencia de la escala BIT.

RANGO	Nº DE PERSONAS
25-34.9	1
35-44.9	5
45-54.9	8
55-64.9	20
65-74.9	20
75-84.9	21

En la tabla 24 se apreció como únicamente 41 personas entran dentro del rango considerado como efectivo por Nideffer (gráfico 20).



En el gráfico 20 se percibió como 41 personas caen en el área considerada como efectiva por Nideffer en la escala BIT, lo cual representa un 54% de la población, mientras que el restante 46% se sitúa dentro de la zona inefectiva. Es decir que, el 46% de la población no tiene buena capacidad para atender a los estímulos internos, mientras que, el 54% restante tiene buena capacidad en esta subescala.

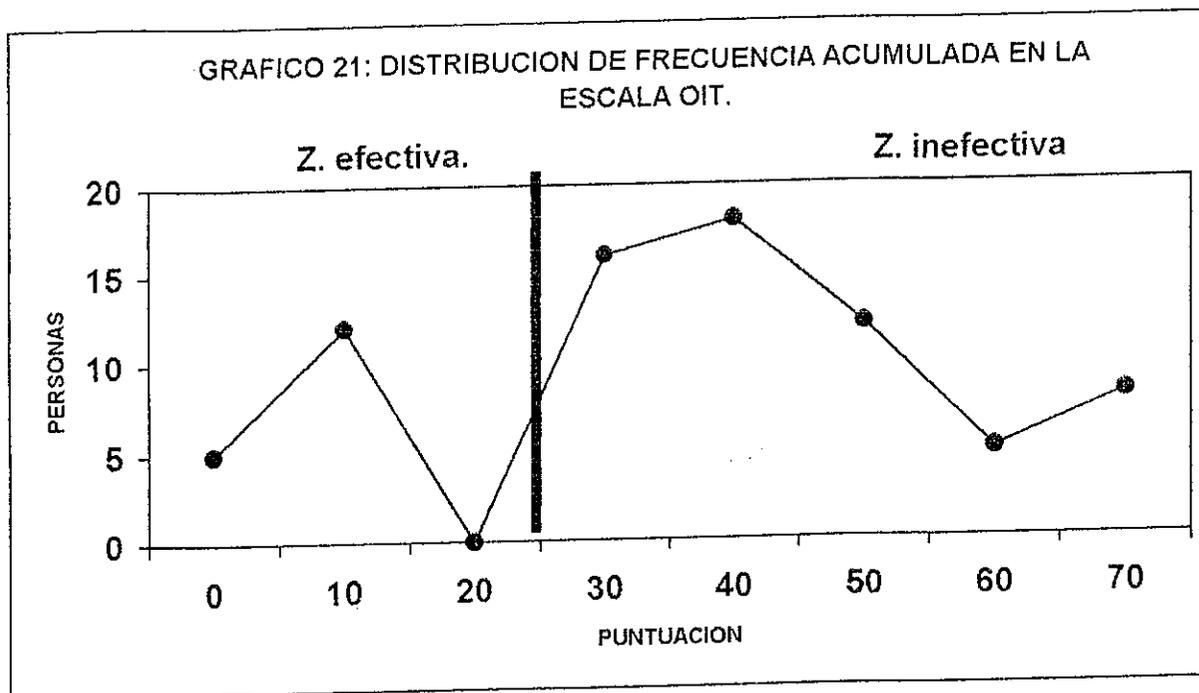
7.4 Distribución de frecuencia en la escala OIT.

En la tabla 25, se apreció el número de personas que puntuaron en los distintos rangos seleccionados en la escala OIT.

Tabla 25: Distribución de frecuencia de la escala OIT.

RANGO	Nº DE PERSONAS
-5-4.9	5
5-14.9	12
15-24.9	0
25-34.9	16
35-44.9	17
45-54.9	12
55-64.9	5
65-74.9	8

En la tabla 25 se pudo observar como únicamente 33 personas entran dentro del rango considerado como efectivo por Nideffer (gráfico 21).



En el gráfico 21 se notó como 33 personas caen en el área considerada como efectiva por Nideffer en la escala BIT, lo cual representa un 44% de la población, mientras que el restante 56% se sitúa dentro de la zona inefectiva.

Es decir que, el 44% de la población se siente sobrecargada por los estímulos internos, mientras que el 56% restante tiene buena capacidad en esta subescala.

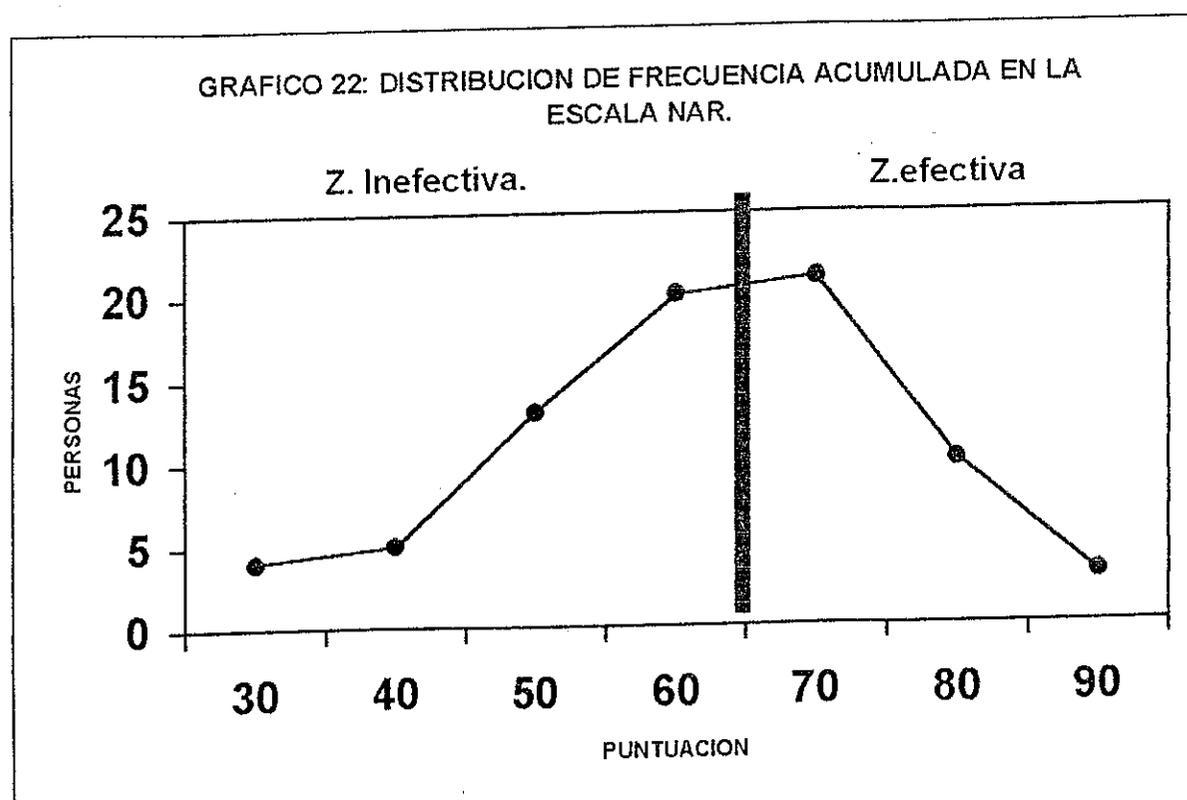
7.5 Distribución de frecuencia en la escala NAR.

En la tabla 26, se observó el número de personas que puntuaron en los distintos rangos seleccionados en la escala NAR.

Tabla 26: Distribución de frecuencia de la escala NAR.

RANGO	Nº DE PERSONAS
25-34.9	4
35-44.9	5
45-54.9	13
55-64.9	19
65-74.9	21
75-84.9	10
85-94.9	3

En la tabla 26 se contempló como únicamente 34 personas entran dentro del rango considerado como efectivo por Nideffer (gráfico 22).



En el gráfico 22 se apreció como 34 personas caen en el área considerada como efectiva por Nideffer en la escala NAR, lo cual representa un 46% de la población, mientras que el restante 54% se sitúa dentro de la zona inefectiva. Es decir que, el 54% de la población no tiene buena capacidad para estrechar la atención, mientras que el 46% restante tiene buena capacidad en esta subescala.

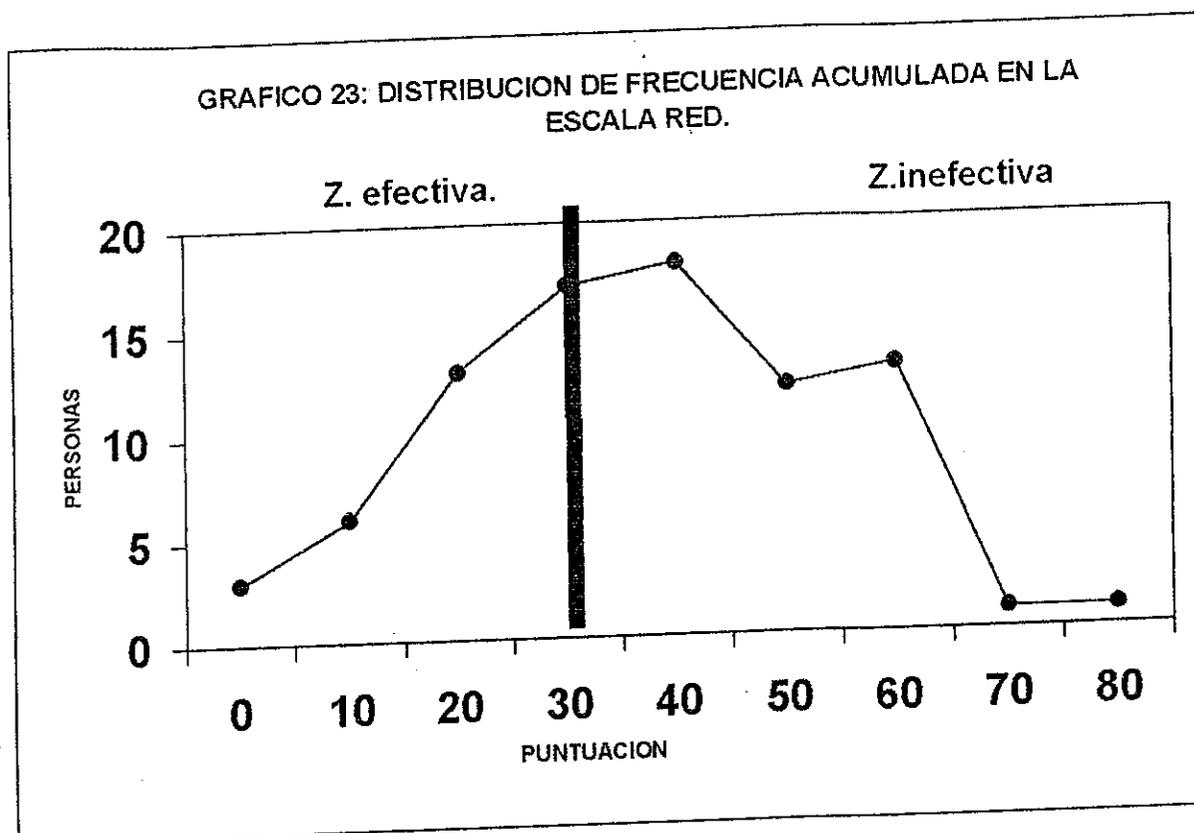
7.6 Distribución de frecuencia en la escala RED.

En la tabla 27, se puede observar el número de personas que puntuaron en los distintos rangos seleccionados en la escala RED.

Tabla 27: Distribución de frecuencia de la escala RED.

RANGO	Nº DE PERSONAS
-5-4.9	3
5-14.9	6
15-24.9	5
25-34.9	17
35-44.9	18
45-54.9	12
55-64.9	13
65-74.9	1
75-84.9	1

En la tabla 27 se pudo observar como únicamente 31 personas entran dentro del rango considerado como efectivo por Nideffer (gráfico 23).



En el gráfico 23 se pudo observar como 31 personas caen en el área considerada como efectiva por Nideffer en la escala RED, lo cual representa un 41% de la población, mientras que el restante 59% se sitúa dentro de la zona efectiva. Es decir que, el 59% de la población tiene un foco atencional demasiado reducido, mientras que el 41% restante tiene buena capacidad en esta subescala.

8. Análisis de correlación de las subescalas atencionales del TAIS con el rendimiento deportivo.

En la tabla 28 se contemplaron las correlaciones entre las subescalas atencionales y el rendimiento deportivo y los fundamentos del baloncesto.

Tabla 28: Matriz de correlación de las diversas variables medidas.

	rebotes	errores	Robos	Asist.	Rendim.	%tc	%tl
Bet	.13	-.05	.12	.21	-.00	-.12	.05
Oet	.11	-.35	.10	-.04	-.82	.04	.11
Bit	-.01	-.21	-.21	-.01	-.04	.06	.09
Oit	-.11	-.22	.05	-.07	.10	-.02	-.13
Nar	-.34	-.03	-.09	-.00	.02	-.17	-.16
Red	-.71	.00	.01	.05	-.04	-.09	-.22

En la matriz de correlación se pudo distinguir que el rendimiento correlaciona en forma inversa y alta con la subescala de sobrecarga atencional por estímulos externos (OET) ($r = -.82$). Por otro lado, la subescala de reducción excesiva del estilo atencional (RED) correlaciona alta y negativamente con la capacidad de obtener rebotes ($r = -.71$). Sin embargo, ninguna de las subescalas del TAIS correlacionó en forma significativa con las variables medidas del rendimiento deportivo, ni con éste mismo

DISCUSION.

El propósito fundamental del estudio fue analizar el estilo atencional de jugadores de baloncesto, y además establecer relaciones entre el estilo atencional, género, edad y posición de juego.

Los resultados encontrados mostraron, que el estilo atencional de los jugadores y equipos de los juegos nacionales tienen predominancia de un estilo atencional estrecho, tanto a nivel interno como externo. En este contexto, Nideffer (1992) argumentó que la amplitud atencional estrecha y la dirección atencional interna se relaciona con altos niveles de ansiedad o excitación, los cuales provocan a su vez alteraciones inadecuadas en el estado normal de conciencia que desemboca en un mal rendimiento, debido a la incapacidad para percibir los estímulos más relevantes en la tarea que se está ejecutando.

Los resultados en esta dirección concuerdan con los obtenidos por la investigación realizada por Servera y Escudero (1994), los cuales utilizaron una muestra con características semejantes a la del presente estudio. En ambas investigaciones el porcentaje de estilos atencionales negativos fue alto (28.1% y 31.75% respectivamente), además en ambos estudios se encontró una predominancia del estilo atencional con amplitud estrecha. Sin embargo, la gran diferencia entre los dos estudios radicó en que en el presente estudio los sujetos tienen una dirección atencional más interna (53.1% y 12.5% respectivamente) (gráfico 24). Por otro lado, con respecto al promedio obtenido en las diversas subescalas atencionales, se encontró que los sujetos participantes de la presente investigación tienen un estilo atencional que reflejó más el concepto efectivo de atención de Nideffer (1976), ya que presentan menor sobrecarga interna y externa, además de que tienen mayor capacidad para atender a los estímulos externos e internos.

También, se encontró que son los distribuidores los que se ajustan más al concepto de estilo atencional efectivo de Nideffer (1976), ya que tienen mayor puntuación en la escala BET ($t= 65.33$) que los aleros ($t= 62.70$) y que los postes ($t= 60.78$). También en la escala OIT los distribuidores presentan una

puntuación más baja ($t= 28.66$) comparado con los aleros ($t= 42.8$) y con los postes ($t= 40.51$). Además, al operacionalizar los resultados de las puntuaciones "t" de las subescalas del TAIS se muestra que son los distribuidores los que tienen menor porcentaje de estilos negativos, seguido de los aleros y de los postes (20%, 28.1% y 32% respectivamente). También, son los distribuidores los que presentan un estilo atencional más amplio, seguido de los aleros y de los postes (20%, 12.5% y 12% respectivamente). Esto es explicable por la versatilidad que implica el rol de distribuidor en un equipo de baloncesto.

En consonancia con esto, Maynard y Howe (1989) concluyeron que los jugadores de fútbol americano difieren en cuanto al estilo atencional en relación con la posición de juego ($F= 1.78$, $p<0.03^*$), siendo los mediocampistas los que tienen un estilo atencional más amplio y externo, además de menor sobrecarga por la información interna, es decir que, puntúan más alto en la subescala BET y más bajo en la OIT. En este mismo sentido, Harris y Harris (1987) afirman que ciertas posiciones en determinadas disciplinas deportivas requieren de una forma distinta de enfocar la atención. Asimismo, Nideffer (1999) encontró que los atletas de deportes colectivos puntúan más alto en la subescala atencional BET, es decir, tienen un estilo atencional amplio externo y además poseen gran flexibilidad atencional, mientras que los atletas de deportes individuales puntúan más alto en la escala NAR, o sea, tienen mayor capacidad para estrechar la atención.

Al analizar y comparar el estilo atencional según la edad, se encontró que los sujetos, entre los 17 y 19 años, tienen mayor puntuación en la escala BET que los menores ($t = 64.5$ y 60.9 respectivamente), es decir, los sujetos de mayor edad tienen mayor capacidad para atender a los estímulos externos. También presentan menor sobrecarga por los estímulos internos y externos, es decir, puntúan menos en la escala OET ($t = 39.6$ y 53.1 respectivamente) y en la subescala OIT ($t = 34.7$, 43.8 respectivamente). Mientras los jóvenes tienen mayor capacidad para estrechar la atención ($t = 64.4$ y 60.2 respectivamente).

En este sentido, Nideffer (1999) hipotetizó que a medida que se adquiere experiencia, se incrementa la habilidad para reaccionar rápidamente ante estímulos externos, para planear, analizar y enfocar la atención, es decir, se aumentan las puntuaciones en la escala BET, BIT y NAR, mientras que decrece la sobrecarga externa e interna y se mejora la capacidad para ampliar la atención, o sea, se disminuyen las puntuaciones en las subescalas OET, OIT y RED. También Cei (1992) reportó que los atletas adultos (> 20 años) tienen mayor capacidad para guiar la atención con un foco interno amplio (BIT) y para enfocar la atención a muchos estímulos externos (BET), en comparación con los atletas más jóvenes (13 a 20 años). Asimismo, Maynard y Howe (1989) encontraron que un grupo de personas de más de 23 años, puntuó significativamente más alto en la escala NAR que grupos más jóvenes (a.- >19 años, b.- de 19 a 22 años), también encontró diferencias no significativas en las escalas BET, OIT y RED. En contraste con los reportes anteriormente citados, Nideffer (1999) encontró que las personas situadas en un rango de edad de 41 a 46 años, tienden a disminuir la capacidad de atención a los estímulos.

En cuanto al género y el estilo atencional no se encontraron diferencias significativas entre los hombres y las mujeres con respecto al estilo atencional. Estos resultados contrastan con los encontrados por Nideffer (1999), según el cual los hombres puntúan un 10% más alto en la escala BIT, es decir, los hombres tienen una mayor capacidad para atender a los estímulos internos, siendo esta diferencia significativa y consistente con lo reportado en la literatura. Asimismo Nideffer (1999), encontró que los hombres en promedio anotaban un 3.3% más alto en las BET y NAR, sin embargo, estas diferencias no fueron significativas. Además, encontró que estas diferencias tienden a desaparecer cuando la edad y el nivel de los individuos se incrementa. En este mismo contexto, Cei (1992) encontró, que las mujeres tienden a puntuar más alto que los hombres en la subescala OET y OIT, es decir, tienen mayor sobrecarga por la información interna y externa, y tienen menor puntuación en la escala NAR, o sea, tienen menor capacidad para estrechar la atención.

En cuanto las debilidades atencionales de los participantes, se encontró que en todas las subescalas atencionales un gran porcentaje de la población se sitúa por debajo del área considerada como efectiva por Nideffer (1976) (BET = 55%, OET = 62%, BIT = 46%, OIT = 56%, NAR = 44%, RED = 58%). Asimismo, Cei (1993) realizó un estudio con jugadores de élite en fútbol, en el cual relacionó el rendimiento y el estilo atencional, encontrando que los deportistas tenían *déficits atencionales* en las diversas subescalas del TAIS, que a su vez se relacionan con aspectos del rendimiento de juego. Para poder analizar estas relaciones Cei taxonomizó a los jugadores según el desorden atencional en tres categorías:

- Jugador tipo A: Este se percibe a sí mismo con una focalización atencional demasiado reducida y poco flexible, con una puntuación alta en la escala RED. Este jugador puede hallarse en dificultades a la hora de tomar decisiones y reaccionar rápidamente, además no puede ensanchar su foco de atención en la medida en que las acciones lo requieren, al igual que jugador el tipo B, y por consiguiente puede cometer errores al intentar anticiparse a la acción de sus oponentes. En el presente estudio se encontró que el 58% de la población se situó por debajo de la zona considerada como efectiva en la escala RED, por lo cual podríamos suponer que el grupo analizado se encontrará en problemas al intentar anticiparse a las acciones de sus oponentes y tendrá problemas en el momento de tomar decisiones y reaccionar rápidamente.
- Jugador tipo B: Este jugador tiende a ser desbordado por los estímulos internos, y tiene un foco atencional muy restringido. Desde el análisis cuantitativo del rendimiento pueden emerger algunos problemas, tanto en la fase de intercepción como en la de anticipación a su oponente por medio de reacciones rápidas, ya que la tendencia a distraerse por los estímulos internos y externos pueden llegar a causar una restricción excesiva del foco atencional a unos pocos y bien conocidos elementos. En este estudio se encontró el que 56% de los jugadores estudiados se sitúa por debajo de la zona efectiva en la

escala BIT y el 44% en la escala NAR, por lo cual estas personas pueden presentar los problemas anteriormente mencionados.

- Jugador tipo C: Se siente sobrecargado por los estímulos externos, por lo cual es capaz de jugar en espacios reducidos, con pases cortos, enfrentamientos uno contra uno y tiros a marco, pero puede cometer errores en la acciones de táctica de equipo. En la presente investigación el 55% de la muestra se sitúa por debajo de la zona efectiva en la escala BET, por lo cual este porcentaje de baloncestistas podría tener problemas en cuanto a la realización de acciones tácticas de equipo.

El análisis de la relación entre puntuaciones de las diversas subescalas atencionales, el rendimiento deportivo y los diversos fundamentos de juego del baloncesto no mostró ningunas relaciones significativas con el rendimiento deportivo ni con los fundamentos específicos del baloncesto. Por otro lado, pocas investigaciones han tenido éxito en encontrar relaciones entre estilo atencional y el rendimiento deportivo. Así Servera y Escudero (1994) no encontraron ninguna relación entre estas dos variables, mientras que Jackson (1981) encontró que únicamente la subescala atencional OET correlaciona inversa y significativamente con el rendimiento en el deporte del buceo. Además, Wilson y Kerr (1991) encontraron una relación directamente proporcional entre la capacidad para estrechar la atención (NAR) y la efectividad del lanzamiento en baloncesto. En el trabajo de Jackson (1981) el alto nivel de rendimiento se relaciona significativamente con una menor sobrecarga externa (OET), lo cual se puede observar también en este estudio, sin embargo esta relación no es significativa ($r = -.82$).

CONCLUSIONES

Con base en los objetivos establecidos y de acuerdo a los resultados obtenidos se llegaron a las siguientes conclusiones:

1. Según la operacionalización realizada por Servera y Escudero (1994) el 28.1% de la población tiene un estilo atencional negativo y el 53.3% de la población tiene un estilo atencional estrecho interno, lo cual es relacionado por Nideffer con alteraciones inadecuadas en el estado normal de conciencia, estados altos de desconfianza y ansiedad y por tanto con un mal rendimiento.
2. Los distribuidores, son los que tienen menor porcentaje de estilos atencionales negativos (20%), en comparación con los aleros (28.1%) y los postes (32%). Además son los que presentan un estilo atencional más amplio y externo con un 20%, seguido de los aleros con 12.5% y de los postes con 12%. Además, los distribuidores presentan un estilo atencional más efectivo según el concepto de Nideffer, ya que son los que tienen mayor capacidad para atender a los estímulos externos (BET: Distribuidores = 65.3, aleros = 62.7 y postes = 60.7) e internos (BIT: D.= 67, A.= 67 y P.= 62.5) y también presentan menos sobrecarga por los estímulos internos (OIT: D.= 28.66, A.= 42.08 y P.=40.51) y externos (OET: D.= 34, A.= 45.83 y P.= 43.95).
3. No existen diferencias importantes en cuanto al estilo atencional según el género.
4. El grupo de 17 a 19 años en comparación con el grupo de 14 a 16 años es el que refleja mejor el concepto atencional de Nideffer, pues presenta más capacidad para atender a los estímulos externos ($t = 64.5$ y 60.9 respectivamente), también presenta menor sobrecarga externa ($t = 39.6$ y 53.1 respectivamente) e interna ($t = 34.7$ y 43.8 respectivamente).

5. Existen deficiencias en las diversas subescalas atencionales, de esta manera, se puede observar lo siguiente:
- 5.1 El 55% de la población se sitúa por debajo de la zona considerada como efectiva por Nideffer en la escala BET, es decir, no tienen buena capacidad para atender a los estímulos externos.
- 5.2 El 62% de la población se sitúa por debajo de la zona considerada como efectiva por Nideffer en la escala OET, o sea, se sienten sobrecargados o distraídos por la información externa.
- 5.3 El 46% de la muestra se coloca por debajo de la zona considerada efectiva por Nideffer en la escala BIT, es decir, tienen mala capacidad para atender a los estímulos internos.
- 5.4 El 56% de la población se sitúa por debajo de la zona considerada como efectiva por Nideffer en la escala OIT, lo cual significa que se sienten sobrecargados por la información interna.
- 5.5 El 44% de la población se coloca por debajo del área considerada como efectiva por Nideffer en la escala NAR, es decir, tienen mala capacidad para estrechar el foco de atención ante estímulos relevantes.
- 5.6 El 58% de la muestra tiene una puntuación por debajo de la considerada efectiva por Nideffer en la escala RED, lo cual quiere decir que los deportistas tienen un enfoque atencional demasiado reducido.
6. El grupo que tiene un estilo atencional positivo presenta un promedio de rendimiento mayor que el grupo con estilo atencional negativo ($X=5.52$ y 1.42 respectivamente). Sin embargo, no se encontró relaciones estadísticamente significativas entre el rendimiento total (y las diversas acciones de juego) y las subescalas atencionales.
7. A pesar de que se encontró diferencias en el estilo atencional con respecto a la edad y la posición de juego, estas no fueron significativas a nivel estadístico.

RECOMENDACIONES

Para la realización de futuras investigaciones en el campo de la atención en el ámbito deportivo se sugieren las siguientes recomendaciones:

- Realizar el estudio con sujetos de un nivel deportivo significativamente superior, de manera que se pueda observar una mayor correlación entre el estilo atencional y el rendimiento deportivo.
- Realizar una adaptación del TAIS al ámbito deportivo, de modo que, mida características de estado y no de rasgo, o ambas y aplicar un diseño de investigación que contenga un test-retest de manera que se pueda evaluar la objetividad y confiabilidad de la prueba.
- Practicar el entrenamiento atencional adaptado a las posiciones de juego, con el fin de observar si una mejora en las características atencionales conlleva un incremento en el rendimiento de los sujetos.
- Incluir en el diseño otras pruebas que midan las características atencionales, con el fin de realizar una comparación con las subescalas atencionales del TAIS y así determinar la validez de éste.
- Realizar una investigación experimental, en la cual se manipule la variable independiente (atención) y se observe el efecto en la variable dependiente (rendimiento).

BIBLIOGRAFIA

1. Alonso y Fernández (1991). Manual de técnicas de estudio. Editorial Everest. La Coruña. España.
2. Bergandy, T. Schryock, M. y Titus, T. (1990). The basketball concentration survey: preliminary development and validation. Sport Psychology. 2, pp.119-129.
3. Cej, A. Rossi, B. y Guadagni, S. (1992). Validación del TAIS; datos preliminares sobre una muestra de atletas italianos. Instituto Andaluz del Deporte. Andalucía, España.
4. Comas, M. (1991) Baloncesto más que un juego. Editorial Gymnos, Madrid, España.
5. Harris, D. y Harris, B. (1987). Psicología del deporte. Editorial Hispano Europea, Barcelona, España.
6. Ludwig, A.(1969). Altered states of consciousness. Editorial, Inc. C. Tart. New, York. E.E.U.U.
7. Manso, J. Valdivieso, M. y Caballero, J. (1998). La velocidad. Editorial Gymnos, Madrid, España.
8. Maynard, I. y Howe, L.. (1989). Attentional styles in rugby players. Perceptual and motor skills. 69, pp. 283-289.
9. Mikes, J. (1987). Basketball fundamental's. Leisure Press. Illinois, E.E.U.U.
10. Nideffer, R. (1976). The test of attentional and interpersonal style. Journal of personality and social psychology. (34), p. 394-404. Nideffer, R. (1985). Athlete's guide to mental training. Leisure press. Illinois E.E.U.U.
11. Nideffer, R. (1985). Athlete's guide to mental training. Leisure press, Illinois, E.E.U.U.
12. Nideffer, R. (1990). Psyched to win. Leisure Press, Illinois, E.E.U.U.
13. Nideffer, R. y Bond, J. (1999). A cross cultural examination of the concentration skills of elite level Athletes. INTERNET :[Http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html](http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html).

14. Nideffer, R. (1999). TAIS test-retest reliability. INTERNET :[Http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html](http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html).
15. Nideffer, R. (1999). TAIS evaluation (cism) naval pentathlon contenders. INTERNET. [Http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html](http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html).
16. Nideffer, R. (1999). The role concentration skills and interpersonal characteristics. INTERNET: [Http://www.enhancedperformance.com/Nideffer/articles.html](http://www.enhancedperformance.com/Nideffer/articles.html).
17. Nideffer, R. (1999). Changes in the concentration skills and interpersonal characteristics of athletes at the Australian Institute for Sport. INTERNET :[Http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html](http://www.enhanced-performance.com/Nideffer/articles.html).
18. Orlick, Terry (1990). In pursuit of excellence. Leisure press. Illinois, E.E.U.U.
19. Servera, M. y Escudero, T. (1994). "La utilización del TAIS en el ámbito deportivo: una reflexión." Revista de psicología del deporte. Palma de Mallorca, España. 6, pp. 55-78.
20. Slogrove, C. Buys, F. y Foxcroft, C. (1989). "Anxiety and attentional style of women hockey players." Journal for research in sport, physical education and recreation. 2, pp. 49-56.
21. Summers, J. y Ford, S. (1999). The factorial validity of the TAIS attentional styles subscales. Journal of Sport and Exercise Psychology. 14, pp. 283-297. *set.*
22. Summers, J. Miller, K. y Ford, S. (1991). Attentional style and basketball performance. Journal of Sport and Exercise Psychology. 8, pp. 239-253.
23. Wilson, V. y Kerr, G. (1991). Attentional style and basketball shooting. Perceptual and Motor Skills. 73, pp. 1025-1026.

ANEXOS.

1) CUESTIONARIO PARA LA EVALUACION DE LAS DESTREZAS ATENCIONALES.

Nombre: _____ Edad _____ Sexo _____
 Equipo _____ Categoría _____
 Posición de juego _____

INSTRUCCIONES: Completa la escala siguiente realizando un círculo en el número que mejor describe tu respuesta a la pregunta.

Escala: 0= Nunca, 1= Raramente, 2= Algunas veces, 3= Frecuentemente, 4= Siempre.

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Soy bueno, cuidadoso y rápido analizando situaciones complejas relacionadas con el desarrollo de la competencia. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. En una sala o gimnasio con muchos niños, yo se exactamente lo que cada quien está haciendo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. Cuando la gente me habla, me distraen mucho los sonidos y estímulos del medio. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. Me siento confundido cuando veo actividades en las que suceden muchas cosas al mismo tiempo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. Todo lo que necesito es un poco de Información para desarrollar una gran cantidad de ideas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. Es fácil para mi aportar ideas en un gran número de áreas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. Cuando la gente me habla, me encuentro Sumido en mis propios pensamientos. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 8. Tengo tantas cosas en la cabeza que me siento Confundido y olvidadizo. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. Es fácil para mi mantener mis pensamientos, a pesar de cosas que interfieren. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. Es fácil para mi eliminar sonidos y señales que interfieren con mis pensamientos. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11. Tengo dificultades para borrar de mi mente alguna idea o pensamiento. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. En juegos (partidos o competencias) cometo errores porque veo lo que una persona está haciendo y me olvido de lo que hacen las otras. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

Anotaciones:

BET (sumar respuesta 1 y 2) _____ OIT (sumar respuesta 1 y 2) _____
OET (sumar respuesta 1 y 2) _____ NAR (sumar respuesta 1 y 2) _____
BIT (sumar respuesta 1 y 2) _____ RED (sumar respuesta 1 y 2) _____

2) ANALISIS DE VARIANZA DE LAS SUBESCALAS ATENCIONALES CON RESPECTO A LA POSICION DE JUEGO, EDAD Y GENERO.

2.A) Posición de juego y subescalas atencionales.

VARIABLES	F	SIGN. F
BET	1.01	0.33
OET	1.82	0.16
BIT	0.37	0.68
OIT	2.18	0.12
NAR	0.38	0.96
RED	0.54	0.58

2.B) Edad y subescalas atencionales.

VARIABLES	F	SIGN. F
BET	1.88	0.17
OET	2.14	0.14
BIT	0.25	0.61
OIT	1.30	0.25
NAR	1.76	0.19
RED	0.25	0.87

2.C) Género y subescalas atencionales.

VARIABLES	F	SIGN. F
BET	0.78	0.37
OET	0.08	0.77
BIT	0.37	0.54
OIT	0.07	0.79
NAR	0.10	0.92
RED	0.19	0.66

3) HOJA PARA LA EVALUACION DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Partido: _____

Equipo A: _____

Rebotes Of.	6-5-8-14-6-6-6-5-14....
Rebotes def.	6-14-7-9-12-14-15-13-15....
Robos	6-15-13-12-15-14....
Asistencias	15-14-42-9-8-7....
T. Campo	15-14-12-8-7-6-5-9-6-8-14-12.....
T. libre	15-12-13-4-5-8-9-7-6-5-4.....
T. tres	15-12-13-5-8-9-4-5-6-7-5-9.....

Rebotes Of.	6-6-6-5-14-5-8-14-6....
Rebotes def.	6-14-7-159-12-14—13-15....
Robos	13-12-156-14-8-7-615-14....
Asistencias	4215-14--9-8-7....
T. Campo	15--5-9-6-8-14-12.....
T. libre	15-12-8-9-7-6-9-4-5-4.....
T. tres	15-12-13-5--13-4-5-8--5-6-7-5-9.....

3) HOJA PARA LA EVALUACION DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Partido: _____ Equipo A: _____

Rebotes Of.	6-5-8-14-6-6-5-14....
Rebotes def.	6-14-7-9-12-14-15-13-15....
Robos	6-15-13-12-15-14....
Asistencias	15-14-42-9-8-7....
T.Campo	15-14-12-8-7-6-5-9-6-8-14-12.....
T.libre	15-12-13-4-5-8-9-7-6-5-4.....
T. tres	15-12-13-5-8-9-4-5-6-7-5-9.....

Rebotes Of.	6-6-6-5-14-5-8-14-6....
Rebotes def.	6-14-7-159-12-14-13-15....
Robos	13-12-156-14-8-7-615-14....
Asistencias	4215-14-9-8-7....
T.Campo	15-5-9-6-8-14-12.....
T.libre	15-12-8-9-7-6-9-4-5-4.....
T. tres	15-12-13-5-13-4-5-8-5-6-7-5-9.....



SIBUNA



CD000505