

## **ENTREVISTA A GLORIA BALAGUE**

Por Marcelo Roffé y Francisco Ucha.

### **CURRICULUM**



Gloria Balague, nacida en Barcelona, trabajó en el Centro de Investigación Médico-Deportiva de la Residencia Blume de Barcelona y fue profesora del INEF de dicha ciudad. En 1981 se trasladó a Chicago y obtuvo un doctorado en Psicología Clínica y Social en la Universidad de Illinois. Durante más de 20 años ha sido profesora de psicología en la Universidad de Illinois en Chicago. En el terreno de la Psicología del Deporte ha trabajado con las Federaciones Nacionales de Estados Unidos de Atletismo, Gimnasia y Hockey sobre Hierba, acompañando a equipos a los Juegos Olímpicos de 1992 y 1996.

Ha sido directora de los servicios de psicología del deporte de la Federación USA de Atletismo hasta este año. En la actualidad trabaja con la Federación de Estados Unidos de Gimnasia Rítmica y es psicólogo del equipo profesional de fútbol americano de Chicago, los Chicago Bears desde hace 3 años.

Hace 10 años, co-fundó con el Dr. Hellison la TPSR Alliance ([tpsr-alliance.org](http://tpsr-alliance.org)), un grupo que promueve el uso del deporte y la actividad física como herramienta para mejorar la responsabilidad personal y social de los jóvenes.

Ha sido presidente de la División 47 (Div. de Psicología del Ejercicio y el Deporte) de la American Psychological Association (APA) y también de la División 12 (Psicología del Deporte) de la Asociación Internacional de Psicología Aplicada.

### **ENTREVISTA**

#### **1) ¿COMO NACIÓ TU AMOR POR LA PSICOLOGIA?**

Siempre me ha interesado entender a las personas. Creo que de joven pensé que estudiar psicología me ayudaría a ello. En realidad, pienso que me ha ayudado a entenderme a mi misma y a escuchar a los demás. ¡Y me parece bastante!

#### **2) ¿COMO NACIÓ TU AMOR POR LA PSICOLOGIA DEL DEPORTE?**

La influencia de mi padre fue muy grande. El fue uno de los pioneros de la Medicina del Deporte en España, consideraba el deporte como una actividad educativa para la vida y yo crecí haciendo deporte y fue una transición natural. Luego, el trabajar en un área donde se buscan las fortalezas de los participantes, sobre todo las que no se están usando suficiente, es algo que me da energía.

3) EN TU IMPORTANTE CARRERA, ¿CUALES FUERON LOS MOMENTOS MAS FAVORABLES? ¿Y LOS MAS DUROS?

Ha habido muchos momentos favorables, tanto por ver a deportistas superar dificultades y conseguir los rendimientos deseados, como ver la evolución de jóvenes adolescentes que se convierten en sólidos hombres y mujeres que valoran su crecimiento personal. Un deportista que superó una ansiedad extrema cuando pasó al deporte profesional y luego obtuvo un doctorado en psicología es una de las situaciones que recuerdo. También algunos de los reconocimientos de mis iguales y las amistades que he forjado. Momentos duros hay también varios: Ir a EE. UU. representó una brecha en mi trabajo profesional y había presión para que dejara la psicología del deporte en favor de la clínica "pura". Tuve que volver a escoger la psicología del deporte de manera activa y me alegro mucho de haberlo hecho. En la práctica trabajé con un equipo que en la mayor competición tuvo una actuación magnífica hasta el último momento, cuando su propio rendimiento les sorprendió y "celebraron" demasiado pronto. Me quedó mucho tiempo la sensación de que debía haber preparado esa posibilidad, de que les había fallado.

4) EN TANTOS AÑOS DE TRAYECTORIA, ¿EN CUANTOS DEPORTES TRABAJASTE Y CUAL TE AGRADO MAS?

He trabajado con Atletismo, Tenis, Patinaje sobre hielo, Gimnasia, Equitación, Tiro, Golf, Natación, Hockey sobre pasto, Hockey sobre hielo, Montañismo (expediciones sobre 3000 metros), Esgrima, Luge (deporte de invierno), Automovilismo (estos dos últimos muy poco), Béisbol y Fútbol Americano. El atletismo es quizás el que más me ha gustado por la variedad de pruebas, perfiles, situaciones. También porque he trabajado mucho con los entrenadores y eso me gusta mucho. Con el béisbol empecé de cero y acabe siendo una gran aficionada al deporte, pero sobre todo fue una gran experiencia trabajar diez años con el mismo equipo y tener continuidad. Me dió la oportunidad de ver a muchachos entrar en la Universidad con 18 años y salir como hombres de 22, habiendo madurado muchísimo. Ahora trabajo con fútbol americano y me gusta el deporte, pero el reto es la organización de la NFL que no se parece en nada al deporte olímpico o universitario. Está siendo un buen reto.

5) ¿QUE EVOLUCION FUISTE VIENDO DE NUESTRA ESPECIALIDAD? ¿EN EEUU? ¿Y EN EL RESTO DEL MUNDO?

Nuestra especialidad ha crecido, hay una mayor demanda, hay muchos profesionales trabajando muy bien, pero siguen existiendo problemas de fondo que no se han resuelto. Hay que saber mucho de psicología, porque ese es el encuadre básico, pero también hay que saber mucho deporte y entender el medio, las presiones, las emociones que genera, los requisitos motores, fisiológicos, psicológicos y sociales. Ello implica un periodo de formación largo y, desgraciadamente, se está promoviendo una preparación híbrida, cada vez más corta, que no proporciona el nivel de competencia necesario. En Estados Unidos sigue existiendo la batalla territorial entre psicólogos y especialistas que vienen de la Educación Física. Solo los psicólogos pueden usar este título y eso lleva a la aparición de numerosas denominaciones: Entrenador Mental, Arquitecto del Rendimiento (esa la hemos visto ahora en los juegos de invierno), especialista en alto rendimiento mental...con la

consiguiente confusión del público. Pero además el riesgo principal, en mi opinión, reside en que si la profesión no está claramente legislada no hay controles éticos y legales. Una formación larga no es garantía de calidad y hay profesionales excepcionales que no son psicólogos. Pero se deberían requerir unos conocimientos específicos que respondan a las tareas que debe desarrollar el psicólogo del deporte. El fenómeno del coaching es para mí un ejemplo de una formación muy breve, sin profundidad psicológica, que parece simplificar las intervenciones. Cuando algo sirve para todo, probablemente no resuelve mucho. Y hay el peligro de que la falta de preparación psicológica resulte en profesionales que no detecten situaciones de riesgo y causen, sin querer, daños a sus clientes.

#### 6) COMO REFERENTE DE LA ESPECIALIDAD EN EL MUNDO, ¿QUE TE PREOCUPA? ¿Y QUE TE ALIENTA?

Esa falta de claridad profesional, y la resultante falta de una vía académica clara y requisitos de formación profesional es lo que más me preocupa de nuestra profesión. Lo que me alienta es la pasión por el área que he visto en los congresos y conferencias, y la mayor apertura de deportistas y entrenadores a la preparación psicológica. ¡Si, además, pudiésemos incluir a los federativos en ese grupo ya sería un éxito grande!

#### 7) ¿QUE TIENE QUE TENER UN PSICOLOGO DEPORTIVO PARA QUE LE VAYA BIEN EN ESTA PROFESION?

Un buen psicólogo del deporte ha de tener esa pasión por la profesión, saber escuchar y observar y asegurarse de respetar las necesidades del deportista o del entrenador por encima de las suyas propias.

#### 8) ¿QUE OBSTACULOS MAS COMUNES SE TOPAN LOS PSICOLOGOS DEL DEPORTE Y COMO REACCIONAN?

En mi opinión, los obstáculos más comunes son, desde el punto de vista estructural, la falta de conocimiento real de lo que puede aportar la preparación psicológica y el partir de un modelo de “resolución de crisis”. Hay que ir a un modelo de integrar y entrenar todas las piezas que contribuyen al rendimiento, y reconocer a la psicología como una pieza tan necesaria como la preparación física. Desde el punto de vista práctico, aplicado, un problema común es el planificar intervenciones desde el punto de vista de lo que el profesional piensa que se podría hacer desde la teoría, cuando hay que ver dónde está el deportista (o el entrenador) y encontrarlo allí y no tratar de “tirar de ellos”, sino caminar a su paso, introduciendo las intervenciones que quepan en la situación actual. Lo contrario conlleva mucha frustración, enojo porque los deportistas no practican lo acordado, no se comunican, etc.

9) ¿COMO VES TU QUE VIENES A CONGRESOS EN NUESTRO CONTINENTE LA REALIDAD DE AMERICA LATINA Y DEL CARIBE? HEMOS COMPARTIDO EL AÑO PASADO EN EL CONGRESO MUNDIAL DE SEVILLA DONDE HEMOS TENIDO EL ORGULLO INMENSO DE QUE TU CIERRES DICHO MARAVILLOSO EVENTO. ¿COMO VES A SOLCPAD HOY?

Yo he trabajado en muchas de las sociedades profesionales, desde ISSP, a APA a AASP. SOLCPAD tiene una característica que me parece fundamental: Es muy horizontal. Surge de los profesionales que trabajan en el campo y no de los académicos. El objetivo no es el prestigio de ser presidente de una organización sino dar voz y formar una red de profesionales que trabajan y se apoyan mutuamente. Es una sociedad autóctona, originaria de la zona, que no está supeditada a Europa ni a los Estados Unidos. Ahí está su fuerza. Sigán adelante, abriéndose el camino para ir a donde quieren, no a donde les llevan.

**ROFFE & UCHA:** Un verdadero placer Gloria entrevistarte, que compartamos los valores y que apoyes nuestra Sociedad. Te queremos y admiramos mucho. Bendiciones.