



## Los *yips*: un análisis acerca de cómo perder una habilidad

Sofía Mondaca\*

Tradicionalmente, la llamada “concepción epistemológica de la mente” ha defendido que la mente consiste en un conjunto de ideas, análogas a imágenes o descripciones, que representan el mundo de determinada forma y que pueden, o no, corresponderse con el mismo. Dicha concepción ha asumido que la acción deliberada o el ejercicio de las habilidades prácticas debe entenderse como un movimiento del cuerpo que siempre es guiado o direccionado por algún estado mental o psicológico particular, y es en función de ello que deben explicarse. Los llamados enfoques intelectualistas sobre de la mente (McDowell, 1994, 2013) son asociados comúnmente con dicha concepción.

Sin embargo, a fines del siglo XX, una nueva concepción acerca de nuestras habilidades surgió de la mano de Hubert Dreyfus, quien logró combinar los estudios en fenomenología con la filosofía de la mente para dar lugar a una perspectiva novedosa en torno al ejercicio de nuestras habilidades prácticas, también denominadas “*skillful coping*”. Dreyfus defendió un enfoque antiintelectualista de la mente y sostuvo que debemos entender el comportamiento inteligente o direccionado como la forma consumada de la inteligencia humana. Cuando nos encontramos ocupados en nuestras *skillful coping*, la habilidad para estar en el flujo<sup>1</sup> no depende de la ponderación de deseos y motivaciones, sino más bien, del mundo, el cual nos dirige y nos sostiene en un curso de acción.

El caso de los deportistas expertos parece ser la evidencia ideal para dicha concepción antiintelectualista: los movimientos de un jugador de fútbol que corre con la pelota dominada en el campo de juego no parecen estar motivados por ciertas creencias acerca de dónde y cómo debe realizar sus pasos, sino, más bien, parecen simplemente desprenderse de él. Pero, ¿qué sucede cuando los deportistas expertos sufren fallas en el ejercicio habilidoso sin una explicación aparente? Este fenómeno ha sido denominado como “los *yips*” y, aún en la actualidad, no se ha logrado un común acuerdo

---

<sup>1</sup> In the flow, en inglés

\* Universidad Nacional de Córdoba  
ssofiamondaca@gmail.com

sobre cómo definirlo y explicarlo, menos aún, sobre cómo curarlo.

El presente trabajo se desarrolla en la intersección entre dos marcos explicativos: por un lado, el de las habilidades prácticas y su relación con cierta concepción de la mente; por otro lado, el de las diferentes explicaciones de los *yips*. Partirá de la distinción entre la llamada concepción epistemológica de la mente en discusión con la concepción antiintelectualista-dreyfusiana a fin de analizar el fenómeno de los *yips* en el ejercicio práctico habilidoso. El objetivo será argumentar a favor de una explicación sobre los *yips* basada en un enfoque intelectualista, que rescate algunos puntos centrales de la “concepción epistemológica de la mente” y que los relacione con un enfoque basado en el carácter situado del ejercicio habilidoso.

## I. Los *yips*

Existen reiterados casos donde los que atletas profesionales pierden, de forma repentina y sin una explicación aparente, sus habilidades deportivas. Dicho fenómeno ha sido denominado como “los *yips*” (*the yips*). Los casos más conocidos se han identificado principalmente en jugadores de golf, básquet y béisbol, aunque no hay restricción aparente para identificar el fenómeno en el ejercicio de otros deportes o incluso de otras habilidades prácticas<sup>2</sup>. Se suele adjudicar el término “*yips*” al golfista escocés Tommy Armour, quien lo acuñó a mediados del siglo XX, cuando lo padeció y lo definió como “un espasmo cerebral que perjudica el juego rápido”<sup>3</sup>. Sin embargo, esta no es la única acepción que ha tenido el término.

Podemos encontrar múltiples definiciones con explicaciones que en su mayoría varían entre sí. El diccionario Merriam-Webster online (2019), por ejemplo, describe los *yips* como “un estado de tensión nerviosa que afecta a un atleta en la realización de una acción crucial”. En

---

<sup>2</sup> Defender que el fenómeno de los *yips* puede encontrarse en otro tipo de habilidades prácticas merece un desarrollo aparte. No obstante, recientemente, se ha comenzado a identificar *yips* en el campo del cricket, tenis, dardos, béisbol (Adler, 2007). A su vez, se han asociado con los calambres ocupacionales experimentados por los escritores (Crisp y Moldofsky, 1965; Bindman y Tibbets, 1977), músicos (Critchley, 1977; Newmark y Hochberg, 1987), mecanógrafos, telégrafos y artistas entre otros.

<sup>3</sup> Apenas a un mes de ganar el torneo Shawnee Open de 1927 en Estados Unidos, Tommy Armour, uno de los golfistas más reconocidos del siglo XX, comenzó a sufrir una afección que le impidió realizar putts cortos de forma regular. En reiteradas competencias se refirió a tales afecciones como “*the yips*”, un mal casi imposible de curar.

consonancia con esta definición, Adler (2007) los define como una forma de “asfixia”, una manifestación extrema de ansiedad asociada a la reducción del desempeño bajo circunstancias de presión, tales como las que se dan en las competiciones deportivas. No obstante, a menudo los *yips* han sido asociados a causas más bien neurológicas que psicológicas y han sido descritos como “disonías focales” (McDanielet al, 1989; Sachdev, 1992). Masters (1992) ha sugerido que los *yips* están relacionados con una ruptura en el comportamiento motor automático. Otros investigadores los han definido como un trastorno del movimiento a largo plazo que consiste en movimientos involuntarios que se producen en el curso de la ejecución de una conducta motora experta y exclusivamente controlada (McDaniel et al, 1989; Prapavessis y Byblow, 2006).

En las últimas décadas se han detectado cada vez más casos de habilitados expertos que manifiestan sufrir los *yips*. Sin embargo, los estudios al respecto no han avanzado en profundidad. La interpretación de los *yips* resulta compleja y hasta el momento no se ha logrado establecer una definición que sea de común aceptación.

Si revisamos la bibliografía que se encuentra en discusión podremos distinguir, al menos, tres tipos de explicaciones diferentes:

- (i) Explicación neurológica (Henry y Rogers, 1960; McDaniel et al., 1989)
- (ii) Explicación psicológica (Masters, 1992; Klämpfl et al., 2013a, 2013b)
- (iii) Explicación filosófica (Papineau, 2015)

### **(i) Explicación neurológica**

La teoría del “Tambor de organillo” (“*Memory Drum*” *Theory of Neuromotor Reaction*) propuesta por Henry y Rogers (1960), se posiciona como una de las bases para las explicaciones neurológicas de los *yips*. Según la misma, debemos comprender la memoria humana como semejante a la memoria de un ordenador, la cual contiene programas almacenados listos para funcionar al recibir la señal adecuada. Análogamente, la memoria humana almacena patrones de acción (patrones de movimiento) que se ponen en ejecución. Estos toman la forma de una destreza aprendida concreta una

vez que procesamos las señales y estímulos (información perceptiva) correctos para ello. De tal modo:

La teoría propone un mecanismo no consciente que utiliza información almacenada (memoria motriz) para canalizar los impulsos nerviosos existentes de las ondas cerebrales y los estímulos aferentes generales hacia los centros de coordinación neuromotora, subcentros y nervios eferentes apropiados, causando así el movimiento deseado (Henry y Rogers, 1960, p. 448).

En consecuencia, Henry y Rogers (1960) plantean que el procesamiento de estímulos en función de la memoria motora se vuelve más lento mientras más compleja es la acción. Esto se debe a que, a medida que el comportamiento es más complejo, requiere almacenar mayor cantidad de información para su correcta ejecución y, por lo tanto, el tiempo requerido para procesar dichos datos es mayor.

Esta tesis ha sido recogida por algunos autores que se dedicaron al análisis de las fallas en la acción habilidosa, proponiendo que es el esfuerzo por hacer conscientes los mecanismos de la memoria motora lo que genera una latencia en la reacción. Esta latencia introduce una interferencia que desencadena la falla en el modo habitual del ejercicio de la acción. En sintonía, McDaniel et al. (1989) y Sachdev (1992) definieron los *yips* como un caso de distonía focal. Esto es, como un trastorno del movimiento neuromuscular que causa movimientos involuntarios que provocan la pérdida de control.

No obstante, la explicación neurológica no logra dar cuenta de muchos de los casos hasta el momento testeados de deportistas expertos que han sufrido o sufren de *yips*. Reiterados estudios señalan que no se ha encontrado indicación de un origen neurológico en el surgimiento de los *yips* (Klämpfl et al., 2013a). A su vez, aquellos deportistas que se encuentran afectados por los *yips* no describen dolor ni tensión o incomodidad, como si suele suceder cuando los deportistas sufren lesiones/desórdenes por tensión ocupacional (Adler, 2007). Esto parece contradecir la hipótesis de que los *yips* son un caso de distonía focal.

## (ii) Explicación psicológica

Masters (1992) sugirió que los *yips* podrían ser una forma extrema de “asfixia” que tiene lugar cuando el deportista fracasa por estar bajo situa-

ciones de mucha presión, ansiedad o estrés. Tales situaciones, defendió, interfieren en el ejercicio autónomo y fluido de una acción. Cuando los deportistas expertos se encuentran frente a dichas situaciones tienden a buscar realizar un procesamiento consciente del conocimiento explícito adquirido acerca de cómo realizar su habilidad. En función de responder de la mejor manera, por ejemplo, a un campeonato de gran importancia para la disciplina. Los jugadores comienzan a pensar en cómo ejecutan su habilidad y se vuelven conscientes sobre los movimientos que deben realizar en el ejercicio habilidoso. Este esfuerzo por tomar el control del propio comportamiento es, para Masters, la causa de los *yips*.

De manera similar, Klämpfl y colaboradores afirman que el rendimiento de los atletas expertos se ve afectado por el proceso de reinversión, en dónde se descompone la habilidad automatizada en partes más pequeñas, tal como sucedía en la primera etapa de aprendizaje (2013b, p. 2). Dicha descomposición requiere que los deportistas presten especial atención a los pasos que guían su comportamiento y esto aumenta las posibilidades de errores en la acción y, por lo tanto, del surgimiento de los *yips*.

Sin embargo, en uno de los últimos trabajos empíricos realizados para explicar el fenómeno de los *yips*, Klämpfl y colaboradores han señalado que el hecho de pensar la acción en partes más pequeñas no parece ser la causa de los *yips* (2013b). Klämpfl diseñó un experimento para testear la hipótesis de que,

El rendimiento de los atletas cualificados se ve afectado por la reinversión, que descompone la habilidad automatizada en partes más pequeñas, como en las primeras etapas del aprendizaje, lo que aumenta las posibilidades de que se produzcan errores (Klämpfl et al., 2013b; p.2).

Sin embargo, los resultados arrojaron conclusiones que contradijeron la hipótesis predicha. El comportamiento de los deportistas expertos no pareció sufrir variación alguna en casos en dónde descomponían la acción en partes y en casos donde no lo hacían. Según los resultados, la reinversión o el intento de controlar conscientemente sus propios movimientos no parecía ser responsable de la ocurrencia de los *yips*.

El diseño experimental de Klämpfl et al. (2013b) fue el primer intento de corroborar empíricamente la relación entre la reinversión y los *yips*. En este sentido, los resultados no deben tomarse como conclusiones definitivas en contra de los estudios teóricos que asumen la covariancia entre

la reinversión y el surgimiento de los *yips*. Sin embargo, tal evidencia nos señala que debemos revisar tanto las causas psicológicas postuladas como el diseño de los experimentos para apoyar la teoría.

### (iii) Explicación filosófica

La explicación filosófica del fenómeno de los *yips* es muy reciente. David Papineau (2015) quizás es quien más se ha ocupado de elaborar una teoría filosófica que logre captar cuáles son las verdaderas causas del controvertido fenómeno. Su investigación acerca de los *yips* parte de un enfoque que algunos han tomado como intelectualista.

Papineau ha entendido las acciones básicas como aquel tipo de acciones que el agente sabe hacer directamente, sin requerir descomponer la práctica en una serie de pasos ordenados a seguir. Las acciones básicas refieren a un tipo de comportamiento que, luego de un tiempo de aprendizaje y entrenamiento, se convierten en una secuencia integrada subpersonal sobre la cual el agente no necesita pensar para actuar de manera exitosa (Papineau, 2015, p. 2). De tal manera, para un jugador experto de golf, los movimientos propios del juego son lo que aquí llamaremos una acción básica.

Papineau identifica dos modos de realizar una acción. Un primer modo consiste en descomponer la acción en una serie de pasos que es necesario seguir. Al realizar una acción de este modo, el sujeto se encuentra pensando reflexivamente sobre cada una de las partes que conforman la totalidad de la acción, tal como sucede en los procesos de aprendizaje de una acción habilidosa. Si decidimos aprender a jugar al golf, probablemente comenzaremos por atender a las reglas que un instructor nos indica, imitando los movimientos habilitados y necesarios para un juego óptimo.

Asimismo, parece haber un segundo modo de realizar una acción. Papineau sostiene que cuando un sujeto experto, digamos un jugador de golf consagrado, pone en práctica su habilidad de manera exitosa, no se encuentra descomponiendo la acción en distintos pasos a seguir, sino que simplemente hace lo que sabe hacer, esto es, jugar al golf (2015, p. 3). Este modo de actuar es justamente lo que distingue a un deportista habilidoso de un principiante.

Sin embargo, existen reiterados casos en los que deportistas expertos pierden la concentración y comienzan a tener fallas en el ejercicio de la acción. Papineau sostiene que en tales casos los deportistas “no tienen la

mente en orden”. Esto puede suceder por dos causas. En primer lugar, señala que los deportistas pueden sufrir “asfixia” (*choking*), eso es, “una pérdida de concentración causada por la presión de alguna situación competitiva, que hace que el jugador se desempeñe a un nivel significativamente inferior al normal” (Papineau, 2015, p. 10). En segundo lugar, afirma que los deportistas pueden sufrir *yips*, es decir, pueden perder la concentración en el ejercicio habilidoso y pasar de un modo de pensar la acción en general a un modo específico, en donde la descomponen y comienzan a reflexionar sobre cada uno de los pasos que habían aprendido a realizar automáticamente. Como resultado, “dejan de ejecutar estas acciones a voluntad y, en su lugar, buscan controlar los componentes individualmente” (Papineau, 2015, p. 10).

En consecuencia, Papineau argumenta que el fenómeno de los *yips* no surge porque los deportistas expertos piensan activamente sobre la acción que van a realizar, sino más bien, porque descomponen la acción y piensan activamente sobre cada paso que deben seguir para culminar la misma. Esta descomposición parece obstaculizar un desarrollo habilidoso de la acción, volviendo al deportista experto a un estado de principiante o aprendiz (Papineau, 2015, p. 3).

## II. Consideraciones explicativas

Cada una de las perspectivas presentadas puede ser analizada en relación a una explicación acerca de las habilidades prácticas y su vinculación con una determinada concepción de la mente. Probablemente, en función de cómo entendamos el ejercicio habilidoso práctico, elegiremos una u otra explicación acerca de los *yips*.

Las explicaciones neurológicas aquí expuestas identifican las fallas en la acción producidas por los *yips* como fallas que se dan a nivel subpersonal, esto es, en un nivel neurofisiológico que mantiene cierta independencia respecto de las intenciones, deseos y creencias que posee y realiza conscientemente el sujeto. De este modo, en principio, no se comprometen explícitamente con una concepción de la mente y de la acción ni epistemológica ni antiintelectualista<sup>4</sup>.

---

<sup>4</sup> Aun cuando no sea objeto del presente trabajo, es importante reconocer que este punto requiere de un amplio desarrollo para analizar diversas variantes dentro de las explicaciones subpersonales basadas en los aspectos neurofisiológicos y su posible relación tanto con una “concepción epistemológica de la mente” como con una concepción anti-intelectualista.

Las explicaciones psicológicas acerca del fenómeno de los *yips* parecen compatibles, en principio, con una concepción antiintelectualista de la mente y de la acción. Como vimos, presuponen que el hecho de reflexionar activamente sobre el conocimiento adquirido en el aprendizaje de la acción resulta en una interferencia que causa desórdenes y fallas como los *yips*. En este sentido, se encuentran en sintonía con la propuesta antiintelectualista de Dreyfus (2005, 2013). El autor sostiene que, a diferencia de la llamada concepción epistemológica de la mente, si hemos tenido suficiente experiencia y nos mantenemos involucrados en la acción, es probable que nos encontremos respondiendo de forma correcta mucho antes de que tengamos tiempo para pensar. Dreyfus comenta: “Los atletas en tales situaciones dicen que están jugando fuera de sus cabezas, y en gran parte de nuestro trato cotidiano, nosotros también” (Dreyfus, 2013; p. 373). En consecuencia, cuando el atleta quiere reflexionar acerca de los movimientos que realiza, rompe con el trasfondo que le permitía desarrollar su habilidad. El pensamiento del atleta comienza a interponerse en el ejercicio de la acción, quiebra el campo de fuerzas en el que se encontraba actuando, lo pretende intelectualizar y, con ello, lo desvanece. De esta forma, para quienes sufren los *yips*, la puesta en práctica de sus habilidades se vuelve una tarea imposible. El estrés y la presión provocan la interrupción del pensamiento en la acción, lo cual aleja a los expertos de la fluidez del juego y los convierten en inexpertos.

A diferencia, la propuesta de Papineau, al asumir que las fallas en el ejercicio habilidoso no están causadas por pensar en el propio comportamiento sino, más bien, por “pensar mal”, parece corresponder con una “concepción epistemológica de la mente”. Antes que sostener que el pensamiento siempre interfiere con el ejercicio habilidoso, Papineau parece decirnos que hay modos y modos de pensar, y algunos resultan compatibles con el carácter fluido de la acción habilidosa mientras que otros no.

Las pruebas empíricas hasta el momento han señalado resultados contrarios. Por un lado, se ha concluido que el estrés y la presión son factores que llevan a ralentizar el ejercicio habilidoso provocando fallas en la acción. Por el otro lado, Klämpfl et al. (2013) mostraron que la reinversión no parece ser la causa de los *yips*. De lo contrario, evidenciaron que ni el pensamiento consciente sobre la acción como una totalidad, ni el pensamiento consciente sobre cada una de las partes que la conforman, son las causas de los *yips*.

Los resultados de estos experimentos tienen consecuencias filosóficas



a la hora de elaborar una mejor explicación del fenómeno de los *yips* y, con ello, de la acción habilidosa en general. En principio, nos habilita a pensar que la tesis antiintelectualista-dreyfusiana no está en lo cierto cuando afirma que el pensamiento siempre interfiere en el ejercicio habilidoso exitoso causando una ruptura en el flujo de la acción. Siguiendo el espíritu de Papineau, los resultados indican que el fenómeno de los *yips* no puede ser explicado en función de si debemos pensar o no en nuestro comportamiento cuando nos encontramos ejerciendo una acción habilidosa. Papineau señala que “los mejores deportistas<sup>5</sup> deben distinguirse de nosotros no sólo físicamente sino también mentalmente” (2015, p. 9). Esta afirmación muestra que el fenómeno de los *yips* es complejo y, en principio, no puede ser reducido a explicaciones que sean sólo físicas o sólo mentales.

Ahora bien, si retomamos las explicaciones ofrecidas, tanto sus diferencias como sus similitudes, podemos sostener las siguientes premisas:

(i) Los sujetos habilidosos se distinguen no sólo física, sino mentalmente de los sujetos no habilidosos.

(ii) Los *yips* indican una falla en el ejercicio habilidoso que no puede explicarse, al menos, sólo en términos de un nivel subpersonal basado en los aspectos neurofisiológicos del agente<sup>6</sup>.

Luego, se sigue entonces que:

(iii) Debemos explicar qué falla en el proceso mental.

La explicación que debemos formular, entonces, parece requerir tener en cuenta ciertos aspectos relacionados a lo que, en la bibliografía psicológica y filosófica, se entiende como nivel personal: creencias, deseos, intenciones, etc., del agente (Dennett, 1969). En consecuencia, la propuesta consiste en preguntarnos ¿Cómo pensamos cuando actuamos?, suponiendo que una respuesta a este interrogante puede iluminarnos en la ardua tarea de explicar el fenómeno de los *yips*. En particular, considero que dicha pregunta demanda una explicación basada en dos enfoques: en

---

<sup>5</sup> Y me gustaría extenderlo a “los mejores habilidosos”.

<sup>6</sup> Si bien esta premisa puede ser ampliamente discutida, la evidencia hasta el momento recolectada parece señalar que no es posible encontrar causas físicas en una gran cantidad de casos de *yips* (ver Apartado 1, (i) Explicación neurológica) y que, por lo tanto, el fenómeno debe incluir una explicación que tenga en cuenta aspectos del nivel personal del agente.

primer lugar, en una “concepción epistemológica de la mente”, que permita identificar de qué modo interviene la mente cuando nos encontramos ejerciendo una habilidad, y, en segundo lugar, en un carácter situado del ejercicio habilidoso, el cual parece ser esencial para dar cuenta de ciertos rasgos fundamentales de las habilidades prácticas en distinción con un tipo de saber teórico tradicional.<sup>7</sup>

### III. Apreciaciones finales

A medida que aumentan los estudios que intentan explicar los *yips* y el tratamiento apropiado para evitarlos, también aumentan los casos de deportistas que manifiestan haberlos sufrido. Sin embargo, aún hoy, son pocas las explicaciones y soluciones ofrecidas.

Con el objetivo de contribuir al campo teórico que estudia los *yips*, he señalado ciertas líneas que, considero, deberían guiar un estudio adecuado del fenómeno. Es cierto que el ejercicio práctico de nuestras acciones no depende sólo de los estados mentales que posee el sujeto con independencia del mundo que lo rodea. Si este fuera el caso, no podría diferenciarse del ejercicio de otro tipo de actividades claramente reflexivas, donde lo primordial es el ejercicio de nuestras capacidades conceptuales y proposicionales. No obstante, el ejercicio práctico no puede estar determinado en su totalidad por las fuerzas del campo de acción, tal como plantea Dreyfus, puesto que el sujeto y, con ello, su intencionalidad en la acción, parecen cumplir un rol determinante en su propio comportamiento.

Retomando los tres tipos de explicaciones aquí presentadas, he sugerido que sería interesante abordar el fenómeno desde una “concepción epistemológica de la mente”. En primer lugar, dicha concepción nos permite ahondar en la explicación acerca de cómo interviene la mente cuando nos encontramos ejerciendo una habilidad. En segundo lugar, la misma puede relacionarse con enfoques que defienden el carácter situado del comportamiento, en función de comprender cómo nuestro pensamiento logra fundirse en la acción habilidosa sin por ello desaparecer.

---

<sup>7</sup> Agradezco los comentarios de Itatí Branca, quien recientemente me ha indicado una serie de artículos (Bermúdez, 2017; O'Brien, P., 2019) cuya lectura contribuirá en el futuro al desarrollo de la posición aquí planteada.

## Referencias Bibliográficas

- Adler, C. H. (2007). Sports-related task-specific dystonia: The yips. En M. A. Stacy (Ed.), *Handbook of Dystonia*. New York: Informa Health-care.
- Dennett, D. C. (1969). *Content and consciousness*. New York: Routledge.
- Dreyfus, H. (2005). Overcoming the myth of the mental: how philosophers can profit from the phenomenology of everyday expertise. *Proceedings and Addresses of the American Philosophical Association*, 79(2), 47–65.
- Dreyfus, H. (2013). The Myth of the Pervasiveness of the Mental. En J. K. Schear (Ed.), *Mind, reason, and being-in-the-world: the McDowell-Dreyfus debate* (Primera edición). New York: Routledge.
- Klämpfl M. K., Lobinger B. H. y Raab M. (2013a). How to detect the yips in golf. *Hum Mov Sci*, 32(6).
- Klämpfl, M. K., Lobinger, B. H. y Raab, M. (2013b). Reinvestment—the Cause of the Yips? *PLoS ONE*8(12).
- Masters, R. S. W. (1992). Knowledge, knerves and know-how: The role of explicit versus implicit knowledge in the breakdown of a complex motor skill under pressure. *British Journal of Psychology*, 83(3), 343–358. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1992.tb02446.x>
- McDaniel, M. A., Schmidt, F. L. y Hunter, J. E. (1988). Job experience correlates of job performance. *Journal of Applied Psychology*, 73(2), 327–330. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.73.2.327>
- Sachdev, P. (1992). Golfer's cramp: Clinical characteristics and evidence against it being an anxiety disorder. *Movement Disorders*, 4, 326–332.
- Yips. (n.d). En *Merriam-Webster's collegiate dictionary*. Recuperado de <https://www.merriam-webster.com/dictionary/yips>.