

INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO
Septiembre, 2017
Modelo de Examen: A

1. Uno de los objetivos de las estrategias de autoaplicación en el deporte es que se produzcan experiencias de reforzamiento interno
2. Las escalas del cuestionario CPRD son: control del estrés, motivación, autoconfianza y liderazgo
3. Establecer objetivos especiales y contingencias apropiadas según se consigan o no tales objetivos, puede contribuir a transformar una competición rutinaria en una interesante experiencia de exposición y ensayo
4. En el proceso de aprendizaje de habilidades, las sensaciones asociadas a la ejecución no se consideran una vía apropiada para que los deportistas pueden obtener feedback
5. Según algunos especialistas, los cuestionarios no son un procedimiento adecuado para la evaluación psicológica de los deportistas de élite
6. La intervención psicológica para incorporar y consolidar hábitos complementarios al entrenamiento, debe basarse, sobre todo, en eliminar el estrés que está presente en el deporte
7. El entrenamiento en técnicas de relajación se limita a enseñar a los deportistas las técnicas específicas que se consideren más apropiadas en cada caso particular
8. En el aprendizaje de habilidades deportivas, uno de los propósitos del control de estímulos ambientales, en ocasiones reduciéndolos, es favorecer que los deportistas utilicen el enfoque atencional más adecuado
9. La economía de fichas es una estrategia especialmente interesante para incorporar al entrenamiento habitual de los deportes de equipo
10. El reforzamiento diferencial no resulta muy útil cuando se trata de conductas de esfuerzo
11. Si bien los planes atencionales de "enfoque" deben formar parte de la estrategia de los deportistas para su preparación personal de una competición, antes de que empiece esta, no es el caso de los de "reenfoque", pues estos se preparan en el transcurso de la competición
12. Para eliminar habilidades deportivas deficientes, el refuerzo negativo es preferible al castigo, sobre todo cuando se trabaja con niños
13. Un ejercicio-test sobre la habilidad del deportista para trabajar en imaginación

consiste en cronometrar el tiempo que tarda en realizar un desplazamiento en imaginación y compararlo con lo que tardan sus compañeros en la misma distancia

14. En el aprendizaje de habilidades complejas, el entrenador no debe ser el modelo

15. Las competiciones regulares son una herramienta de doble filo para el progreso del deportista como competidor

16. La relación de contingencia entre las conductas de adherencia o no adherencia, y sus respectivas consecuencias, puede producirse de forma vicaria

17. Como observador externo y experto del comportamiento, el psicólogo puede ayudar al entrenador a aplicar programas de aprendizaje técnico indicándole qué es lo que el deportista debería hacer

18. Plantear objetivos atractivos y alcanzables en cuya decisión se implique el deportista, entre otros efectos, puede ayudar a prevenir la fatiga psicológica

19. Teniendo en cuenta las características específicas del deporte, en el análisis funcional de la “falta de adherencia”, se deben tener en cuenta las circunstancias antecedentes que precipitan la no adherencia, pero no las circunstancias antecedentes que podrían predisponer a la no adherencia

20. Muchos deportistas son reacios al cambio de sus habilidades al percibir un balance subjetivamente desfavorable entre el supuesto beneficio que podrían obtener y el elevado coste implicado en el intento

21. En los programas de “coste de respuesta” las condiciones del castigo deben ser progresivamente más duras (de menos a más), de forma que los deportistas acojan estos programas con la motivación más conveniente

22. La tendencia de funcionamiento que deriva del plan previo de actuación no debe influir en las decisiones sobre la ejecución inmediata

23. Las escalas de 0-10 puntos pueden ayudar al deportista a cuantificar la intensidad de su concentración

24. El establecimiento de objetivos personales resulta muy útil antes de las competiciones, pero no procede antes de las sesiones de entrenamiento

25. Cuando se entrena a los deportistas para que utilicen “autoafirmaciones”, se trata fundamentalmente de que aprendan a sustituir los pensamientos negativos por otros positivos

26. El mejor momento para programar las competiciones-test es en los periodos de los eventos más relevantes

27. Las situaciones análogas son especialmente apropiadas para ensayar conductas de rendimiento muy precisas que pueden verse afectadas por un aumento del nivel de activación

28. Los modelos “competentes” pueden contribuir, sobre todo, a aumentar la motivación por el aprendizaje, mientras que los modelos “expertos” favorecen en mayor medida que el deportista perciba que el aprendizaje está al alcance de sus posibilidades

29. Las habilidades atencionales relacionadas con el enfoque atencional pueden desarrollarse mediante el propio entrenamiento deportivo

30. El principal problema de la “simulación del entrenamiento en el entrenamiento regular” versus los “entrenamientos conjuntos”, es que el entrenador controla peor las condiciones que estima más convenientes

Comunidad: Intervención Psicológica y Salud
Asunto: Plantillas examen septiembre, 2017

Modelo A

1-A, 2-B, 3-B, 4-A, 5-A, 6-A, 7-B, 8-A, 9-B, 10-A, 11-B, 12-A, 13-A, 14-B, 15-A, 16-B, 17-B, 18-A, 19-A, 20-B, 21-B, 22-B, 23-A, 24-B, 25-X, 26-A, 27-B, 28-B, 29-B, 30-A

X: Al estar repetida la pregunta 25, se da por buena cualquiera que haya sido la contestación (A, B o en blanco).

Modelo C

1-A, 2-B, 3-B, 4-A, 5-A, 6-A, 7-B, 8-A, 9-B, 10-A, 11-B, 12-A, 13-A, 14-B, 15-A, 16-B, 17-B, 18-B, 19-A, 20-B, 21-B, 22-B, 23-A, 24-B, 25-X, 26-A, 27-B, 28-B, 29-B, 30-A

X: X: Al estar repetida la pregunta 25, se da por buena cualquiera que haya sido la contestación (A, B o en blanco).