

UN ABORDAJE CUALITATIVO AL ESTUDIO DEL GÉNERO Y LA CONCILIACIÓN EN DEPORTISTAS PROFESIONALES

Infante Rejano, Eduardo
Departamento Psicología Social
Universidad de Sevilla
einfante@us.es

Inés Irizo García
Orientadora educativa
inesirizo@gmail.com

Bellido Zanin, Gloria
Psicóloga PIR
bellido.gloria@gmail.com

RESUMEN

La conciliación de la vida laboral y personal es un tema tan novedoso como complicado debido a los cambios tan drásticos que ha ido sufriendo nuestra sociedad contemporánea (Infante, 2009; 2012). Aunque la conciliación acontece en todas las profesiones en general, en algunas se aprecia incrementada la dificultad de compaginar ambas esferas debido a la dedicación más intensa que precisan. Tal es el caso de los deportistas profesionales que tienen que emplear mucho tiempo y esfuerzo en sacar adelante su doble carrera académica y deportiva por lo que resulta especialmente interesante conocer de qué manera son capaces de conciliar ambas y, en especial, analizar si existen diferencias entre hombres y mujeres deportistas con proyección profesional. Para estudiar este tema, se han recopilado de Internet un total 132 entrevistas entre 2005 y 2011 realizadas a deportistas profesionales y se ha analizado con detalle su contenido y estructura. Se pretendía averiguar si temas como la conciliación, el techo de cristal y los fenómenos de crossover y spillover de emociones interámbito estaban presentes, y cómo los abordaban los deportistas, para luego realizar un análisis cualitativo y cuantitativo de dichas cuestiones. De todo ello se han obtenido las diferentes estrategias de conciliación que son utilizadas por este colectivo y que pueden clasificarse en colectivas o personales, y en positivas o negativas. Finalmente, se comenta el uso diferencial que dan las deportistas y los deportistas profesionales a dichas estrategias.

PALABRAS CLAVE

Conciliación, deportistas profesionales, género, techo de cristal, estrés, relaciones interámbitos.

INTRODUCCIÓN

Desde hace décadas, y coincidente con un progresivo cambio de los roles de género y de la estructura familiar, ha aumentado la preocupación por la una adecuada conciliación de la vida laboral y personal. Con la progresiva incorporación de la mujer al trabajo fuera del hogar y la búsqueda de una corresponsabilidad en las tareas del hogar y en el cuidado de los hijos se ha puesto de manifiesto la necesidad de estudiar cuáles son las estrategias más adecuadas para que esta conciliación ocurra de la manera más eficaz posible (Garrido, Bueno e Infante, 2006). La literatura en torno a la conciliación trabajo-familia incluye el estudio de otros fenómenos conocidos como el efecto de los techos de cristal, esto es, la definición metafórica del conjunto de factores sutiles que impiden el desarrollo de la carrera laboral u opciones promocionales de las mujeres frente a los hombres que carecen de esas dificultades. Su carácter de invisibilidad viene dado por el hecho de que no existen leyes ni dispositivos sociales explícitos y establecidos que se impongan sino que está construido sobre la base de otros aspectos difíciles de detectar. Esto se puede aplicar a todos los trabajos que existen pero es mucho más acusado en los trabajos que implican gran dedicación, muchas horas y responsabilidad, lo que hace la tarea de conciliar especialmente ardua.

Un ejemplo de este tipo de trabajo alude a los deportistas profesionales. Este tipo de deportistas suelen empezar a practicar el deporte elegido desde una edad temprana y para ello muchas veces tiene que quitarle tiempo a otras actividades propias de la edad como los estudios o el tiempo que le dedican a su familia o amigos. Cuando crecen, si deciden dedicarse de forma profesional a su deporte, la situación es muy parecida. Las horas de entrenamiento son muchas y las competiciones les llevan a alejarse durante largos periodos de tiempo de su hogar. Todo esto implica que sea especialmente difícil compaginar su trabajo con su vida personal, ya sea su tiempo de ocio o sus obligaciones familiares. Según Infante (2010), la mayoría de los deportistas de alto rendimiento se enfrentan al denominado triángulo conciliador que supone atender desde edades muy tempranas demandas crecientes de la tríada estudios escolares, práctica del deporte y vida sociofamiliar, todo lo cual genera estrés, preocupación y problemas de salud (Infante, 2012).

El presente estudio se adentra en analizar las estrategias empleadas por estos deportistas profesionales a la hora de conciliar dicha triada y averiguar especialmente si existen diferencias significativas en función del sistema sexo-género (sexo del deportista y valoración social del deporte según género). Estudiar dichas estrategias en un ámbito de desarrollo puede ser especialmente difícil así por las siguientes razones metodológicas.

En primer lugar, la baja esperanza de vida laboral de este colectivo, que suele terminar en la mayoría de los casos entre los 32 y 35 años (González Rodríguez, 2008; Garriga, 2010), hace que en muchos casos bien se postergue la creación de una familia o bien se opte por anticiparse sin la madurez necesaria para ello. Además nos encontramos con una gran fragilidad en el proceso de estudio ya que debido a lo mencionado anteriormente puede haber mucha mortandad experimental al trabajar con una muestra tan peculiar en la que una lesión o la excesiva competitividad fuerza a abandonar el proyecto deportivo para siempre. No en vano, la escasa atención al desarrollo integral del deportista es una constante en la literatura científica en el que cuestiones como la conciliación trabajo-familia pueden considerarse menos importantes frente a otras como la competitividad o el máximo rendimiento del deportista profesional. La práctica del deporte, invisible en las esferas del no-trabajo, queda intersticial en las relaciones trabajo-familia propias de la literatura al respecto de forma que lo deportivo-profesional queda inscrito como "negocio" en la esfera laboral y excluido del ámbito del ocio y del tiempo-libre (Infante, 2010).

MÉTODO

Se ha utilizado un muestreo casual basado en 132 entrevistas a deportistas profesionales, realizadas entre los años 2005 y 2011. La recopilación de las mismas tuvo lugar durante los meses de Diciembre de 2009 a Febrero de 2010 en Internet siendo habituales los portales siguientes:

http://www.siempreenplay.com/Entrevistas_a_deportistas.html

www.eolapaz.com (Revista Indico)

De las 132 entrevistas, 85 (64,4%) de ellas fueron realizadas a hombres deportistas y 47 a mujeres deportistas. La edad media de los entrevistados fue de 27,39 años (estimada). A los datos obtenidos se les aplicó un tratamiento cualitativo con ATLAS.TI versión 6.2. Resulta curioso observar que los entrevistadores varones diferencialmente sumaron más entrevistas a deportistas profesionales varones que a mujeres siendo parejo el porcentaje de profesionales de hombres y mujeres entrevistados por mujeres ($\chi^2 = 8,54$, $p < 0,01$).

Entrevistadores	H	M
DP hombres	38 (79,1%)	21 (47,7%)
DP mujeres	10 (20,9%)	23 (52,3%)
	48	44

Tabla 1. Distribución de entrevistas según sexo del entrevistador y entrevistado.

Se constata pues que los entrevistadores varones muestran más inclinación a entrevistar profesionales varones del deporte frente a las entrevistadoras que equilibran sus entrevistas por sexo. Esto puede llevarnos a pensar que los varones no perciben a muchas deportistas profesionales como tales, no siendo interesante el entrevistarlas. Muchas profesionales han confirmado esta percepción social en sus respuestas y así se ve plasmado en el sueldo diferencial -a veces desmesurado- entre hombres y mujeres deportistas en una misma disciplina (Ej. fútbol).

Las variables que se han tenido en cuenta para hacer el estudio son las siguientes:

V1: Años en los que se realizaron las entrevistas: del 2005 al 2011.

V2: Disciplinas deportivas: se identificaron 21 categorías deportivas, a saber, ajedrez, alpinismo, atletismo, balonmano, baloncesto, ciclismo, billar, bolos, boxeo, esgrima, fútbol, golf, gimnasia artística, hockey, motor (rally/motos), natación, pesca, esquí, surf, tenis y voleibol.

V3: Sexo: hombres y mujeres.

V4: Edades: siguiendo la literatura al respecto se crearon tres categorías, a saber, un grupo de 15 a 25 años, otro de 26 a 35 y otro mayor de 36.

V5: Ámbito de conflicto interrol: interferencias percibidas en torno a los estudios (E), deportes (D), trabajo (T), familia (F) o amistades (A), dando lugar a diez combinaciones posibles (1ET-2EF-3ED-4EA-5TF-6TD-7TA-8FD-9FA-10DA)

V6: Pregunta de conciliación (realizada o no)

V7: Factores relacionados con el *techo de cristal*.

V8: Evidencia de crossover o contagio de estrés entre familiares.

V9: Evidencia de spillover o desbordamiento de estrés entre ámbitos.

V10: Tipo de estrategia conciliadora: individual vs colectiva y positiva vs negativa.

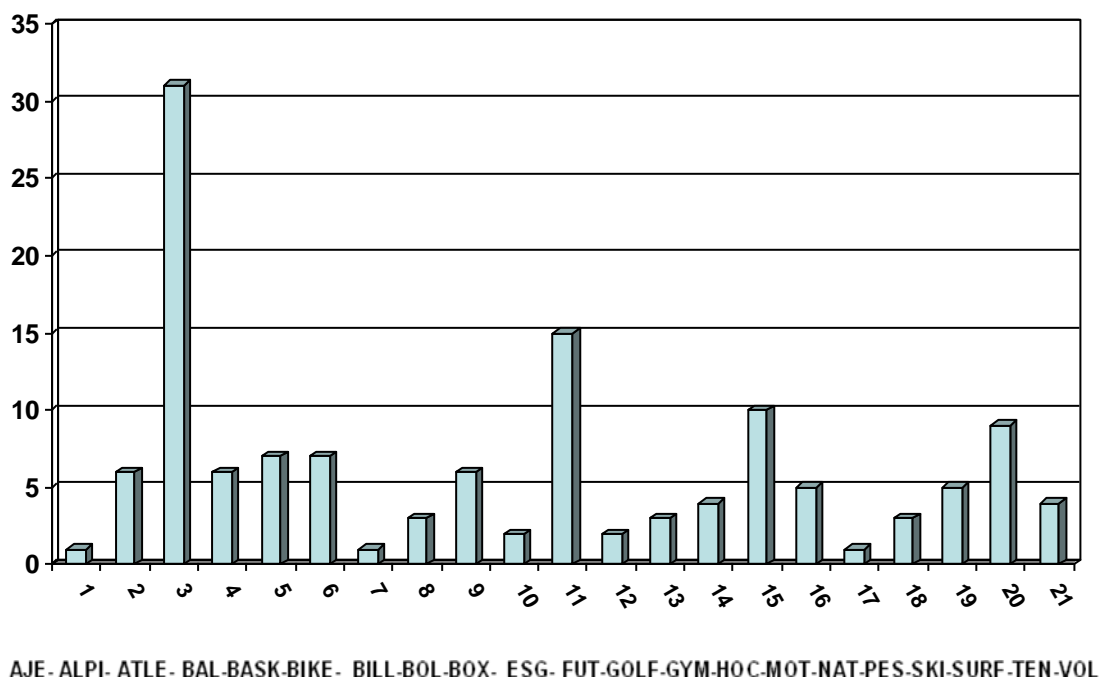
V11: Vías de enriquecimiento trabajo-familia.

V12: Tipo de entrevistador

V13: Fuentes de estrés interrol: dietas, estancias, horario y entrenamiento, lesiones, viajes, miscelánea.

V14: Número de preguntas formuladas en la entrevista: menos de 10, de 11 a 15 o más de 16 preguntas.

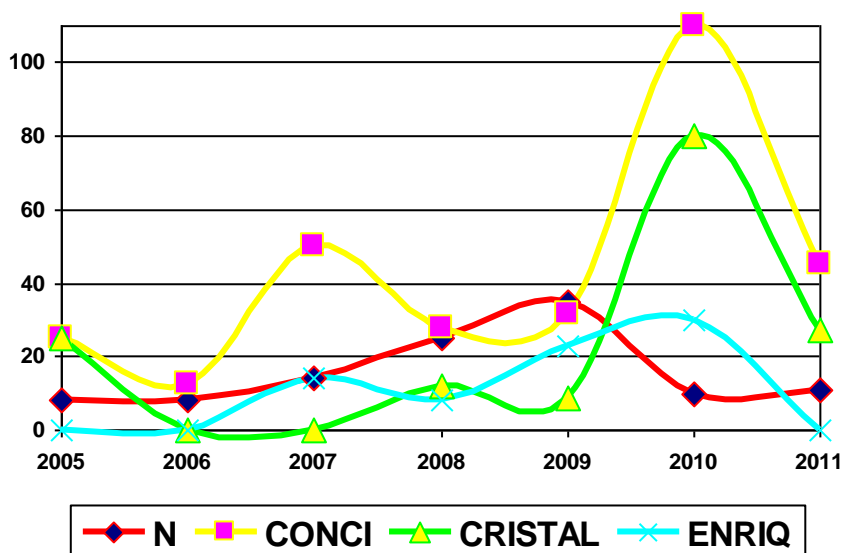
La siguiente Gráfica 1 muestra cuantas entrevistas se dedicaron a deportistas de una misma disciplina. Para los análisis posteriores se eliminaron todas las disciplinas que no superaron las cinco entrevistas.



RESULTADOS Y ANÁLISIS

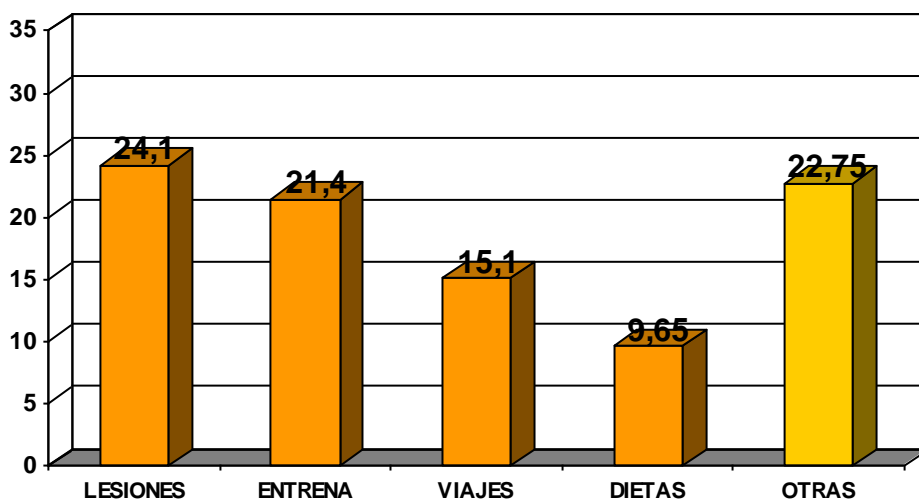
A través del estudio y análisis pormenorizado del contenido de las diferentes entrevistas, se han obtenido varios resultados que relacionan las diferentes variables estudiadas.

Primeramente, se relacionó el año en el que se produjo la entrevista con el contenido de conciliación para ver la evolución de los asuntos de conciliación en estos profesionales a lo largo del periodo estudiado (Gráfica 2). Como se observa hay un claro aumento progresivo de los contenidos referidos a la conciliación y al “techo de cristal”. Sin embargo, el enriquecimiento trabajo-familia se mantiene constante y en valores mínimos a lo largo del tiempo, lo cual es coherente con la literatura generalista sobre relaciones trabajo-familia. Nótese que para el año 2011 sólo se contabilizaron encuestas localizadas hasta febrero y aún así la tendencia es ascendente. En conclusión, los asuntos sobre conciliación trabajo-familia y temáticas asociadas sí ganan en atención pública desde que surgiera la Ley 39/1999, de conciliación de la vida laboral y familiar, de 5 de noviembre (BOE 6 de noviembre 1999, núm. 266, rect. BOE 12 de noviembre. Núm. 271), y es claramente visible su incremento en las entrevistas recopiladas sobre todo a partir del 2010.



Gráfica 2. Número de entrevistas por año y conciliación, techos de cristal y formas de enriquecimiento trabajo-familia.

Cómo ya se mencionó en el método, otras de las variables que interesaban en el estudio fueron las fuentes de estrés intrarrol. En la siguiente Gráfica 3 se muestra el porcentaje en el que estaba presente cada una de ellas. Como se puede observar las lesiones y los tiempos de entrenamiento son los acontecimientos que más estrés provocan en un deportista. Secundariamente, se mencionan los problemas ocasionados por los viajes frecuentes, especialmente para atender a las competiciones y las duras dietas que hay que respetar en determinadas disciplinas deportivas. En el apartado de otras fuentes de estrés, se mencionó con especial énfasis las estancias en centros deportivos de alto rendimiento y las tensiones de rol durante las competiciones deportivas.



Gráfica 3. Fuentes de estrés intrarrol en deportistas profesionales.

Después de un análisis más general, interesaba detenerse en la variable género. Por lo que se estudió la relación entre el género del deportista y la presencia en la entrevista de preguntas acerca de la conciliación, el techo de cristal y el enriquecimiento familia y trabajo.

	<i>DP hombres</i>	<i>DP mujeres</i>	<i>Total muestra (%)</i>
CONCILIACION	18	26	33%
TECHOS DE CRISTAL	4	15	14,4%
ENRIQUECIMIENTO	8	7	11,3%

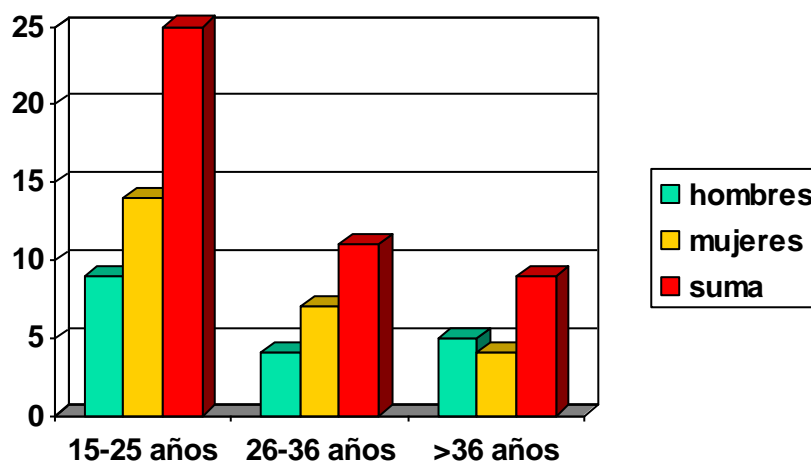
Tabla 2. Mención de las variables de conciliación, techos de cristal y enriquecimiento en deportistas profesionales (DP) según sexo.

Como se aprecia, la pregunta de la conciliación se produce en sólo un 33,3% de las entrevistas. De ellas el 59% los deportistas eran mujeres. La pregunta de conciliación se produce independientemente del tipo de entrevistador y sexo del deportista si bien es cierto que la mayoría de los varones más preguntados al respecto ya estaban jubilados (pregunta a posteriori) frente a las mujeres que son preguntadas en cualquier edad laboral. Por otra parte, la diferencia entre hombres y mujeres es significativa para el caso de "techos de cristal" ($\chi^2= 6,36$, $p<0,05$) entendiéndose efectivamente que este fenómeno es exclusivamente sufrido por las mujeres deportistas y/o los deportes femeninos. Coherente con la literatura al respecto, las formas de enriquecimiento trabajo-familia son escasas en los discursos societales para este colectivo que sobrelleva a atención y percepción de incompatibilidades entre esferas de desarrollo mediante esfuerzos de vocación deportiva y sacrificios personales.

El siguiente paso fue profundizar en el tema de la conciliación según las edades de los deportistas (Gráfica 4). Tal y como se aprecia, la pregunta de la conciliación en los varones pierde interés en la "época de gloria", es decir, entre los 26 y los 36 años, así llamada porque es

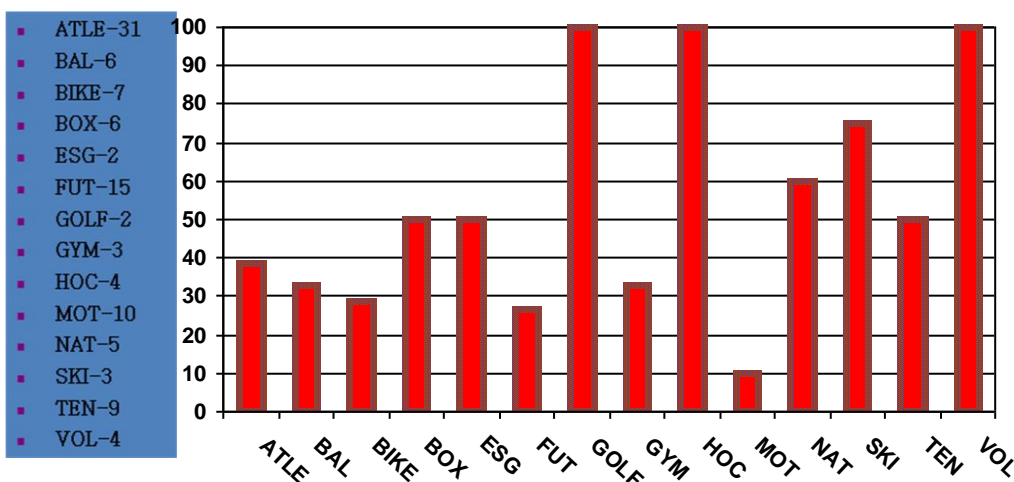
el periodo de esplendor de un jugador profesional por término medio a partir del cual las posibilidades de destacar en lo deportivo disminuyen considerablemente.

Tanto en varones como en mujeres, pero bastante más en mujeres, destaca el interés durante la época de estudios. Esto parece indicar que la época de estudios debe considerarse un “punto de inflexión” donde se determina si seguir o no con el deporte según logros alcanzados hasta la fecha o bien retomar o finalizar estudios para fanatizarse un futuro. Este hecho tiene sentido ya que el deportista debe decidir si se quiere dedicar profesionalmente a la disciplina escogida y por lo tanto renunciar a otro tipo de formación.



Grafica 4. Evidencia de la pregunta de conciliación según edad del DP entrevistado.

Según la disciplina elegida nos encontramos los siguientes resultados en torno a la pregunta de conciliar (Grafica 5). Los deportes en los que la pregunta fue más formulada aludieron al Golf, Hockey, Natación, Ski, y Voleibol, y en menor medida, Boxeo, Esgrima y Tenis. Para los demás deportes mencionados en el método no se encontró ninguna pregunta relacionada con la conciliación. Probablemente, sea la baja accesibilidad del deporte lo que motiva la formulación de la pregunta al entender que la práctica de ese deporte precisa de instalaciones especiales y poco frecuentes en las ciudades o pueblos, y/o de materiales de gran inversión económica como en el caso del Golf o el Ski. Así, correr, jugar al fútbol o al baloncesto parece estar al alcance de todos.



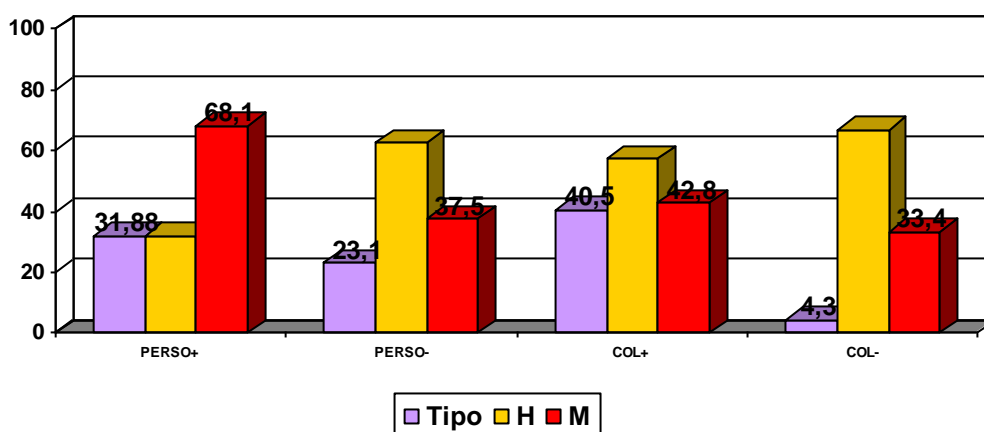
Grafica 5. Presencia de la pregunta de conciliación según disciplinas deportivas.

Por último, se detectaron y analizaron las estrategias de conciliación usadas diferencialmente por mujeres y hombres deportistas profesionales. A largo de todas las entrevistas se identificaron cuatro tipos de estrategias: colectivas, individuales, positivas y negativas (Tabla 3).

	Positivas	Negativas
Personales (N=28)	- Gestión del tiempo	- Sacrificio por priorización
Colectivas (N=31)	- Apoyo social o material: familia, empresas, pareja, amistades. - Políticas conciliadoras	- Sacrificio por priorización

Tabla 3. Estrategias de conciliación laboral y personal en DP.

Para este colectivo, las estrategias de conciliación personales y positivas se identifican como gestión del tiempo, es decir, las personas organizan el tiempo del que disponen y las actividades que deben realizar para poder llegar a hacerlo todo. Por su parte las colectivas y positivas se basan en el apoyo de los demás, ya sea la familia, amistades, empresa, etc. Por último, las negativas, tanto colectivas como personales representan el sacrificio de un ámbito de la vida para darle prioridad a otro. Las estrategias negativas han sido detectadas tanto a título individual –el propio deportista profesional- como institucional o social –ej. Algunos centros de alto rendimiento que suavizan las demandas escolares para atender con éxito las deportivas). Las estrategias utilizadas en general y distribuidas por género se representan en la siguiente gráfica 6.



Gráfica 6. Estrategias diferenciales de conciliación según sexo del DP.

En general las estrategias colectivas resultan más ventajosas que las personales pues fallan en un 23% (vs 4,3%), esto es, el deportista relata que pese a sus esfuerzos personales no consigue atender el tiempo y forma las demandas escolares, laborales y/o sociofamiliares y al final debe sacrificar aspectos y logros de la vida. Por el contrario, la mayoría de los deportistas no dudan en

destacar que sin las estrategias colectivas (ayudas y apoyos de familiares, entrenadores y centros deportivos) no hubieran alcanzado ningún éxito personal o deportivo.

Por otra parte, las mujeres hacen un uso más equilibrado de ambos tipos de estrategias mientras que ellos parecen recurrir más a las estrategias personales ($\chi^2=4,06$, $p<0,05$). Eso puede significar que las mujeres reciben más apoyo por parte de sus familiares, amigos o de su lugar de trabajo para compatibilizar o simplemente que utilizan más este apoyo a la hora de intentar hacerlo todo.

La constatación de estas estrategias queda reflejada en los comentarios seleccionados al respecto de la muestra de deportistas profesionales. A continuación se muestra una pequeña fracción de alguna de las entrevistas para que se aprecien ejemplos de cada una de las estrategias.

Estrategia positiva: gestión del tiempo.

“Para mí personalmente no es nada difícil compaginar el fútbol con los estudios ya que si te gusta este deporte o cualquier otro siempre buscas algún rato para poder practicarlo” (Cruz Jurado, M, fútbol, 2010).

“No, porque organizo mi tiempo de manera que el momento en que no esté entrenando, pueda dedicar ratos al estudio y, por supuesto, a estar con mis amigos. Desde mi punto de vista creo que si logras compaginarlo todo bien, no supone ningún problema” (Santamaría, M, voley, 2009).

“En el trabajo el horario es el que es, luego están todas las obligaciones como madre, pero como te decía, encuentro tiempo de dónde puedo. En lugar de sentarme a comer, salgo a correr y como algo rápido, por ejemplo si quieres encuentras, tiempo para entrenar y para competir” (Cabanas, M, atletismo, 2010).

“El secreto es fácil: intentar combinar el orden de los factores de manera que al final del día hayas podido entrenar” (Castañer, H, alpinismo, 2009).

“No creo que sea muy difícil de conciliar, pero yo les diría que si se quiere, se consigue sacar el tiempo de donde sea para hacer todo lo que se quiere” (Barceló, M, hockey, 2010).

“Hay que organizarse el tiempo para poder estudiar, hacer un deporte y tener tiempo libre para el ordenador, la play station...” (Abascal, H, atletismo, 2009).

“No es difícil compaginarlo; siempre sacas tiempo de donde sea para poder hacerlo todo. Cuando una cosa te gusta no es difícil encontrar tiempo. Se puede hacer todo y disfrutar de todo” (Vives, M, hockey, 2010).

“No quiero dejarlo, y mi deseo es seguir vinculado a la Universidad de Cantabria, así que intentaré poder venir solo para los exámenes, si la Universidad no me pone muchas pegas..” (Marcano, H, fútbol, 2009).

En este caso encontramos la palabra organización muchas veces. Los deportistas afirman que cuando algo te gusta realmente eres capaz de organizar tu tiempo y poder hacerlo todo. Es personal porque son ellos los que gestionan el tiempo y positiva porque realmente les da resultado sin tener que renunciar a nada de lo que les gusta.

Estrategia personal negativa: sacrificio-priorización.

“Está claro que mi primera prioridad es mi hija y, por delante de todo, pasa cubrir sus necesidades” (Cabanas, M, atletismo, 2010).

“Lo primero es siempre estudiar y luego si me queda tiempo esquío... Mi consejo es dedicarse casi por entero a ello y asumir que hay que afrontar muchos sacrificios” (Pozueta, H, esquí, 2007).

“También pretendo volver a retomar los estudios ya que debido al surf los he dejado de lado” (Solar, M, surf, 2008).

Yo antes de involucrarme en la selección española nunca le di tanta importancia...lo primero, y lo tengo muy claro, es estudiar (De Olmo, M, voley, 2009).

“Pero más que hablar de pautas yo hablaría de “filosofía de vida”. A veces digo que es un tema casi de egocentrismo, pues cuando te dedicas al atletismo a nivel competitivo todo gira alrededor de ti mismo. La vida familiar queda totalmente ligada a tus entrenamientos y eso a veces resulta un poco duro para ti y para los que están cerca de ti” (Fiz, H, atletismo, 2005).

“Y pensar que dentro de poco el baloncesto ya no formara parte de mi futuro profesional. Por ello quiero centrarme mas en la carrera que estoy haciendo” (Llanos, H, baloncesto, 2009).

“No ahora mismo ya no estudio, no porque ya no quiera, sino porque lo he dejado apartado. Terminé la ESO e hice un módulo de administración de finanzas y ahora me dedico más a la cantera del balonmano en Torrelavega” (Pérez, H, balonmano, 2009).

“Sí, requiere un sacrificio, horas de entrenamiento y muchas ganas. Cuando es las temporada en verano, te privas de muchas cosas como ir a la playa salir con los amigos depende de cuando sea la competición. Se necesita mucho descanso” (Trueba, H, ciclista, 2009).

“...sacrifiqué toda mi adolescencia en una residencia entrenando 6 horas diarias, no pude estudiar una carrera universitaria porque para mí el entrenamiento estaba por encima de todo” (Cruz, M, esgrima, 2007).

“He tenido que renunciar a muchas fiestas, sobretodo en verano, en fin, muy poco tiempo con los amigos” (Herreros, H, fútbol, 2007).

“Bueno, pues claro, todos esos detalles, pasan a un segundo plano, hay que tener responsabilidad, y saber que si quieres hacer una cosa, la debes de dedicar el tiempo máximo, y los sacrificios necesarios” (Pardo, M, gimnasia, 2008).

“Si que requiere esfuerzo y sacrificio yo creo que como cualquier deporte de competición siempre te quita tiempo para salir y estar con los amigos pero si quieres algo, algo te cuesta” (Lago, H, boxeo, 2010).

“(He sacrificado)...algún tiempo libre con los amigos y la familia, pero merece la pena” (Sordo, H, motor, 2009).

En este segundo tipo de estrategia las palabras sacrificio, prioridad y renuncia son las que más abundan. Los deportistas han decidido dedicarse a un aspecto de su vida en detrimento de otro. En este caso es positiva porque son ellos los que priorizan pero es negativa porque no les lleva a un adecuado balance de todos los aspectos de su vida.

Estrategia colectiva negativa: Sacrificio-priorización.

“...en los centros de alto rendimiento el nivel escolar es muy bajo y son tus propios entrenadores los que, si te ven con posibilidades, te hacen elegir entre el deporte y tus estudios ya que llegado un momento el nivel de esfuerzo, preparación y competición es demasiado alto para compaginar ambos” (Pérez Carral, H, tenis, 2007).

“Si de alguna manera era más fácil, hay que tener en cuenta que allí (CAR) lo principal era el tenis, sin dejar nunca de lado los estudios” (Ruiz, H, tenis, 2007).

“En el trabajo el horario es el que es, luego están todas las obligaciones como madre, pero como te decía, encuentro tiempo de dónde puedo” (Cabanas, M, atletismo, 2010).

Aunque las palabras que nos encontramos son parecidas que en el caso anterior, en este los que deciden no son los propios deportistas, sino que son los demás los que establecen las prioridades. Los centros de alto rendimiento, los entrenadores y el trabajo en general son los que marcan el ritmo y los deportistas se limitan a seguirlo.

Estrategia positiva colectiva: apoyo social y material.

“Si, ya que mi padre es profesor de natación y le encantan los deportes. Sin duda alguna ha sido muy importante para mí el apoyo que he recibido por parte de mi padre ya que siempre ha estado ahí conmigo en todos los campeonatos apoyándome” (Bustillo, M, natación, 2008).

“...aunque a veces me agobio tanto que he pensado en dejarlo pero he tenido el apoyo de mis padres y compañeras” (Casanova, M, natación, 2006).

“Además los profesores se portan bien y me cambian los exámenes si coincide” (Pozueta, H, esquí, 2007).

“Me lleva mi padre, a mi familia siempre le ha encantado el tenis y saben que si yo de verdad lo quiero me llevan a cualquier lado” (Alberdi, M, tenis, 2005).

“Si, por supuesto he recibido siempre un gran apoyo por parte de mi familia en la que todos son deportistas y comprenden mi entusiasmo con el deporte” (Santamaría, M, voleibol, 2009).

“Al no tener hijos es todo más fácil, yo trabajo de tardes en Barcelona, en este aspecto voy un poco al contrario que el resto del mundo, y me gusta mucho salir a correr a primera hora de la mañana” (Opisso, M, atletismo, 2011).

“Afortunadamente el trabajo que tengo me permite tener unas horas libres cada tarde para dedicarlas al deporte” (Planell, M, atletismo, 2010).

“Y para conciliar la vida profesional con la personal no tengo problemas, puesto que mi pareja también viene del mundo del atletismo y me ayuda muchísimo” (Morató, M, atletismo, 2009).

“Esto es lo más complicado. Haciendo equilibrios y, sobretudo, con el apoyo de mi mujer, de mi hijo y de mi hermano” (Castañer, H, atletismo, 2009)

“Todo es organizarse y tener al lado una persona que te comprenda. Mi mujer sabe cómo necesito el atletismo y nos organizamos para que pueda seguir entrenando y compitiendo” (Marsol, H, atletismo, 2011).

*“Mis amigos me apoyaron desde que tomé la decisión y en cada entrenamiento. Fue muy importante para mí que estuvieran ese día dándome fuerzas con su aliento. Mi familia también estuvo ese día apoyándome. Y mi novio *****; que sin él no podría haber hecho lo que hice” (Delieutraz, M, atletismo, 2007).*

*“Mi familia, sobretudo mi padre, mi entrenador ***** y mis compañeros de entrenamiento. Son las personas que se volcan más en mi y en mi carrera deportiva y se lo agradezco mucho, sin ellos no estaría donde estoy” (Bossy, H, atletismo, 2010).*

“Creo que (el deporte) me lo aporta todo [lo dice con gran seguridad], además tengo la suerte de que mi marido comprende mi profesión” (Beitia, M, atletismo, 2010).

“No ha sido duro, pues el trabajo de funcionario es cómodo, es decir, te permite compaginarlo perfectamente con otra actividad, como es, en este caso, el deporte. Fue un cambio leve; no me costó demasiado adaptarme” (Solar, H, balonmano, 2010).

“Pues como a casi todos, yo creo que tu familia porque cuando eres pequeño y no puedes ir andando te llevan en coche, esperan a que te duches y todo eso. Sobre todo mi familia que siempre me apoyó desde el comienzo” (Marcano, H, futbol, 2009).

“También el sistema ha sido condescendiente conmigo, si tengo algún examen o algo y me coincide con una concentración con la selección no tienen problema en aplazarlo” (Ríos, H, judo, 2008).

Las palabras apoyo y comprensión son las que más se repiten en esta última estrategia. Los demás, ya sean pareja, amigos o el trabajo se vuelcan con el deportista para que pueda realizar todas las actividades que se propone.

Comentarios sobre Techos de Cristal

“Personalmente creo que aún queda mucho por recorrer, al menos para estar en un mismo nivel que el hockey masculino, aunque creo que el camino que se está siguiendo es el correcto” (Barceló, M, hockey, 2010)

“¿Le podrías decir a mi madre que esto es un trabajo?(tono irónico y risas)” (Ruiz, H, atletismo, 2008).

“Aunque intentan que no se vea, al final siempre sale el machismo en el deporte. Sobre todo en los espónsores y en los organizadores de las competiciones, que no pagan igual a los hombres que a las mujeres del mismo nivel” (Domínguez, M, atletismo, 2005).

En las entrevistas a mujeres se pueden observar en algunos casos comentarios referidos a los Techos de Cristal, el tema del machismo imperante todavía en el deporte y el largo camino que todavía les queda por recorrer a las mujeres.

CONCLUSIONES

Como ya se mencionó en la introducción, los deportistas profesionales tienen las cosas bastante difíciles a la hora de conciliar su profesión con una vida personal satisfactoria. Aún así, como hemos visto gracias a las entrevistas, los profesionales del deporte tienen sus propias estrategias para intentar hacerlo de la mejor manera posible. En general las estrategias colectivas son más eficaces que las personales. Esto puede ser debido al hecho de que el apoyo de los demás es fundamental para una conciliación efectiva en puestos de trabajo altamente demandantes. En este colectivo, se añade el factor estresante de estar invirtiendo tiempo, esfuerzo y dinero personal y ajeno en un proyecto que podría no llegar a buen puerto por una simple lesión desafortunada o arrastrado por los niveles de excelencia competitiva.

También llama la atención que las mujeres suele ser más equilibradas a la hora de usar estrategias colectivas y personales frente a los hombres que utilizan más las personales. Sin embargo, el contrapunto negativo es que en las entrevistas a mujeres es donde nos encontramos el tema del techo de cristal como algo que las deportistas observan en su entorno de trabajo, la imposibilidad de alcanzar en muchos casos a sus compañeros masculinos.

Sin embargo, todos estos resultados hay que tomarlos con cierta cautela ya que existen una serie de limitaciones metodológicas. El muestreo incidental realizado a partir de las entrevistas encontradas en Internet puede suponer que los deportistas entrevistados tendrían una serie de características que no todos los demás tienen por qué tener. De hecho unos resultados tan positivos pueden ser debidos a que todos los entrevistados han triunfado en su profesión, lo que nos lleva a preguntarnos si los demás en parte no triunfaron debido a la imposibilidad de conciliación, ya sea por una falta de habilidades de organización o por un apoyo deficiente. Futuros estudios podrían investigar esta línea tan escasa como necesaria en nuestra sociedad cada vez más comprometida y líder en el ámbito deportivo.

BIBLIOGRAFÍA

Duxubury, L. E. y Higgins, C. A. (1991). Gender differences in work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76, 60-74.

Ernst-Kossek, E. y Ozeki, C. (1998). Work-family conflict, policies, and the job-life satisfaction relationship: A review and directions for organizational behaviour-human resources research. *Journal of Applied Psychology*, 83(2), 139-149.

Garrido, M., Bueno, R. e Infante, E. (2006). Características del empleo en el siglo XXI. *Revista de Psicología Social Aplicada*, Vol. 16 (3), 287-302.

González Rodríguez, A. (2008). *La conciliación de la vida laboral, familiar y deportiva de los corredores populares en Sevilla*. IV Congreso Internacional y XXV Nacional de Educación Física. Córdoba, 2-5 Abril.

Gracia, F. J.; González, P. & Peiró, J. M. (1996). El trabajo en relación con los otros ámbitos de la vida. In J. M. Peiró & F. Prieto (Eds.), *Tratado de Psicología del Trabajo. Vol. II: Aspectos Psicosociales del Trabajo*, pp. 187-222. Síntesis: Madrid.

Greenhaus, J. H. & Bautell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10 (1), 76-88.

Infante, E. (2012). *Relaciones trabajo-familia: conflictos y emociones en juego*. Editorial EAE: Saarbrücken, Alemania.

Infante, E. (2011). *Researching Work-Family Discourses: Step-by-Step Audiovisual Analysis of the British Sitcom Only Fools and Horses (1981-2003)*. Cambridge Scholars Publishing: Newcastle upon Tyne, UK.

Infante, E. (2011): El triángulo conciliador de los deportistas profesionales. *XIII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Sevilla, 17-19 Noviembre. <http://www.altorendimiento.com/es/congresos/psicosociologia/4165>.

Infante, et. al. (2011): Fuentes de cooperación en equipos deportivos. *XIII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Sevilla, 17-19 Noviembre.

Rojas, J. y Pelcastre, B. (1993). Una aproximación al estudio de las conversaciones. *Psicología Cultural*, pp 75-81. Eudema: Sevilla.

Sekaran, U. (1985). The paths to mental health: An exploratory study of husbands and wives in dual-career families. *Journal of Occupational Psychology*. 58, 129-137.