

# PSICODRAMA: UNA ALTERNATIVA PARA LA IDENTIFICACION DE CONFLICTOS EN CICLISTAS ADOLESCENTES

*MSc. Yaima Águila Ribalta*

FACULTAD DE PSICOLOGÍA - UNIVERSIDAD CENTRAL DE LAS VILLAS



La preparación del deportista involucra el aprovechamiento de todo el conjunto de medios que aseguran el logro y la elevación de la predisposición para alcanzar buenos resultados deportivos. La competencia, como evento altamente significativo dentro de la actividad del deportista constituye una fuente generadora de vivencias positivas o negativas en función del éxito o fracaso que experimente el atleta como resultado de la misma. Es por ello, que se dan una serie de fenómenos que exigen una adecuada autorregulación del comportamiento, considerada como un indicador de madurez y de aprovechamiento de las zonas de desarrollo próximo, a partir de la cooperación, del intercambio

con los otros, donde el deportista obtiene esa independencia intrínseca de todo el proceso de autorregulación (Pérez, 2007).

La calidad desde el punto de vista de la preparación física, técnico, táctica y teórica se imponen como parte de la preparación del deportista para eventos de alto nivel; para lo cual emplean largos períodos de tiempo que abarcan las etapas de preparación general, especial, precompetitiva, competitiva, y postcompetitiva finalmente. Como consecuencia de esto, tendrá un resultado más exitoso aquel que esté mejor preparado desde el punto vista psicológico, lo cual le permita autocontrolarse emocionalmente ante las exigencias del contexto competitivo, donde la existencia de contrarios y de dos únicas alternativas: ganar o perder constituyen grandes influencias sobre la personalidad del atleta y su comportamiento.

Dentro del denominado Grupo de Deportes de Resistencia, se encuentra el ciclismo; deporte altamente riesgoso con un costo para la salud del atleta que implica una elevada preparación en cuanto a todos los componentes del entrenamiento. Este deporte se caracteriza por los grandes kilometrajes que hace el atleta a lo largo de las diferentes etapas, dentro del macrociclo de entrenamiento.

En Cuba varios psicólogos del deporte, entre ellos, García (1983-2004), Cañizares (1996, 2004), Bermúdez (1983), Valdés (1996), Russel (1968, 1994), González, L.G. (1982-2004), Riera (2002) han constatado dificultades en los componentes de la preparación, sobre todo en lo referido a lo psicológico; hecho que se revierte en bajos rendimientos e incluso accidentes en las carreras. Sobre todo en las categorías inferiores se agudiza esta problemática y ocurre el abandono de adolescentes de este deporte; por lo que la identificación de estas dificultades y el trabajo con las mismas constituyen un foco de atención permanente, demostrado por Águila (2008).

El entrenamiento deportivo es organizado a partir de un Programa de Preparación del Deportista de Ciclismo (2007), que contempla la preparación psicológica, pero que enfatiza mayormente en la preparación física, técnica, táctica y teórica. Es el entrenador el máximo responsable de la preparación general del deportista, por ser el que más tiempo permanece

con él y el que lo acompaña en las competencias (sobre todo en las categorías escolares y juveniles), independientemente del trabajo multidisciplinario que involucra a psicólogos, médicos, fisioterapeutas y otros educadores; pero, en muchas ocasiones, se constata falta de conocimiento de las características de la etapa evolutiva y las particularidades de sus atletas adolescentes, por parte del entrenador; lo cual genera conflictos interpersonales con estos ya que no se emplean métodos educativos adecuados ni estilos asertivos de comunicación.

El grupo de coetáneos (en este caso, los compañeros de equipo) es valorado con una elevada significación. Las relaciones interpersonales que se establecen en el equipo deportivo aceleran la dinámica del grupo, por lo tanto el reconocimiento y estímulo dentro del colectivo es de gran importancia para él; y cuando por el contrario hay conflictividad en el grupo, se afecta directamente la actividad deportiva. Todo ello, evidencian carencias de espacios para el trabajo grupal, siendo pertinente utilizar el grupo como dispositivo.

La situación anteriormente descrita, favorece la aparición de conflictos y vivencias de malestar en estos atletas, lo que afecta directamente el proceso del entrenamiento deportivo al no contar con esos espacios de construcción de nuevos sentidos y significados.

Ante esta problemática: ¿qué alternativa emplear para explorar estos contenidos en grupos de atletas?

Es en este sentido, que el Psicodrama viene a sumarse como una alternativa para la identificación de los conflictos (intra e interpersonales) que emergen en el proceso de entrenamiento deportivo y repercuten en la preparación psicológica de los atletas; insertándose con una concepción más integrada del individuo.

La experiencia psicodramática le reporta al atleta la posibilidad de vivenciar sus conflictos y resignificarlos, en la interacción con los otros significativos para él; es decir, en el espacio grupal donde los miembros de su equipo enriquecen el proceso de elaboración que se lleva a cabo durante dicha experiencia. El Psicodrama abre un espacio para que, desde el encuentro, el adolescente se cuestione su propia realidad e identifique cómo le afecta en su desempeño.

De todo ello, se deriva el siguiente problema científico: ¿Cómo contribuye el Psicodrama a la identificación de los conflictos que se presentan en el proceso de entrenamiento deportivo y repercuten en la preparación psicológica de un grupo de ciclistas adolescentes?

Por lo cual se plantea como objetivo general de la investigación: Caracterizar los conflictos que se presentan en el proceso de entrenamiento deportivo y repercuten en la preparación psicológica de un grupo de ciclistas adolescentes, a través del Psicodrama.

La novedad científica de la misma radica en la contextualización del método psicodramático en el deporte, su empleo es una práctica reciente en Cuba, debido a las características que han matizado las acciones psicológicas con los deportistas. Es por ello que la misma tiene vital importancia, pues propone como alternativa para la preparación psicológica (en el marco de la preparación del deportista) el Psicodrama. Es cierto, que existe la desventaja que el método no es posible usarlo sin tener una formación en el mismo; pero al tener una concepción del trabajo grupal y del individuo, teniendo en cuenta su historia de vida y el papel activo de la personalidad, se constituye como una alternativa que enriquece la preparación general del atleta.

El Psicodrama es considerado un paradigma que posibilita al sujeto ensayar, aprender y prepararse para actuar las respuestas más convenientes. Coloca al mismo sobre un escenario donde puede resolver sus problemas con la ayuda de los "otros", no a través de un relato en movimiento, sino de la acción dramática. No se va al pasado en busca del origen de los

obstáculos presentes, trabaja la experiencia individual desde el “aquí y ahora”, desde el momento, considerando la historia como parte de este (Bello, 2000).

El Psicodrama tuvo su origen en Viena y lo creó Jacob Levi Moreno, médico-psiquiatra rumano- vienés de origen judío sefardí nacido en 1889 en Bucarest; a partir de sus experiencias con el Teatro de La Espontaneidad (1921). Este rompe los límites entre el público, los actores, el director, el guión, y busca el encuentro y la creación colectiva; se hace en el momento que nace y muere en cada función; con una metodología facilitadora de la inclusión de la audiencia en la construcción colectiva de las escenas, a fin de explorar mejores formas de relación a través de la improvisación. Se interpretan historias que narran personas que asisten a la función, es la audiencia la que pone el guión y los actores (que también pueden ser personas del público que lo deseen) y lo dramatizan utilizando algunas estructuras de representación: la improvisación, la música, lo estético y la danza.

Según Moreno (1975), se representa una escena en un escenario multidimensional y se crea un espacio y libertad para la espontaneidad, libertad para el cuerpo y para el contacto físico, libertad de movimientos, de acción y de actuación en conjunto. Todo el cuerpo participa en la acción acercándose o alejándose, haciendo un gesto o dejando de hacerlo, tocando o no al otro. Los sentimientos y las emociones se intensifican utilizando los movimientos del cuerpo. Se reavivan las emociones, la imaginación, la memoria, hablando y determinando el lugar y el tiempo en que acaeció la situación conflictiva (Ramírez, 1998).

Es el Psicodrama, un método creado a partir de y para los grupos humanos que permite observar, diagnosticar, intervenir y evaluar por medio de la puesta en escena de situaciones cotidianas o imaginarias. Como todo trabajo grupal, promueve un aprendizaje, (Bello y Winkler, 1997). Deviene también un espacio donde no se trata de enseñar, sino de estimular el aprendizaje desde la propia experiencia a partir de la creatividad y espontaneidad, herramientas que permiten al ser humano resolver problemas, enfrentar conflictos y relacionarse con los demás.

Por lo cual se hace pertinente su empleo en equipos deportivos como grupos que demandan el abordaje de sus problemáticas individuales e interpersonales. Posibilitaría a estos sujetos, desarrollar la capacidad de romper el hielo, de perder las inhibiciones, ser competitivos y superarse a sí mismos con relación a ellos y a los otros. De este modo se pone de manifiesto el nivel de desarrollo real que ha alcanzado cada persona que se encuentra insertada en su situación social de desarrollo.

Es cierto que el sujeto busca en la experiencia psicodramática un medio o instrumento para revivenciar una experiencia y esta solo es posible gracias a lo que Vigotsky (1987) definía como la categoría “vivencia”. *“La vivencia posee una orientación biosocial, es algo intermedio que significa la personalidad con el medio; revela lo que significa el momento dado del medio para la personalidad”* (Vigotsky, 1996; p.296). Lo esencial no es la situación por sí misma, sino el modo como vive dicha situación. La “vivencia” no es posible sin los “otros” que son los portadores del contenido de la cultura que al interactuar con el sujeto, promueven su desarrollo. En este sentido, el grupo es considerado un “otro” potenciador (Arias, 2005).

Cuando este método es aplicado con niños, adolescentes, jóvenes, no solo se tienen en cuenta las características de la etapa por la que transcurre sino los cambios importantes en su “Situación Social de Desarrollo”. Se vale de las categorías propuestas por L. S. Vigostky, considerando el desarrollo, como un proceso que no ocurre de manera automática ni determinado fatalmente por la maduración del organismo, sino que tiene ante todo una determinación socio-histórica. La categoría “Situación Social del Desarrollo” es tratada como *“(…) aquella combinación especial de*

*los procesos internos del desarrollo y de las condiciones externas, que es típica de cada etapa y que condiciona también la dinámica del desarrollo psíquico durante el correspondiente período evolutivo y las nuevas formaciones psicológicas, cualitativamente peculiares, que surgen hacia el final de dicho período (...)*" (Bozhovich, 1976, p.123).

Se puede vivir una experiencia ampliada de la realidad que aumenta las posibilidades de la vida cotidiana del grupo, que libera al mismo grupo y posibilita la experimentación de nuevos límites de la realidad. Esa vivencia de la realidad ampliada en el escenario psicodramático, hace posible también que el grupo pueda vivir aquello que siente como aquello que piensa, aquello que sueña como aquello que ve, la extensión de su propia vida grupal en la que la fantasía y la realidad puedan coexistir ya sin conflicto.

No obstante, un reto básico del psicodrama es tratar con las resistencias del protagonista y del grupo. La misma cumple una función protectora y puede ser presentada abiertamente por el coordinador o por cualquier otro miembro. En este sentido, el sujeto tiene la tendencia a usar el lenguaje como una estrategia para alejarse de la dramatización. La resistencia se aborda en el psicodrama según lo expresa Moreno (citado en Blatner, 1973, p. 62): *"...nosotros no destruimos las paredes del protagonista, más bien probamos algunas de las perillas en las muchas puertas y vemos cuál se abre..."*.

El manejo de conflictos es un tema que constantemente es abordado en las experiencias psicodramáticas. Debido a que se da, entre los miembros del grupo, el encuentro. Esto implica vivir la experiencia desde el lugar del otro o los otros. "Si esto comporta un conflicto, hay que atravesarlo para que el encuentro se produzca" (Bello, 2006; p.6).

Cuando Moreno habla del "encuentro" significa para él estar juntos, comunicación mutua, conocimiento intuitivo mediante el silencio o el movimiento. La palabra encuentro tiene por raíz "contra". Abarca, por consiguiente, no sólo las relaciones amistosas, sino también las hostiles y amenazadoras: enfrentarse uno a otro, actuar en contra, reñir. *"Encuentro es una categoría del ser, única e irremplazable."* (Moreno, J.L.; 1983; p.81); por lo cual es importante aclarar que los recursos psicodramáticos son utilizados para poder ver escenas, imágenes, fotos, esculturas, improvisaciones teatrales sobre situaciones concretas desde el "encuentro" con el "otro". Con ellas, se puede visualizar rápidamente la situación, pero siempre desde el análisis del rol (papel) que desempeña cada uno.

Esto no sólo produce esclarecimiento sobre muchas de las vicisitudes en su ejercicio, sino que desarrolla nuevas alternativas que no habían sido pensadas antes, y que no reproducen las conductas estereotipadas que mantienen estancados conflictos de autoridad, relacionados con la deposición, y el apego a los procedimientos, conflictos de intereses, entre otros. A decir de Hauser (2002, p.166) *"por medio del Psicodrama se pueden representar y transformar los conflictos específicos de un grupo y, al mismo tiempo, estudiarlos en sus particularidades individuales y socioculturales"*.

Ahora bien, ¿de qué concepción se parte para abordar el conflicto? Son muchas las definiciones que pueden encontrarse al respecto. Hocker y Wilmot (1995) definen el conflicto como *"una lucha que se expresa entre dos partes interdependientes al menos, las cuales perciben metas incompatibles, recursos escasos e interferencia de la otra parte en la obtención de sus metas"* (Citado por Picard, Ch., 2002).

Las metas incompatibles percibidas y la percepción de escasez de recursos son centrales en muchos conflictos. Moore (1986) identifica cinco elementos causales del conflicto (Citado por Picard, Ch., 2002). Esas causas incluyen asuntos vinculados a las relaciones interpersonales,

conflictos de valores, conflictos de intereses, discrepancias sobre información acerca de hechos y discrepancias relativas a la de inequidad estructural.

Un elemento central en los conflictos interpersonales es la comunicación. La forma en que uno se comuniqué durante una situación de conflicto tiene una profunda influencia en la repercusión residual del conflicto. La comunicación puede exacerbar la situación o conducir a un manejo productivo de la situación de conflicto.

Las personas que compiten (como es el caso del atleta) se afirman mucho a sí mismos y son poco cooperativos. Tienen capacidad para luchar por sus derechos y defender las posiciones en las que creen, con gran frecuencia estas personas tratan de «ganar». Al respecto, se generan conflictos en sus relaciones interpersonales porque pueden tener una tendencia a imponerse.

En la experiencia psicodramática, *“abrir los conflictos implica... ponerse en contacto con los recursos de cada uno para resolverlos: es un compromiso, ya no se puede simplemente dejar la responsabilidad a los demás”* (Bello, 2002; p.106). Por lo que *“sólo es dable abrir el espacio para la agresión, si se está dispuesto a elaborar sus motivaciones y encontrar un camino de reparación”* (Bustos, D., Noceda, E., 2007; p.2).

Hay un elemento que se incorpora en la presente investigación, y es el Psicodrama con Máscaras. *“La máscara es el órgano de superficie del conjunto de relaciones sociales...Diferenciamos las máscaras cotidianas que se constituyen en el transcurso de la historia de un sujeto, de aquellas máscaras construidas de diferentes materiales: éstas permiten revelar las primeras. Oculta y revela simultáneamente”* (Buchbinder, 2001, p. 61).

Esto resulta de gran significación para el trabajo con los adolescentes, debido a que por las propias características de su etapa de desarrollo evolutivo el hecho de “representar” roles, les resulta más fácil cuando hablan que cuando dramatizan; por lo que el trabajo con la máscara rompe con muchas de las resistencias que le generan la propia experiencia psicodramática, abriendo la posibilidad de explorar los conflictos intra e interpersonales.

A decir de Pavlovsky (1990, p. 88): *“Cuando los adolescentes hablan o relatan linealmente algo en sesión, controlan obsesivamente cada uno de sus personajes internos, los inmovilizan...La dramatización permite especializar o proyectar en la escena el campo del mundo interno”*. Es ahí donde la máscara permite entrar, desde lo lúdico, a esos conflictos del protagonista y del grupo; le permite a estos desestructurarlos y desenmascararlos, para luego reestructurar nuevas significaciones.

Es el Psicodrama el espacio donde se produce el “encuentro”, entre los sujetos de la experiencia, en este caso atletas, a partir de la interacción de sus subjetividades. Es decir, que ocurre contacto corporal, confrontación, oposición y lucha, ver y percibir, tocar y entrar en el otro, compartir y amar, comunicación intuitiva, primaria, con palabras o gestos, con besos y abrazos, volverse uno solo. Es un encuentro en el más intenso nivel de comunicación, constituyéndose el Psicodrama como un método alternativo de la preparación psicológica, que permite explorar e incidir en los conflictos y situaciones traumáticas del entrenamiento deportivo; posibilitando un desarrollo y crecimiento personal en los deportistas que participan en el mismo.

Para el Diseño de la investigación: Se emplea una metodología cualitativa, que se constituye como una alternativa a la investigación de orientación empírico analítica. Los diseños cualitativos se distinguen por orientarse a describir e interpretar los fenómenos y son adecuados para los investigadores que se interesan por el estudio de los significados de las

acciones humanas desde la perspectiva de los propios agentes sociales. Se justifica el empleo de este enfoque por la necesidad de “... descubrir pautas, patrones y regularidades que permiten comprender el sentido, el significado y la construcción personal y social que los sujetos mantienen en los contextos educativos en los que funcionan” (Barca, 1996, p. 129).

Dentro de ellos, el estudio de casos se utiliza como método de investigación, no solo como una técnica de recogida de datos, de gran importancia en el desarrollo de las ciencias sociales. El mismo consiste en una descripción y análisis detallado de unidades sociales o entidades educativas únicas (Goetz y LeComte, 1988).

El grupo de estudio quedó conformado por un total de 11 atletas, 5 hembras y 6 varones, de los equipos femenino y masculino de Ciclismo de la categoría 13-14 años.

Las categorías de análisis definidas fueron:

*Conflicto Intrapersonal*: contradicciones del sujeto consigo mismo producto de frustraciones (que genera, ante el fracaso, conductas defensivas), intereses contrapuestos (condiciones motivantes que pueden operar al mismo tiempo llegando a ser incompatibles: Conflicto de atracción-atracción, Conflicto de evitación-evitación, Conflicto de atracción-evitación) o en los roles esperados, percibidos y actuados (las personas tienen varios roles esperados que, en algunos casos, afectan unos a otros generándose conflictos; también puede suceder que el rol actuado resulte diferente del rol esperado o que se tengan distintos roles opuestos o incompatibles al mismo tiempo).

*Conflicto Interpersonal*: desacuerdo entre dos o más personas o grupos, que surge del hecho de que tienen que compartir recursos escasos o actividades de trabajo, o porque tienen diferente posición, metas, valores o percepciones. Puede llevar a disolver los vínculos comunes y disminuir la eficacia del grupo, así como generar consecuencias indeseables en la comunicación, reducción de la cohesión grupal y subordinación de las metas del grupo a las pugnas de los miembros. En casos extremos el conflicto puede llevar a la interrupción de la actividad del grupo y amenazar su supervivencia.

La experiencia psicodramática vivenciada por el grupo de ciclistas adolescentes, tuvo un total de 6 sesiones grupales. Las mismas fueron realizadas en un período de 6 semanas, en el espacio de 1 hora y 20 minutos de duración. Se enmarcó la experiencia en los meses de marzo y abril del 2009, es decir, en la etapa de preparación especial correspondiente al macrociclo del entrenamiento deportivo del curso escolar 2008-2009.

Los principales resultados obtenidos a partir de las sesiones realizadas permitieron identificar conflictos interpersonales en relación a: conflictos entre los miembros de los equipos que tienen en su base los resultados deportivos y son atravesados por el rol de género (expresiones de violencia entre ellos, que en determinados momentos se agredieron física y verbalmente); conflictos de pareja que repercuten en el rendimiento deportivo; y conflictos de intereses con las figuras de poder, en relación con las expectativas y metas deportivas en el caso del entrenador y respecto a la elección de la carrera deportiva de estos adolescentes, en el caso de la familia.

Esto también hace alusión a la confrontación de la imagen de sí mismos y la que devuelven personas significativas dentro de sus redes vinculares; trayendo consigo angustias que repercuten en su rendimiento deportivo y en la inserción a sus respectivos equipos (Un atleta expresa en el sharing donde se trabajó una escena angustiosa de conflictos con un ex-entrenador: “Yo cogí la máscara (negra con lágrimas) sin pensar... esa persona tampoco cree que yo vaya a subir al Equipo Nacional, cree que soy un muerto...”).

Se refieren también conflictos entre los atletas que tienen rendimientos similares y no subordinan sus metas personales a las del grupo, generando celos, discusiones frecuentes y problemas de cohesión. Esto refleja problemas de comunicación que, a su vez, incitan a comportamientos violentos producto de esos conflictos interpersonales; y se constituyen modos estables de actuación a la hora de solucionarlos (En una sesión el grupo construyó un lugar imaginario donde se desató un conflicto de género: *"Hay una guerra... tienen que matarse", "...venganza..."*).

Se evidencian conflictos intrapersonales entre los roles esperados y actuados, desde la expectativa de los otros y desde el propio adolescente; atravesados también por el rol de género (Las muchachas *"villanas"* en una escena y a la vez *"Muñequitas"* que van a *"hacerles la guerra"* a los muchachos, que son *"héroes"* de historias infantiles y a la vez se dicen *"bobo"*). También aparecen conflictos de atracción-evitación, entre su deseo de competir y de lograr buenos resultados y el miedo que le produce. Por otra parte, se identifican contradicciones entre el resultado (dígase la medalla) como expectativa del atleta y la propia competencia como evento altamente significativo, el cual puede ser disfrutado en sí mismo.

Las emociones y vivencias que emergen en el grupo de ciclistas adolescentes respecto a las competencias deportivas son: miedo a las caídas y a resultados no deseados en competencias, frustración ante el no cumplimiento de las expectativas y aspiraciones, angustia y vergüenza ante estos fracasos. También se constató resistencia a expresar emociones negativas respecto a las figuras de poder, culpa ante decisiones que toman que traen consecuencias negativas; esto último unido al temor de no ser aceptados por su grupo.

Desde la coordinación fue significativo descubrir que estos ciclistas no solo están enfocados en el resultado deportivo, sino que disfrutan el proceso (con diferentes matices vistos a lo largo de la experiencia, desde los más arriesgados hasta los que más miedos sienten), que tienen una elevada motivación por el deporte. Persisten en la práctica del mismo a pesar de las renunciaciones que hacen, organizando su vida en función de la actividad deportiva. Este hecho complejiza el estudio de las particularidades de estos adolescentes, que si bien sus estructuras psicológicas están en formación y su identidad aún no es estable (están en un franco proceso de desarrollo de la autoconciencia como neoformación de la etapa evolutiva), el hecho de pertenecer al deporte, al equipo, sus aspiraciones sí se van estructurando como tendencias orientadoras de su comportamiento.

Es por ello que los conflictos tanto intra como interpersonales que surgen, aún cuando no estén vinculados a dicha actividad, afectan el proceso de entrenamiento deportivo y repercuten desde el punto de vista de su preparación psicológica como ciclistas.

Todo ello, permitió concluir que el Psicodrama constituye un método alternativo eficaz, para identificar los conflictos que se presentan en el proceso de entrenamiento deportivo, que repercuten en la preparación psicológica de un grupo de ciclistas adolescentes. Posibilita, a partir de las vivencias que tienen en el espacio psicodramático y el encuentro con los *"otros"*, la identificación y resignificación de esos conflictos tanto intra como interpersonales.

Claro está, que resulta necesario continuar investigando en lo referido a la utilidad del método psicodramático en el deporte, con el propósito de profundizar en la relación entre el desarrollo individual, el desarrollo grupal y el desarrollo del individuo en el grupo deportivo. Asimismo, se requiere realizar experiencias de trabajo grupal empleando el Psicodrama en grupos de entrenadores, por el rol que estos desempeñan con sus equipos deportivos y por la importancia del tema de los conflictos. Todo lo cual, permitirá diseñar preparaciones metodológicas para la

preparación psicológica que utilicen espacios vivenciales, con el propósito de capacitar a los profesores deportivos de ciclismo en la exploración de los conflictos y vivencias que inciden en el proceso del entrenamiento deportivo, así como para la mejora del proceso comunicativo.

### Referencias bibliográficas:

Águila, Y. (2007). *Programa para el autocontrol de la ansiedad competitiva en atletas de categoría 15-16 años de polo acuático*. Tesis de Maestría no publicada. Facultad de Psicología. Universidad Central de Las Villas.

Arias, G. (2005). *La persona en el enfoque histórico cultural*. São Paulo. Linear B.

Barca, A. (1996). "Los métodos de investigación en la psicología de la instrucción". En J. Beltran y C. genovard (Eds), *Psicología de la instrucción I. Variables y procesos básicos*. Madrid: Síntesis.

Bello, M. C. (2006). *Jugando en serio, El Psicodrama en la enseñanza, el trabajo y la comunidad*. México: Pax.

\_\_\_\_\_ (2000). *Introducción al Psicodrama: Guía para leer a Moreno*. México: Colibrí.

Bello, M. C. y Winkler, J. (1997). "Psicodrama, arte y parte". Revisado el 22 de Junio del 2007, de: [www.depsicoterapias.com](http://www.depsicoterapias.com)

Blatner, A. (1973). *Psicodrama. Cómo utilizarlo y dirigirlo*. México: Pax.

Bozhovich, L.I. (1976). *La Personalidad y su Formación en la Edad Infantil*. La Habana: Pueblo y Educación.

Buchbinder, M.J. (2001). *Poética de la Cura*. Buenos Aires: Letra Viva.

Bustos, D., Noceda, E. (2007). *Manual de Psicodrama en la Psicoterapia y en la Educación*. R.V. Argentina: Ediciones.

Cañizares Hernández, M. (2004). *Psicología y equipo deportivo*. Ciudad de La Habana: Deportes.

Colectivo de Autores. (2002). *Nuestro Psicodrama*. Sao Paolo: Degaspari.

Colectivo de Autores. (2007). *Programa de Preparación del Deportista de Ciclismo*. La Habana: Comisión Técnica Nacional de Ciclismo INDER.

García Ucha, F. (1996). *El papel de las emociones en el Deporte*. Escuela Profesional de Psicología. Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y de Psicología. Univ. San Martín de Porres.

\_\_\_\_\_ (1997). *Psicología del Deporte: Enfoque Cubano*. Instituto de Medicina del Deporte. Argentina: Lyoc S.R.L.

\_\_\_\_\_ (1997) *Psicología de las Emociones en el Deporte*. Perú: Editorial de la Escuela de Psicología de la Universidad San Martín.

\_\_\_\_\_ (2001). *Psicología de las emociones en el Deporte*. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". Facultad de La Habana. p.5- 43.

\_\_\_\_\_ (2004) *Herramientas psicológicas para entrenadores y deportistas*. La Habana: Deportes.

González Carballido, L.G. (1989). *Estudio de la respuesta de stress de tiradores adolescentes*. Tesis para la obtención del grado de Doctor en Ciencias Psicológicas. La Habana, Cuba.

\_\_\_\_\_ (1995) *Stress y Deporte de Alto Rendimiento*. Instituto de Medicina Deportiva. La Habana, Cuba.

- Goetz, JP y MS LeCompte (1988). *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid: Morata.
- Gutiérrez, P, L. (1989). Psicología Social en la caracterización de los equipos deportivos. *Revista Española de Psicología del Deporte*. (2).
- Hauser, U. (2002). El Psicodrama. En *Nuestro Psicodrama*. Sao Paolo: Degaspari.
- Linder, Wolfram (1995). *Ciclismo en ruta*. Barcelona: Martínez Roca S. A.
- Moreno, J. L. (1975). *El psicodrama: Terapia de acción y principios de su práctica*. Buenos Aires: Lumen Horme.
- \_\_\_\_\_ (1983). *Psicoterapia de grupo y psicodrama. Introducción a la teoría y la praxis*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Pavlovsky, E., Martínez, B. y Moccio, F. (1990). *Psicodrama; cuándo y por qué dramatizar*. Buenos Aires: Búsqueda de Ayllu. S.R. L.
- Pérez, Y. (2007) *Programa para el autocontrol emocional en ajedrecistas de alto rendimiento*. Tesis en Opción al Grado de Doctor en Ciencias. ISCF "Manuel Fajardo" . Villa Clara. Cuba.
- Picard, Cheryl A. (2002). *Mediación en conflictos interpersonales y de pequeños grupos*. La Habana: Publicaciones Acuario.
- Ramírez, J. A. (1998). *Psicodrama: Teoría y Práctica*. México: Facsimilar.
- Russell González, L. (1994). *Algunas propiedades de los pequeños grupos y colectivos en la educación física y deporte*. México: Comisión Nacional de Deporte.
- Stake Robert. (1998). *Investigación con estudio de casos*. Madrid: Morata, S.L.
- Valdés Casal, H. (1996). *La Preparación psicológica del deportista. Mente y rendimiento humano*. España: INDE publicaciones.
- \_\_\_\_\_ (1996) *Personalidad, actividad psíquica y deporte*. Colombia: Kinesis.
- Vigotsky, L. S. (1987). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. La Habana: Ciencias Sociales.
- \_\_\_\_\_ (1996). *Obras Escogidas. (Vol IV)*. Madrid: Aprendizaje/Visor.