

FACULTAD DE PSICOLOGIA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

Autoconfianza: su importancia en el desarrollo
psicosocial de niños y jóvenes a través
de la práctica deportiva

Informe final del trabajo de investigación correspondiente al
requisito curricular conforme O.C.S 143/89

Garibotti, Lucía Mat. 5747/02 D.N.I 30.682.289

Valentini, Vanesa Mat. 5868/02 D.N.I 30.450.904

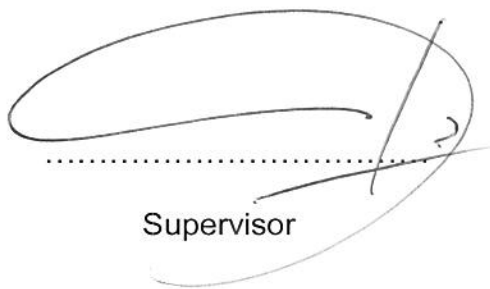
Supervisor: M.S Ojea, Guillermo

N° CLASIFICACION:	ADQUISICION:
tps 6	B10
	N° INVENTARIO:
	R.903



“Este informe final corresponde al requisito curricular de Investigación y como tal es propiedad exclusiva de las alumnas Garibotti, Lucía y Valentini, Vanesa, de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata y no puede ser publicado en un todo o en sus partes o resumirse, sin el previo consentimiento de las autoras.”

“El que suscribe manifiesta que el presente Informe Final ha sido elaborado por las alumnas Garibotti, Lucía Mat. 5747/02 y Valentini, Vanesa Mat. 5868/02, conforme a los objetivos y el plan de trabajo oportunamente pautado, aprobando en consecuencia la totalidad de sus contenidos, a los 25 del mes de AGOSTO de 2009.”



Supervisor

LIC. GUILLERMO OJEA

Aclaración

LERMO D. OJEA
Lic. en Psicología
M.P. 45.533

Mar del Plata, agosto de 2009

En mi carácter de Supervisor del trabajo presentado por Garibotti, Lucía y Valentini, Vanesa, informo que el trabajo denominado "Autoconfianza: su importancia en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes a través de la práctica deportiva", cumple con los objetivos establecidos en el plan de trabajo correspondiente, con un alto grado de coherencia entre las actividades planificadas y las realizadas.

Se trata de un trabajo consistente, con una buena consulta de la bibliografía científica, en el que las alumnas asumieron el desafío de elaborar un programa para entrenadores, constituyendo esto un aporte interesante para la disciplina.




"Atento al cumplimiento de los requisitos prescritos en las normas vigentes, en el día de la fecha se procede a dar aprobación al Trabajo de Investigación presentado por las alumnas Garibotti, Lucía Mat. 5747/02 y Valentini, Vanesa Mat. 5868/02".



Handwritten signature of Lucía Garibotti, with the name "LUCIA" written below it.

10 (SOBRESOLLENTE)



Handwritten signature of Vanesa Valentini, with the name "VANESA" written below it.



Mar del Plata, 02 de mayo de 2008.-

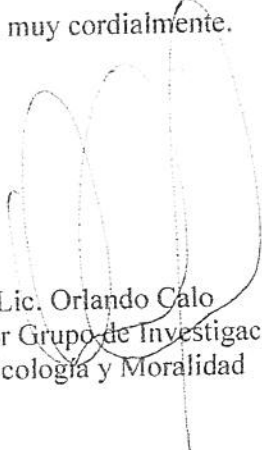
Sra.
Secretaria de Investigación y Postgrado
Mg. María Cristina Belloc
S/D

De mi consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a Ud. a los efectos de autorizar al Ms. Guillermo Ojea, integrante del Grupo de Investigación "Psicología y Moralidad", a dirigir la Investigación de Pre-grado denominada "Autoconfianza.: su importancia en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes a través de la practica deportiva" de las alumnas Valentini, Vanesa, Mat. 5868/02, y Garibotti, Lucía, Mat. 5747/02.

Sin otro particular, saludo a Ud. muy cordialmente.




Lic. Orlando Calo
Director Grupo de Investigación
Psicología y Moralidad

Plan de Trabajo de Investigación de Pregrado

Nombre: Valentini, Vanesa Mat.: 5868/02

Nombre: Garibotti, Lucía Mat. 5747/02

Supervisor: MS. Guillermo Ojea.

"Autoconfianza: Su importancia en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes a través de la práctica deportiva".

Descripción resumida:

La presente investigación pretende, en primer lugar indagar el papel que cumple la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes que practican deporte, para ello se llevará a cabo una revisión del estado del arte en Psicología del Deporte de los principales estudios sobre esta variable psicológica.

En segundo lugar, se realizarán entrevistas a informantes claves de diferentes deportes de la ciudad de Mar del Plata, con el objetivo de poder recoger datos descriptivos que nos permitan inferir el papel que cumple esta variable psicológica, y la influencia que la interacción agente deportivo-niño/joven tiene sobre el desarrollo de la misma.

El objetivo final de este trabajo pretende integrar estos conocimientos a fin de establecer lineamientos que permitan contribuir al futuro desarrollo de un programa de capacitación destinado a la formación de los agentes deportivos.

Palabras clave: Autoconfianza – Autopercepciones - Agentes de socialización
Desarrollo Psicosocial - Deporte Infantil y Juvenil.

DESCRIPCIÓN DETALLADA:

Motivo y antecedentes:

La socialización es un proceso por el cual los individuos aprenden destrezas, normas, actitudes y valores para el desempeño de roles presentes y anticipados (Mc Pherson y Brown, 1988).

Cruz J., Boixados, M., Torregrosa, M. y Mimbrero, J. (1996) consideran que en el deporte, los determinantes de este proceso de socialización son los siguientes:

- a) Los agentes de socialización (padres, entrenadores y organizadores de competiciones deportivas)
- b) Las diferentes situaciones socializantes del deporte infantil, es decir: cuándo, dónde, con quién, en qué circunstancias y con qué consecuencias empieza el niño a practicar el deporte.

En una revisión de la literatura científica, estos autores encuentran que estas influencias socializadoras del entorno deportivo juegan un papel importante en la formación de las características personales del niño/a, por ejemplo: percepción de habilidad, en las consecuencias emocionales y afectivas de la participación deportiva de atletas jóvenes y en la participación, motivación y grado de implicación en el deporte o en la retirada del mismo y también en la transmisión de valores y en el desarrollo moral de los jóvenes.

Si bien cada día son más numerosos los investigadores y expertos que abogan por la práctica deportiva como capaz de aportar al ser humano importantes beneficios físicos, psicológicos y sociales, resaltando su capacidad para la educación integral de la persona, también se oyen voces que resaltan el mal funcionamiento que el deporte viene arrastrando en los últimos tiempos. (Gutiérrez Sanmartín, M, 2004). En este sentido, Martens afirma que contrariamente a la creencia popular, la práctica de deportes organizados no es algo que beneficie a los niños de forma automática, considera que el desarrollo del carácter, el liderazgo, la deportividad y las orientaciones de logro no tienen lugar mágicamente con la mera participación. (Martens, 1978 citado por Weinberg y Gould, 1996).

Investigaciones realizadas en el estado de Michigan llevadas a cabo por Ewin y Seefeldt, revelan que la participación deportiva de los niños alcanza su máximo entre los 10 y 13 años, desde allí disminuye hasta los 18 años, siendo un porcentaje pequeño el que sigue implicado en el deporte organizado. (Ewing y Seefeldt, 1989, citados por Weinberg y Gould, 1996)

Otras conclusiones de este trabajo, en referencia a los principales motivos para la participación en el deporte de los jóvenes, indican que la mayoría de los jóvenes que practican deportes lo hacen para divertirse, hacer algo para lo que estaban dotados, mejorar sus destrezas, hacer ejercicio y ponerse en forma, estar con amigos y conocer gente, y competir.

En investigaciones referidas a determinar las causas de abandono del deporte, se destacan como las principales razones alegadas para la interrupción de la actividad a: "un cambio de intereses" u "otras cosas que hacer". (Gould, Feltz, Horn y Weiss, 1982, citados por Weinberg y Gould, 1996). En cambio, otros trabajos consideran que la competencia percibida es uno de los motivos subyacentes para la participación y el abandono de la práctica deportiva. Maureen Weiss llegó a la conclusión de que los jóvenes participantes en el deporte se diferencian de los no participantes y de los que abandonan en su nivel de percepción de competencia. Es decir, los niños que presentan percepciones de baja capacidad para aprender y ejecutar destrezas deportivas no participan (o abandonan) mientras los que persisten exhiben niveles superiores de percepción de competencia. (Weiss y Chaumeton, 1992 citado por Weinberg y Gould, 1996).

Según Weinberg y Gould (1996) una tarea importante de los educadores deportivos y entrenadores juveniles, es descubrir formas de aumentar la auto percepción de capacidad de los niños. Un modo sería enseñar a los niños a evaluar sus ejecuciones en función de sus propios patrones de mejora y no según los resultados obtenidos en la competencia (victoria o derrota).

Cuando los jóvenes se sienten valiosos y capaces de llevar a cabo una actividad, tienen la inclinación a participar. Si no se sienten confiados respecto a la ejecución de las destrezas, tienden a retirarse.

Es importante que el entrenador elabore estrategias, a fin de estructurar el entorno para que satisfaga mejor sus necesidades y de esta forma potenciar

su motivación. Esto permite el desarrollo de destrezas, diversión, afiliación, entusiasmo y éxito (Weinberg y Gould 1996).

La práctica deportiva llevada a cabo por una supervisión adulta competente a cargo de responsables que comprenden a los niños y que saben cómo estructurar programas que les proporcionen experiencias deportivas de aprendizaje. (Weinberg y Gould, 1996) es capaz de aportar al ser humano importantes beneficios físicos, psicológicos y sociales, así como también influir sobre el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales.

De acuerdo a Weiss (1995), la investigación empírica demuestra que las diferencias cognitivo-evolutivas existen en las autopercepciones, asimismo considera que los adultos y los compañeros significativos tienen un gran influencia sobre el desarrollo psicosocial de los jóvenes, y que las diferencias cualitativas en el comportamiento motivado son evidentes en función de la adopción de una orientación de objetivos de dominio o de rendimiento.

Objetivo General: Determinar el papel que cumple la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes que se dedican a la práctica deportiva.

Objetivos Específicos:

- Recopilar los principales desarrollos en la literatura científica acerca del papel que cumple la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes a través de la práctica deportiva
- Indagar el papel que cumplen los otros significativos o agentes socializadores (padres, entrenadores, etc) en el desarrollo de la autoconfianza en niños y jóvenes que se dedican a la práctica deportiva.

- Explorar los conocimientos psicológicos que poseen y/o necesitan los agentes deportivos. (*) (padres, entrenadores, etc), (*) (Informantes clave que formaran parte de la investigación).

Métodos y técnicas:

Para el siguiente trabajo se utilizará el método exploratorio descriptivo. Las técnicas que se implementarán son: recolección de datos y entrevistas semidirigidas a informantes clave.

Lugar de realización del trabajo:

- Facultad de Psicología (Universidad Nacional de Mar del Plata).
- La etapa de entrevistas a informantes clave, se realizará con entrenadores de diferentes deportes infantil y juvenil de nuestra ciudad.

Cronograma de actividades:

Actividad	Octubre	Noviembre	Diciembre	Ene/Mar	Abril	Mayo/Jun
Búsqueda bibliográfica	X					
Análisis de la información	X	X				
Elaboración Marco Teórico		X	X			
Realización de Entrevistas		X	X			
Organización de los datos				X		
Análisis general de la información.				X		
Diseño del Programa					X	X
Redacción del Informe Final						X

Bibliografía básica:

Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento Psicológico en el Deporte: Principios y Aplicaciones*. Valencia: Albatros

Cruz J., Boixados, M., Torregrosa, M. y Mimbbrero, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del deporte* (9-10). 111-132. Madrid

Gutiérrez Sanmartin, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista Educación y Deportes* Nº 335. Septiembre-Diciembre 2004, Extraído el 8 abril, 2008 de http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_09.htm

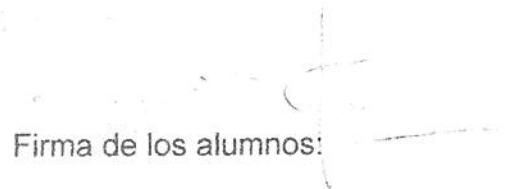
Weinberg, R. S. y Gould, D.(1996) *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.

Weiss, M (1995) *Los niños en el deporte: Un Modelo Educativo*. Capitulo publicado en S.M. Murphy (Ed.) *Sport Psychology Interventions*. Champaign. IL. Human Kinetics (1995); traducción al castellano Estudios del Master y Especialista Universitarios en Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED).

Williams, J. (1991) *Psicología Aplicada al Deporte*. Editorial Biblioteca Nueva, Madrid. España.



Firma del Supervisor



Firma de los alumnos:

PIÁrea de Investigación:

Resultado de la evaluación (aprobado/rehacer):

APROBADO

Fecha: 17/10/08



LORENA MARCELA

Índice General

	Pág.
✚ Resumen	1
✚ Introducción	2
✚ Marco Teórico	
I. El deporte como fenómeno popular.	5
Importancia del deporte en el desarrollo psicológico y social de niños y jóvenes.	6
Etapas del proceso de socialización	7
II. Motivos de participación y de abandono de niños y jóvenes en la práctica deportiva.	11
III. El papel de las expectativas.	18
IV. Relaciones Padres-Entrenador-deportista.	27
V. Autoconfianza.	30
VI. El aprendizaje a través del deporte.	39
✚ Metodología	43
✚ Análisis de las entrevistas	45
✚ Análisis cualitativo	61
✚ Análisis General	70
✚ Programa de capacitación sobre autoconfianza para entrenadores	72
✚ Conclusión	76
✚ Bibliografía	79
✚ Anexo entrevistas	82

Autoconfianza: Su importancia en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes a través de la práctica deportiva

Resumen

La presente investigación pretende indagar el papel que cumple la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes que practican deporte. Para ello se llevará a cabo una revisión de la bibliografía en Psicología del Deporte de los principales estudios sobre esta variable psicológica.

Se realizarán entrevistas a informantes claves de diferentes deportes de la ciudad de Mar del Plata, con el fin de poder recoger datos descriptivos que nos permitan inferir el papel que cumple la autoconfianza, y la influencia que la interacción agente deportivo-niño/joven tiene sobre el desarrollo de la misma.

Este trabajo tiene como objetivo final integrar estos conocimientos a fin de sentar las bases para posibilitar el futuro desarrollo de un programa de capacitación destinado a la formación de los agentes deportivos.

Palabras clave: Autoconfianza - Autopercepciones - Agentes de deporte
- Desarrollo Psicosocial - Deporte Infantil y Juvenil.

INTRODUCCION

El motivo de la presente investigación se origina a partir del interés de las autoras sobre un área de la psicología aplicada, la Psicología del Deporte. Si bien todavía no se encuentra incluida en la currícula de la Licenciatura de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, la misma viene siendo desarrollada históricamente a través de actividades de extensión y actualmente a través del dictado de un Seminario de Orientación.

Esta vertiente de la Psicología ha tenido en nuestro país un gran crecimiento en los últimos años, lo que ha generado en nosotras la curiosidad por conocer, en mayor profundidad, algunas de las temáticas que aborda.

A partir de haber concurrido a un curso de Psicología Aplicada al Deporte en la Facultad de Psicología de nuestra Unidad Académica, pudimos conocer diferentes aspectos vinculados con esta disciplina. Principalmente nos interesaron las cuestiones psicológicas que influyen en la formación integral de jóvenes deportistas, en especial, aquellas relacionadas a la autoconfianza de los alumnos, de gran relevancia para poder llevar a cabo una práctica deportiva satisfactoria.

Este estudio intenta indagar el papel que cumple la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes que practican deporte.



Realizamos una revisión bibliográfica sobre temáticas referentes a esta área de conocimiento y consideramos fundamental abordar la influencia de los entrenadores en la autoconfianza de niños y jóvenes y su rol como agentes de socialización.

Llevamos a cabo una investigación de tipo cualitativa incorporando entrevistas a informantes claves de diferentes deportes, tanto grupales como individuales. Con tal fin elaboramos un cuestionario para poder indagar los conocimientos que poseen los agentes deportivos acerca de estos aspectos psicológicos y de esta manera saber si cuentan con herramientas que les permitan implementar estrategias para el desarrollo de la autoconfianza.

En este trabajo se desarrollan temáticas tales como: autoconfianza, desarrollo psicosocial, socialización, habilidades psicológicas, expectativas de los entrenadores y relaciones padre-entrenador-deportista.

La Psicología del Deporte puede brindar importantes herramientas a aquellas personas que se dedican a la enseñanza de actividades deportivas. Por esta razón, el objetivo final de esta investigación consiste en integrar estos conocimientos para establecer lineamientos que permitan contribuir al futuro desarrollo de un programa de capacitación destinado a la formación de los agentes deportivos.

Creemos que es fundamental que los entrenadores apliquen las estrategias que brinda la Psicología del Deporte para poder lograr una supervisión competente y responsable. Es necesario que comprendan a los niños y que sepan cómo estructurar programas que les proporcionen

experiencias de aprendizaje. De esta manera se podrá aportar, a los jóvenes deportistas, importantes beneficios físicos, psicológicos y sociales, así como también influir sobre el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales que podrán ser aplicados a otros ámbitos de la vida.

MARCO TEORICO

Capitulo I

El Deporte como fenómeno popular

El deporte es uno de los fenómenos más populares de nuestro tiempo. Es en él dónde se producen y expresan algunos de los grandes valores de la sociedad contemporánea (Cayuela Maldonado, 1997).

Moragas afirma que las modernas historias sobre la bondad y la maldad, el éxito y el fracaso, la suerte y la desgracia, la victoria y la derrota, lo propio y lo ajeno, la identidad colectiva, encuentran en la narración deportiva sus expresiones más populares. Asimismo sostiene que en nuestra sociedad diversos sistemas de valores se configuran mediante el deporte: “los procesos de identificación colectiva, de iniciación social, de representación nacional y grupal” (Moragas 1994, citado por Cayuela Maldonado, 1997).

El deporte interfiere plenamente en la vida cotidiana, influye en los procesos de socialización, determina una buena parte del tiempo libre y constituye un punto de referencia clave para los procesos de identificación social de mucha gente (Moragas, 1992, citado por Cayuela Maldonado, 1997).

Importancia del deporte en el desarrollo psicológico y social
de niños y jóvenes

El cuidado y la preservación de la salud física y psicológica hacen necesario, sobre todo en la niñez y en la adolescencia, el desarrollo de prácticas deportivas.

En este sentido, Roberts afirma que la experiencia deportiva es importante para niños y niñas, ya que afecta sus relaciones con los compañeros, su autoestima y su autoconcepto (Roberts, 1984, citado por Cruz, 1998).

Gutiérrez Sanmartín (2004) sostiene que para instaurar estilos de vida activos, saludables y capaces de mantenerse en la vida adulta, éstos deben adquirirse en las edades jóvenes, fundamentalmente en el contexto de la educación física y el deporte escolar.

Oja y Telama (1991, citados por Gutiérrez Sanmartín, 2004), en base a las conclusiones de los trabajos presentados en el "Congreso Mundial de Deporte para todos", celebrado en Finlandia en 1990, hacen hincapié en el valor del deporte para la formación integral de la persona, es decir, para todas y cada una de sus áreas del desarrollo, tanto para las físicas (forma física, salud y prevención de la enfermedad) como para las psicológicas (autoestima, personalidad, calidad de vida) y las sociales (relación con los demás, rendimiento en el empleo, evitación de la soledad), además de influir

en el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales.

Es importante destacar que para que la práctica deportiva ejerza los efectos positivos señalados, ésta debe ser continua; no es suficiente una práctica ocasional y esporádica para obtener sus beneficios (Gutiérrez Sanmartín, 2004).

De numerosas investigaciones se deduce que para que el deporte favorezca la educación integral de la persona, es decir, para que permita a sus practicantes desarrollar su personalidad y promover los valores y virtudes más deseables, ha de practicarse en un clima apropiado en el que resulta especialmente importante la orientación de valores de técnicos, entrenadores, profesores y demás agentes socializadores (Gutiérrez Sanmartín, 2004).

La socialización es fundamental para la adquisición de los siguientes aspectos: comprensión de las emociones y control sobre ellas; comprensión de cuáles son las conductas apropiadas y cuáles no (Lefrancois, G. Dávila Martínez, J., 2000).

Etapas del proceso de socialización

Tanto desde el campo de la sociología como desde la psicología, el proceso de socialización se ha dividido en tres fases: socialización hacia el deporte, socialización a través del deporte y abandono o retirada del deporte (Boixados et. al, 1998).

1. Socialización hacia el deporte

Con respecto a la socialización hacia el deporte, las investigaciones hacen referencia a las influencias psicológicas y sociales que configuran la atracción inicial de los jóvenes hacia el deporte.

Según Coakley y Greendorfer (citados por Boixados et. al, 1998), la mayoría de las investigaciones se han basado en el paradigma del aprendizaje social que menciona tres grupos de variables: atributos personales, agentes de socialización u otros significativos y situaciones de socialización consideradas como condicionantes de la participación activa en el deporte.

Posteriormente, otros estudios realizados sobre esta temática, comenzaron a basarse en un modelo de rol social/ sistema social, que identifica tres características: atributos psicológicos y personales del individuo que se socializa; el apoyo, animo y premios que recibe de los agentes de socialización que hacen de modelos de rol; y sistemas sociales (Kenyon y Mc Pherson, 1973; Mc Pherson y Brown, 1988, citados por Boixados et. al, 1998).

2. Socialización a través del deporte

La socialización a través del deporte hace alusión al aprendizaje de actitudes, valores, habilidades generales que se adquieren como consecuencia de la implicación personal en el deporte (Boixados et al., 1998).

Si bien aún no se puede explicar cómo y por qué el aprendizaje social es mejor en unos deportistas que en otros, la mayoría de las investigaciones coinciden en tomar en consideración como los agentes de socialización pueden influir en la calidad de la experiencia deportiva y la orientación de los valores de los jóvenes. El ambiente social en que se lleva a cabo la participación y competición deportiva es sumamente importante (Boixados et. al, 1998).

Estos autores afirman que uno de los puntos en común de la mayoría de las últimas investigaciones sobre la socialización a través del deporte es el tomar en consideración como los agentes de socialización - la estructura organizativa, la filosofía de los programas deportivos, la familia, las orientaciones y conductas del entrenador - pueden afectar la calidad de la experiencia deportiva y la orientación de los valores de los jóvenes participantes. Se considera de mucha importancia el ambiente social bajo el que la participación y competición deportiva se lleva a cabo (Boixados et. al, 1998).

Por otra parte, no solo es relevante el papel de los entrenadores y padres en relación a los procesos de socialización sino también el de sus compañeros o grupos de iguales, ya que las interacciones con sus pares afectan su estatus, autoestima y, en consecuencia, su autovaloración.

3. Abandono o retirada del deporte

Tradicionalmente, se considera el abandono o la retirada del deporte como la parte final del proceso de socialización deportiva. Este se puede producir en cualquier momento, a cualquier edad y por una gran variedad de razones. Sin embargo, en la mayoría de casos suele producirse durante la adolescencia o principio de la edad adulta (Boixados et al., 1998). Estos autores señalan que el proceso de socialización a través del deporte, para la mayoría de personas, no termina en la adolescencia con el abandono de las competiciones deportivas sino que, ya sea como practicantes de ejercicio físico o de deporte recreativo o como aficionados a espectáculos deportivos, el deporte continúa transmitiendo valores y actitudes a muchas personas adultas.

Capítulo II

Motivos de participación y de abandono de niños y jóvenes en la práctica deportiva

La práctica deportiva es fundamental en el desarrollo de una persona, dado que no solo contribuye a la salud física, sino también a la salud psicológica; de allí que sea imprescindible tanto en la niñez como en la juventud.

Según Weinberg y Gould (1996), la experiencia deportiva juvenil puede tener importantes consecuencias sobre la autoestima y el desarrollo psicológico de niños y jóvenes, siempre y cuando exista un liderazgo adulto cualificado que pueda realizar un seguimiento de la actividad deportiva.

El análisis de los motivos por los cuales los niños y adolescentes llevan a cabo prácticas deportivas posibilita a los entrenadores hacerlas atractivas, fomentando la participación y evitando posibles abandonos. Les permite abordar el entrenamiento con los alumnos, teniendo en cuenta todos los factores que influyen en la participación en dicha actividad y también contribuye en la implementación de herramientas que faciliten el trabajo con los niños y adolescentes para una mejor aplicación en la enseñanza del deporte.

Investigaciones realizadas sostienen que, en la mayoría de los casos, los niños y jóvenes no tienen un solo motivo para participar en actividades deportivas. Entre las variadas razones podemos encontrar: mejorar las

propias destrezas y aprender otras, divertirse, demostrar habilidad deportiva al compararse con otros, estar con amigos y hacer nuevas amistades, la emoción y retos propios del deporte, ganar y estar en forma (Gould y Horn, 1984, y Wankel y Kreiser, 1985, citado por Cruz, 1998).

En el mismo sentido, Ewing y Seefeldt (1989, citados por Weinberg y Gould, 1996) destacan como razones de los jóvenes para participar: divertirse, hacer algo para lo que sienten que tienen habilidad, mejorar las destrezas, hacer ejercicio y ponerse en forma, estar con amigos y conocer gente, y por la emoción de la competición.

Por otra parte, se han detectado diferencias entre los sexos: mientras que las chicas buscan divertirse y hacer nuevas amistades, en mayor medida que los chicos, estos últimos conceden mayor importancia a los aspectos competitivos y de retos propios de cada deporte (Gould y Horn., 1984, y Wankel y Kreiser, 1985, citado por Cruz 1998).

En este sentido Pavón Lores, Moreno Murcia, Gutierrez y Sicilia (2004) consideran que los elementos significativos diferenciadores en los motivos de práctica deportiva son el sexo y la edad. En relación al primero, para los varones son más importantes las cuestiones relacionadas con el resultado y la competición, mientras que para las mujeres parecen ser de mayor relevancia los aspectos sociales del deporte. Con respecto a la edad, afirman que los jóvenes consideran más importante la competición, compensar la inactividad física de las actividades cotidianas y capacidades personales. Estos encuentran mayor interés por el rendimiento, la diversión y las relaciones sociales.

Otros estudios también han encontrado discrepancias según la edad: a medida que aumenta, disminuye la importancia concedida a mejorar las destrezas propias del deporte, y se incrementa la importancia dada a la emoción del juego y a la victoria (Gould y Horn, 1984, y Wankel y Kreiser, 1985, citado por Cruz, 1998)

Otras investigaciones, sostienen que los mas jóvenes (8 a 10 años aproximadamente) valoran mas el recibir elogios, obtener el reconocimiento por parte de parientes y amigos, y tener algo que hacer. Mientras que a medida que se asciende en edad se valoran mas aspectos relacionados con la diversión y la excelencia (Guillen García, Weiss, Navarro Valdivieso, 2005).

En el análisis de los motivos de participación según el tipo de deporte, Cruz (1998) señala que no se encuentran diferencias significativas entre niños que practican deportes distintos.

Los aspectos mencionados resultan de gran relevancia si lo que se busca es llevar a cabo actividades deportivas que tengan consecuencias positivas en el desarrollo psicológico de niños y jóvenes, evitar el abandono, favorecer el desarrollo de estilos de vida saludables y seguir realizando ejercicio físico a edades mas avanzadas. En este sentido, Cruz (1998) afirma que los entrenadores no deberían interesarse únicamente por el aumento cuantitativo de la participación deportiva, sino por la calidad educativa de dichos programas y por la satisfacción del deportista. Estos factores podrían evitar los numerosos abandonos que se producen, y lograr

que a largo plazo exista un mayor número y mejores deportistas de alto nivel.

Causas de abandono de la práctica deportiva

En investigaciones referidas a determinar las causas de abandono del deporte, se destacan como las principales razones: “un cambio de intereses” u “otras cosas que hacer” (Gould, Feltz, Horn y Weiss, 1982, citados por Weinberg y Gould, 1996).

Gould y Petlichkoff (1988, citados por Weinberg y Gould, 1996), sostienen que las principales razones manifestadas por niños y jóvenes son: fracaso en el aprendizaje de nuevas destrezas, falta de diversión, falta de afiliación, ausencia de emoción y entusiasmo, ausencia de ejercicio y forma física, falta de desafío/derrota. Por esto consideran necesario distinguir entre aquellos que no vuelven a ejercitar ningún deporte, y aquellos que cesan su implicación en una actividad específica y cambian de disciplina deportiva.

En relación a esto, Puig (1996, citado por Nuviala Nuviala, A. y Nuviala Nuviala, R., 2005) afirma que el abandono de la actividad deportiva es un acontecimiento complejo. Sostiene que el hecho de que un niño deje de practicar temporalmente o cambie de actividad física no puede ser considerado como abandono global. Los jóvenes frecuentemente tienen diversas opciones para ocupar su tiempo libre, por lo que dejar el deporte no es necesariamente el resultado de una falta de motivación, sino el interés, también probablemente transitorio, por otra actividad.

En cambio, Cruz (1998) sostiene que el conflicto de intereses con otras actividades o con otros deportes, no explica la causa de los abandonos, ya que no da respuestas a por qué el deportista encontró más interesantes otras actividades, o por qué perdió su motivación por la práctica que realizaba. Por lo tanto, estas reacciones podrían deberse a problemas motivacionales del deportista.

En su análisis destaca otras causas como influencias importantes en la decisión de abandonar, tales como los factores negativos que están bajo el control de entrenadores y organizadores de competiciones: estrés competitivo, entrenamientos aburridos, estar sentado demasiado tiempo en el banquillo durante los partidos, entrenadores poco agradables (Cruz, 1998).

En el mismo sentido, otros estudios (Gould et al. 1982, citados por Weinberg y Gould, 1996) sostienen que en otros casos la elección de no continuar con la práctica deportiva se debe a que: no la consideraban demasiado divertida, no les agradaba la presión, se aburrían, no les gustaba el entrenador, los entrenamientos eran demasiado duros, no era estimulante, o no se consideraban dotados para ello.

Por su parte, Hernández Garay y Pérez Leyva (2004), afirman que las causas que más influyen en el abandono deportivo son el bajo rendimiento deportivo, el bajo rendimiento académico, el cambio de deporte, la indisciplina, el aburrimiento con la práctica deportiva, el interés por otras actividades deportivas, el estilo del entrenador o la mala relación con él, y la falta de apoyo social por parte de padres, maestros.



Trepode (2001) clasifica las causas de abandono en: *Psicológicas*: interés en otras actividades deportivas, falta de diversión, aburrimiento, mala relación con el entrenador, juego brusco, stress competitivo, intención de ganar a cualquier precio; *Físicas*: no considerarse lo “suficientemente bueno”, ausencia de mejoría en las destrezas. *De situación*: nunca jugó, considerar el programa demasiado serio, organización deficiente, pobre comunicación, escaso sentido de pertenencia, falta de apoyo social (padres, maestros), estilo de liderazgo del entrenador (autoritario).

Roberts sostiene que la percepción de habilidad personal en un deporte concreto, adquirida mediante los éxitos o fracasos diarios, es una de las variables fundamentales para continuar practicando ese deporte o para abandonarlo, siendo relevante en ello la actuación del entrenador (Roberts 1984, 1986, citado por Cruz (1998).

En esta línea de investigación, otros trabajos consideran que la competencia percibida es uno de los motivos principales para la participación y el abandono de la práctica deportiva. Maureen Weiss llegó a la conclusión de que “los jóvenes participantes en el deporte se diferencian de los no participantes y de los que abandonan, en su nivel de percepción de competencia”. Los que presentan percepciones de baja capacidad para aprender y ejecutar destrezas deportivas no suelen participar (o abandonan), mientras que los que perduran muestran niveles superiores de percepción de competencia (Weiss y Chaumeton, 1992 citado por Weinberg y Gould, 1996).

Según Weinberg y Gould (1996) es importante que educadores deportivos y entrenadores juveniles, lleven a cabo formas de aumentar la autopercepción de capacidad de los niños. Un modo sería enseñar a los niños a evaluar sus ejecuciones en función de sus propios patrones de mejora y no según los resultados obtenidos en la competencia (victoria o derrota).

“Cuando los jóvenes se sienten capaces de llevar a cabo una actividad, tienen la inclinación a participar. Si no se sienten confiados respecto a la ejecución de las destrezas, tienden a retirarse” (Weinberg y Gould, 1996).

Es importante que el entrenador elabore estrategias, que permitan crear un entorno capaz de satisfacer las necesidades de los deportistas y de esta forma potenciar su motivación. Así, se podrá lograr el desarrollo de destrezas, diversión, afiliación, entusiasmo y éxito (Weinberg & Gould, 1996).

Capítulo III

El papel de las expectativas

La interacción que se genera entre entrenadores y deportistas durante la práctica deportiva, genera una relación bidireccional, de influencia mutua.

Una de las cuestiones relevantes en el desempeño deportivo de un jugador son las expectativas. Según Gálvez Garrido y Paredes Prados estas pueden clasificarse en: *autoexpectativas*: son las que realiza el sujeto sobre sí mismo, hacen referencia normalmente a deseos. También se destacan las *expectativas del entorno familiar* y principalmente las del *entrenador*, que pueden corresponder al nivel mismo o en algunas situaciones generar falsas expectativas (Gálvez Garrido, A., Paredes Prados, J. 2007).

Expectativas del entrenador y rendimiento del deportista

Rosenthal y Jacobson en 1968, realizaron una investigación denominada "Pigmalion en el aula", con el fin de estudiar si el progreso académico de los estudiantes podría ser afectado por las expectativas o creencias de sus profesores acerca de las capacidades intelectuales de sus alumnos. Estos investigadores indicaron a la muestra de profesores que, según las puntuaciones que los alumnos habían obtenido en una prueba, ciertos niños tendrían un alto éxito académico. En realidad estos niños habían sido seleccionados al azar. Al final del curso escolar, muchos de ellos

consiguieron más éxito académico que los demás. De esta manera, los autores concluyeron en que las expectativas que forma el profesor acerca de la habilidad de los alumnos funcionarían como profecías que podrían verse autocumplidas al impulsar una serie de actuaciones que tendrían como finalidad última el que las propias expectativas se cumplieren (Rosenthal y Jacobson, 1968, citado por Horn, 1991).

De acuerdo a las investigaciones en el tema, las expectativas de los profesores pueden influir en el progreso académico de los alumnos. Ello ocasiona un grave problema si las expectativas de los entrenadores están por debajo de las capacidades de los alumnos. Sin embargo, este fenómeno no ocurre en todas las situaciones aunque la información que tengan los profesores sea la misma. La variable entre profesores y entrenadores implica que los que entienden y conocen el fenómeno de profecía autocumplida pueden evitar comportarse como entrenadores *Pígalión* (Horn, 1991).

En el ámbito deportivo, parece producirse una secuencia de eventos que explica la relación expectativas-rendimiento (Horn, 1986):

Paso 1: Los entrenadores se forman expectativas. En general los entrenadores generan expectativas respecto a sus equipos y deportistas. En ocasiones, esas expectativas tienen su origen en la raza, la constitución física, el género o el nivel socioeconómico de la persona, y se los denomina indicios personales, aunque el uso exclusivo de los mismos para formarse juicios sobre la competencia de un deportista puede dar lugar a expectativas

erróneas. Los entrenadores también utilizan información sobre el rendimiento, como logros pasados, tests de destrezas, conductas en los entrenamientos y otras evaluaciones técnicas. Cuando estas fuentes de información producen una valoración exacta de la capacidad y potencial de un deportista, no habría inconveniente. Sin embargo, las expectativas inexactas (demasiado elevadas o demasiado bajas), sobre todo cuando son inflexibles, conducen, por lo general, a conductas inadecuadas por parte del entrenador. Ello nos lleva al segundo paso de la secuencia: la profecía de autorrealización.

Paso 2: Las expectativas de los entrenadores influyen en su propia conducta. Los profesores y entrenadores manifiestan actitudes distintas según tengan expectativas de un nivel u otro sobre un deportista determinado. Las conductas se incluyen en general en una de las siguientes categorías:

Frecuencia y calidad de la interacción entrenador-deportista:

- El entrenador dedica más tiempo a los deportistas en los que tiene puestas mayores expectativas.
- El entrenador muestra más entusiasmo y afecto positivo hacia los deportistas sobre los que tiene formadas mejores expectativas.

Cantidad y calidad de las instrucciones:

- El entrenador rebaja sus expectativas sobre que destrezas aprenderán algunos deportistas, estableciendo así un patrón inferior de rendimiento.
- A los deportistas con menores expectativas el entrenador les concede menos tiempo para practicar ejercicios.
- El entrenador es menos perseverante en enseñar destrezas difíciles a deportistas respecto a los que ha creado bajas expectativas.

Tipo y frecuencia del feedback:

- Después de una actuación brillante, el entrenador proporciona más refuerzo y elogios a los deportistas con expectativas elevadas.
- A los deportistas con menores expectativas, el entrenador les brinda un feedback menos provechoso, como elogiarlos después de una actuación mediocre.
- A los deportistas cuyas expectativas son elevadas, los entrenadores les proporcionan más feedback de información e instrucción.

Paso 3: Las conductas de los entrenadores influyen en las ejecuciones de los deportistas. En esta fase, la forma en que los entrenadores con tendencia a la formación de expectativas tratan a los deportistas influye en el rendimiento tanto físico como psicológico de estos. Es fácil comprender que los deportistas que reciban constantemente más feedback positivo e instruccional de sus entrenadores pondrán de relieve más mejoras en su

rendimiento y disfrutarán más de la experiencia competitiva. A continuación se expondrán las siguientes formas en que los deportistas resultan afectados por las expectativas negativas o los prejuicios de los entrenadores:

- Los deportistas con bajas expectativas exhiben un nivel más bajo de ejecución debido al menor refuerzo y al poco tiempo de juego.
- Los deportistas con bajas expectativas presentan niveles bajos de autoconfianza y de competencia percibida a lo largo de toda la temporada.
- Los deportistas con bajas expectativas atribuyen sus errores a la falta de capacidad, justificando así la idea de que no valen y de que tienen pocas posibilidades de triunfar en el futuro.

Paso 4: Las actuaciones de los deportistas confirman las expectativas de los entrenadores. El paso 3 le sirve a los entrenadores para verificar el acierto en su evaluación inicial de la capacidad y el potencial de los deportistas. Pocos se dan cuenta de que su conducta y sus actitudes ayudaron a producir el resultado. Y además no todos los deportistas permitirán que la conducta o las expectativas de su entrenador afecten su rendimiento o sus reacciones psicológicas. Para elaborar sus percepciones de capacidad y competencia, algunos cuentan con otros recursos, como los padres, los compañeros u otros adultos, cuyo apoyo e información puede ayudar a los deportistas a resistir los prejuicios transmitidos por el entrenador.

Sin duda, los profesionales del deporte y el ejercicio físico, incluidos los preparadores y los especialistas en rehabilitación, han de ser conscientes

del modo en que se forman expectativas y del grado en que su conducta resulta afectada por las mismas. A principios de temporada, los entrenadores han de determinar la manera en que van a elaborar dichas expectativas y si sus fuentes de información son indicadores fiables de la capacidad de una persona determinada, ya que es evidente que las evaluaciones iniciales pueden ser erróneas. Los entrenadores deberían también controlar la cantidad y calidad del feedback de instrucción y del refuerzo que proporcionan, a fin de garantizar que todos los participantes obtengan una parte equitativa. Estas acciones ayudan a asegurar que todos tengan posibilidades razonables de lograr su máximo potencial y de disfrutar la experiencia deportiva.

A continuación se expone un ejemplo de expectativas de entrenadores que influyen en la conducta de los deportistas:

Durante un partido de voleibol, Kira (una jugadora que genera altas expectativas) trata de rematar la pelota a pesar de la colocación es deficiente y la obliga a apartarse de la red. El remate acaba en la red, pero el entrenador le dice: "Buen golpe Kira, trata simplemente de elevarte más en el salto para poder contactar con la pelota por encima del nivel de la red". Cuando Janet (jugadora generadora de bajas expectativas) hace lo mismo, el entrenador le dice "No intentes rematar si no estás en buena posición, Janet, así nunca conseguirás ningún punto" (Weinberg & Gould, 1996).

Horn (1991) estableció una serie de recomendaciones para que los entrenadores actuales y futuros las utilicen en la evaluación y tal vez en la modificación de su propio comportamiento en el ámbito deportivo.

- Los entrenadores deberían determinar cuales son las fuentes de información a consultar para formarse expectativas de cada deportista.
- Los entrenadores deberían comprender que sus evaluaciones iniciales pueden ser imprecisas y necesitan ser revisadas continuamente.
- En el transcurso del entrenamiento, los preparadores necesitan estar al corriente de la cantidad de tiempo que los deportistas dedican a actividades no vinculadas a la destreza.
- Los entrenadores deberán asignar actividades instruccionales que den a todos los deportistas la oportunidad de mejorar sus destrezas.
- Los entrenadores deberían insistir en la mejora de la destreza como medio para la evaluación y refuerzo de los atletas de manera individual, más que en el uso absoluto de los resultados de la ejecución. Si el entrenador sabe transmitir la idea a sus deportistas, todos son capaces de mejorar sus destrezas en la ejecución, independientemente del nivel que presentan en la actualidad.



En relación al efecto que pueden tener las expectativas del entrenador, Gálvez Garrido, A., Paredes Prados, J. (2007) afirman que en los deportistas una de las características que pueden destacarse es la influencia sobre la autoconfianza. Por esta razón, la relación establecida entre el deportista y su entrenador se hace en base a tres parámetros de gran importancia: las conductas del entrenador, la percepción y el recuerdo de dichas conductas por sus jugadores, la evaluación que estos hacen del entrenador y su experiencia deportiva (Gálvez Garrido, A., Paredes Prados, J. (2007).

Las recomendaciones generales a los entrenadores para optimizar el desarrollo de destrezas deportivas, la autoconfianza y la diversión en sus jugadores son las siguientes: centrarse en la enseñanza y en la práctica de destrezas deportivas, cambiar frecuentemente las actividades, establecer expectativas realistas para cada niño o joven en función de su edad y su repertorio previo, realizar demostraciones y dar instrucciones cortas y simples, recompensar no solo los resultados, sino también la ejecución técnica correcta, recompensar el esfuerzo además del resultado, utilizar un enfoque positivo para corregir los errores, reducir los miedos de los niños para ejecutar nuevas tareas motrices, modificar las reglas para aumentar la acción y la participación de los jugadores, ser entusiasta y contagioso (Weinberg & Gould, 1996, citados por Gálvez Garrido, Paredes Prados, 2007).

El uso de las nuevas metodologías para la enseñanza del deporte y, en especial, para un enfoque basado en la comprensión del juego, proporciona interesantes implicaciones psicológicas tanto para los alumnos como para los profesores (Gálvez Garrido, A., Paredes Prados, J. (2007). Son necesarios un mayor número de investigaciones y de aplicaciones prácticas para conocer con más profundidad los aspectos psicológicos que ofrecen estas nuevas metodologías, y sobre todo, para potenciar la relación existente entre el entrenador y el jugador (Gálvez Garrido, A., Paredes Prados, J., 2007).

Capítulo IV

Relaciones Padres-Entrenador-deportista

El “triángulo deportivo”, formado por entrenador, deportista y padres, constituye un aspecto fundamental de los deportes juveniles, y el tipo de vínculo que establece el entrenador con los padres puede ser determinante para el éxito del programa. Mientras que algunos padres ayudan fortalecer el desarrollo deportivo del niño, otros ejercen un impacto negativo sobre ellos Smoll (1991). Por ello es importante el lugar que ocupa el entrenador en esta relación ya que creando buenos canales de comunicación puede lograr resultados satisfactorios tanto a nivel deportivo como personal del joven.

De acuerdo a Smoll (1991) con respecto a los roles y responsabilidades de los padres, es importante que tengan en cuenta la motivación del niño para participar en un deporte sin ejercer presión sobre él y respetando sus decisiones.

Según el autor anteriormente citado, en la medida en que los padres puedan tomar conocimiento sobre el deporte que realiza su hijo lograrán disfrutar del mismo y acompañar al niño en su actividad (Smoll, 1991).

Por otro lado se debe tener en cuenta que todos los padres se identifican con sus hijos queriendo lo mejor para ellos. Sin embargo en algunas ocasiones el grado de identificación es excesivo convirtiéndose en una fuente de estrés para el deportista. Por ejemplo el “padre frustrado”

quien busca, mediante su hijo, el éxito que él no consiguió. En casos como este se genera en el niño una gran presión que perjudica tanto el desempeño como el disfrute de actividad deportiva. Por esta razón, el entrenador debe estar capacitado para poder brindar información y apoyo a los padres (Smoll, 1991).

Siguiendo a Smoll (1991) se pueden describir algunas características distintivas de los padres:

- Padres desinteresados: aquellos que no participan de las actividades vinculadas con el deporte de su hijo.
- Padres excesivamente críticos: reprenden y regañan frecuentemente al niño. Nunca están lo suficientemente satisfechos con la actuación de su hijo.
- Padres vociferantes tras el banquillo: durante el partido suelen enfurecerse y agitarse expresándose de una manera agresiva hacia miembros del equipo, oponentes, entrenadores y jueces.
- Entrenadores en la banda: realizan sugerencias a los jugadores durante el partido, muchas veces contradiciendo las instrucciones del entrenador y desorganizando el equipo.
- Padres sobreprotectores: se muestran angustiados mientras su hijo realiza la actividad deportiva, temiendo de los peligros intrínsecos al propio deporte.

Distintos autores señalan que los padres deberían mostrar un interés y dedicación adecuados por la participación deportiva de sus hijos. Se deben evitar situaciones extremas como ignorar la practica deportiva de sus hijos o estar demasiado implicados en ella, llegando a presionarlos excesivamente y no aceptando tanto sus éxitos como sus fracasos (Cruz, 1997; Gordillo, 1992; Smoll, 1986; citados por Boixados et.al., 1998).

Según De Knop y cols. (1994, citado Boixados et.al., 1998) seria importante que los padres puedan:

- Propiciar la participación deportiva de sus hijos de la siguiente forma: informarlos sobre las diferentes posibilidades de practicar deporte, animarlos a la participación sin presionarlos, actuar como modelos.
- Ayudar a sus hijos a que elijan como practicar el deporte, guiándolos en su decisión.
- Mostrar interés por las actividades deportivas de los hijos, favoreciendo la comunicación en forma abierta, apoyándolos en todo momento.
- Asegurarse que sus hijos practiquen deporte de manera saludable, teniendo en cuenta que los objetivos del club o escuela consideren el aprendizaje de la técnica y la táctica deportiva en entrenamientos supervisados y divertidos; la transmisión de valores de *fairplay* a partir del respeto de las reglas, los adversarios, el material.

Capítulo V

Autoconfianza

La Autoconfianza es el término que habitualmente se utiliza en el contexto de la Psicología del Deporte para referirse a la confianza que un deportista tiene en sus propios recursos para alcanzar el éxito (Buceta, 1998). Este término suele emplearse como sinónimo del concepto “auto-eficacia” acuñado por Bandura, para denominar la convicción que una persona tiene de que puede ejecutar, exitosamente, la conducta requerida para producir un determinado resultado (Bandura, 1977, citado por Buceta, 1998).

Según Fernández Abascal (2000), la teoría de la auto-eficacia tiene una historia relativamente breve, ya que cabe situar sus inicios en 1977 con la publicación por parte de Bandura de la obra “La auto-eficacia: hacia una teoría unificada del cambio conductual”. No obstante, el funcionamiento de los principios de la auto-eficacia ha recibido el apoyo de un cuerpo de resultados que ha ido creciendo día a día en los campos más diversos.

De acuerdo a Buceta (1998) la autoconfianza implica un conocimiento real de la dificultad del objetivo y de los recursos propios que se pueden emplear para intentar alcanzarlo. El aspecto más importante de la autoconfianza no es creer ciegamente que se alcanzara un determinado objetivo, que todo saldrá bien o que no se cometerán errores, sino estar

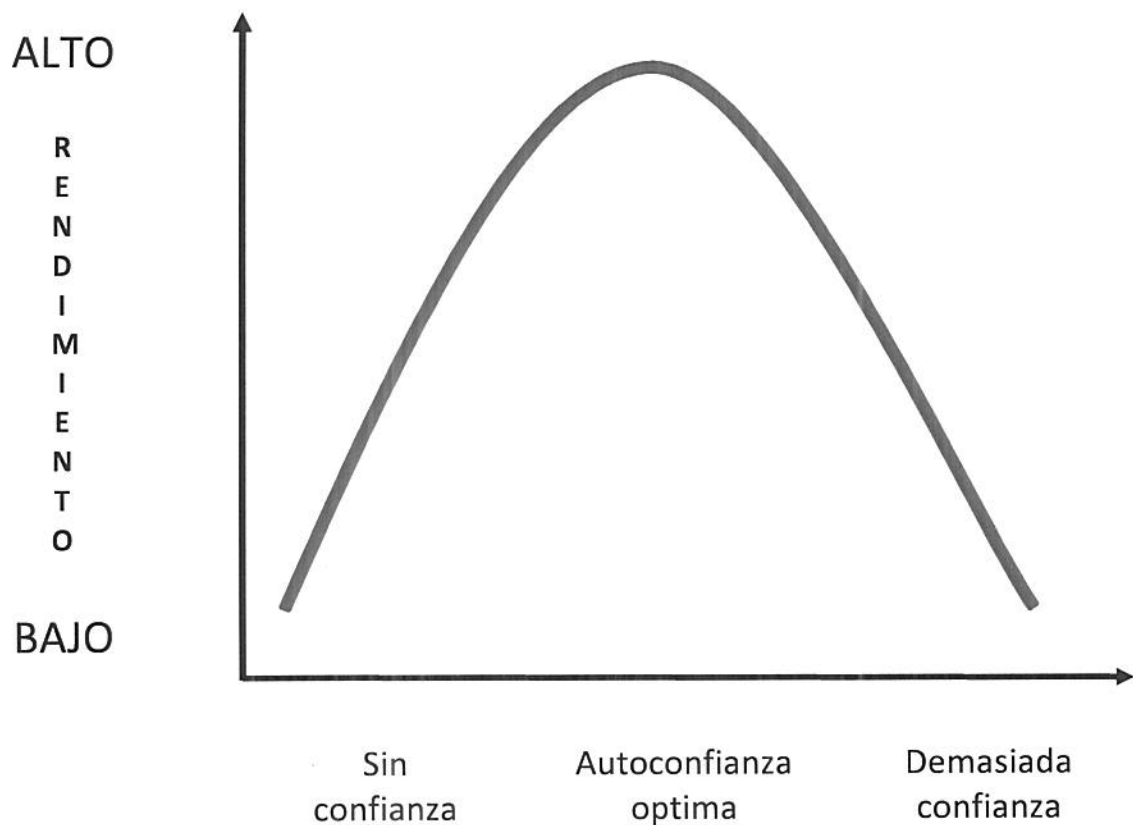
convencido a partir de un planteamiento realista, de que uno posee los recursos suficientes para tener opciones de superar las dificultades que se presenten, hacer bien la tarea y conseguir el objetivo que se propone (Buceta, 1998).

Este autor considera que un deportista con autoconfianza, conoce sus posibilidades reales y sabe cuales son las conductas propias que debe emplear para que estas posibilidades existan. También conoce las dificultades que podrían impedirle conseguir el objetivo deseado y las conductas que, en ese caso, podría utilizar para neutralizar, en la medida de sus posibilidades, tales dificultades (Buceta, 2004).

Confianza optima

Weinberg & Gould (1996) consideran que la autoconfianza óptima equivale a estar tan convencido de que se pueden alcanzar los objetivos marcados, que se invierte un gran esfuerzo en ello, lo que no implica que el deportista siempre vaya a tener una buena ejecución, pero es esencial si quiere desplegar su potencial máximo.

A través del siguiente cuadro se puede observar que a medida que crece la confianza, aumenta el rendimiento de un modo casi lineal hasta llegar al punto de confianza óptima donde el rendimiento va a ser el ideal. Cuando aparece el exceso de confianza, el rendimiento empieza a descender.



Falta de confianza

Weinberg & Gould (1996) consideran que las dudas sobre uno mismo debilitan el rendimiento: crean ansiedad, rompen la concentración y provocan indecisiones.

Las personas que carecen de confianza se centran más en sus puntos débiles que en sus habilidades, lo que les impide fijar la atención en la tarea. Asimismo afirman que muchos sujetos tienen las destrezas físicas necesarias para lograr el éxito pero carecen de confianza en su capacidad, en condiciones de presión, es decir, cuando el partido o la competición están

en un momento delicado. Esto podría estar relacionado con un importante miedo al fracaso (Weinberg & Gould, 1996).

Buceta (2004) afirma que muchos niños y adolescentes, en el deporte y en otros campos, tienen una autoconfianza débil. Se sienten inseguros antes de afrontar un reto, dudan respecto a su rendimiento y no tienen claro si han respondido a lo que se esperaba de ellos.

Exceso de confianza

Para Weinberg & Gould (1996), las personas excesivamente confiadas tienen una seguridad falsa en si mismas. Su rendimiento disminuye ya que creen que no tienen por qué prepararse o realizar el esfuerzo preciso para llevar a cabo su tarea. A veces se observa un falso exceso de confianza cuando los deportistas tratan de disimular sus propias dudas.

El exceso de confianza es mucho menos problemático que la falta de la misma, aunque cuando existe, los resultados pueden ser negativos (Weinberg & Gould, 1996).

Según Buceta, J. (1998) la falsa confianza es un estado de confianza aparente que sin embargo enmascara una autoconfianza débil. Consciente o inconscientemente, el deportista quiere demostrar ante los demás, y sobre todo mostrarse a si mismo, que posee una gran confianza, cuando en realidad si fuese objetivo y sincero, se daría cuenta de que tiene muchas dudas o esta bastante convencido de lo contrario.

Ventajas de la confianza

Weinberg & Gould (1996) sostienen que la confianza se caracteriza por elevadas expectativas de éxito que pueden ayudar a las personas en las siguientes áreas:

- Activa emociones positivas: Los sujetos que se sienten seguros de si mismos tienen mayor probabilidad de mantenerse tranquilos y relajados en situaciones de presión y de esta manera lograr mas asertividad y energía durante la competición.
- Facilita la concentración: La confianza permite que la persona logre concentrarse en el desempeño de la tarea sin preocuparse sobre lo bien o mal que lo esta haciendo o por la aprobación del resto, de lo contrario se daría lugar a errores por falta de atención.
- Influye en los objetivos: Las personas seguras de si mismas tienden a establecer objetivos estimulantes y esforzarse por alcanzarlos, esto permite lograr el máximo potencial y apuntar a lo más alto. Aquellos que no poseen confianza se proponen objetivos fáciles que no les representan un verdadero desafío.
- Hace que aumente el esfuerzo (cantidad y duración): los sujetos que están convencidos de conseguir sus objetivos persisten durante más tiempo y se esfuerzan todo lo posible por alcanzarlos.
- Afecta las estrategias de juego: los deportistas que poseen confianza no tienen miedo de correr riesgos y asumen el control de la competición con el objetivo de ponerse en ventaja.

- Afecta el ímpetu psicológico: las personas que tienen confianza abordan situaciones difíciles como si fueran desafíos y reaccionan ante ellas con una resolución mucho mayor. Los deportistas con un nivel elevado de destrezas son más capaces de remontar la adversidad.

Autoconfianza y proceso formativo de niños y jóvenes

Buceta (2004) considera que desarrollar la autoconfianza de los jóvenes es muy importante en su proceso formativo como deportistas y como personas.

- Como deportistas, porque la autoconfianza es la clave para que progresen, sean capaces de afrontar satisfactoriamente las situaciones más difíciles de las competiciones y sigan trabajando con la ilusión de alcanzar metas ambiciosas.
- Como personas, porque confiar en uno mismo ayuda a afrontar las demandas de la vida y contribuye a mejorar el autoconcepto y la autoestima.

Este autor refiere que la autoconfianza de una persona no es la misma en todas las situaciones de la vida; por ejemplo, un chico puede tener mayor autoconfianza jugando al tenis que en la asignatura de geografía. Sin embargo, el fortalecimiento de la autoconfianza en una parcela concreta (el deporte) puede generalizarse a otras áreas de la vida.

De esta forma, a través de la práctica del deporte, se puede potenciar un recurso psicológico de suma importancia en el desarrollo de niños y

adolescentes. Esta cuestión es importante teniendo en cuenta que los jóvenes, en muchos casos, tienen poca confianza en sí mismos para enfrentarse a cualquier reto. La experiencia deportiva, bien manejada por el entrenador, puede ayudarles a desarrollar su autoconfianza, y por esta vía, a ser más fuertes psicológicamente (Buceta, 2004).

Éxito y Fracaso Controlados

Para que se desarrolle la autoconfianza, el deporte debe promover experiencias de control y tanto los buenos como los malos resultados pueden contribuir a la percepción de control si la actividad se plantea correctamente y se desarrolla un estilo de funcionamiento objetivo (Buceta, 2004). Este autor afirma que el éxito controlado, tendrá lugar cuando se produzcan buenos resultados, es decir, cuando se cumplan los objetivos establecidos, y estos sean atribuidos, por los deportistas, a sus propios recursos.

El fracaso controlado estará presente cuando los resultados no sean los deseados, es decir, cuando no se cumplan los objetivos establecidos, pero los deportistas perciban que, a pesar de ello, han controlado el proceso para conseguir tales resultados, mejorando su conocimiento para poder lograrlos en el futuro. Estas experiencias contribuyen a desarrollar una mayor tolerancia a la frustración y una mayor capacidad para reaccionar ante situaciones adversas (Buceta, 2004).

Desarrollo de la autoconfianza

La confianza puede desarrollarse mediante el trabajo, el entrenamiento y la planificación. A través de las siguientes herramientas los entrenadores pueden favorecer su construcción (Weinberg y Gould, 1996):

- Mediante logros de ejecución: la conducta que conduce al éxito aumenta la confianza y da lugar a incrementar las conductas de ese tipo.
- Actuando con confianza: cuanto más confiadamente actúa un deportista es más probable que se sienta confiado ya que los pensamientos, las emociones y las conductas están interrelacionadas.
- Pensando con confianza: pensar que se puede alcanzar un objetivo y concretarlo funciona como instructivo y como motivación para el deportista, logrando desarrollar su confianza.
- Por medio de la visualización: a través de la misma podemos vernos a nosotros mismos haciendo cosas que nunca hemos sido capaces de hacer, o en cuya ejecución hemos tenido complicaciones.
- Con entrenamiento físico: estar en la mejor forma física nos permite sentirnos seguros de nosotros mismos. El entrenamiento y hábitos alimenticios saludables ayudan al deportista a saber que puede resistir lo que sea necesario hasta ver realizado su objetivo.
- Con preparación: si el deportista está preparado sentirá la confianza de haber hecho lo posible para lograr el éxito.

Tendiendo en cuenta dichas herramientas los entrenadores pueden lograr una enseñanza integral que les permita un mejor desarrollo de la autoconfianza de niños y jóvenes a través del deporte.

Capítulo VI

El aprendizaje a través del deporte

La actividad deportiva puede tener un impacto positivo sobre el desarrollo psicosocial del individuo y sobre las diferentes situaciones vitales por las que atraviesa, permitiendo mejorar el sentimiento de competencia personal de los jóvenes (Giesenow, 2005). Sin embargo para lograr este objetivo es necesaria la planificación de los programas de enseñanza que permitan elaborar metas que sirvan como un modelo efectivo para el aprendizaje de habilidades para la vida. Este proceso no es automático y requiere de diferentes etapas. Por ello la enseñanza debe ser acompañada con información sobre cómo y por qué estas habilidades pueden ser útiles en otros dominios.

Según Danish y cols. (1995, citado por Giesenow, 2005) para transferir las habilidades a otros dominios deben estar presentes los siguientes factores:

- la creencia de que las habilidades adquiridas en el deporte son transferibles a otros ámbitos.
- Consciencia de que poseen tanto habilidades físicas como psicológicas ya que estas últimas son fundamentales para adquirir las primeras.
- Conocimiento de cómo, para qué y en qué contexto las habilidades fueron aprendidas.

- Confianza en la capacidad para aplicar las habilidades en diferentes situaciones.
- Voluntad para explorar roles extradeportivos.
- El deseo y la capacidad para buscar fuentes de apoyo social que ayuden durante la transferencia de sus habilidades.
- La posibilidad de ajustarse a fracasos y obstáculos iniciales.

El aprendizaje en la infancia y la adolescencia

El aprendizaje de habilidades para la vida comienza desde el nacimiento y continúa a lo largo de todo el ciclo vital. Los primeros años de crecimiento y desarrollo son determinantes, ya que consolidan las habilidades que utilizaremos el resto de nuestras vidas (Giesenow, 2005). En esta etapa los padres y los “otros significativos” tienen una influencia fundamental.

La adolescencia es un periodo desafiante, ya que tanto las relaciones con los padres, pares y otras personas son complejas. En esta etapa el individuo se enfrenta a diversos retos con nuevos roles para asumir. Por esta razón la actividad deportiva representa, para el adolescente, la búsqueda de identidad personal, la posibilidad de conocerse y aprender sobre si mismo, ponerse a prueba y adquirir competencias sociales a través de las interacciones con los otros y recibir información sobre sus fortalezas y debilidades (Giesenow, 2005). Por este motivo, los programas de intervención dirigidos a adolescentes, están orientados a reducir la

incidencia de conductas de riesgo, fomentar la resiliencia, asistirlos a desarrollar recursos y posibilitar el aprendizaje de conductas saludables.

La enseñanza de habilidades psicológicas para la vida a través del deporte

Actualmente la Psicología del Deporte no solo estaría vinculada con la mejora del rendimiento y con el desarrollo de la salud mental y física de los participantes, sino que a esto se ha agregado la enseñanza de habilidades para la vida a través del deporte (Gould, 2002, citado por Giesenow, 2005). De esta manera se enfatiza el impacto que tiene el deporte en el desarrollo humano y el uso del mismo para aumentar la competencia personal (Petitpas, 1996, citado por Giesenow, C., 2005).

Según Giesenow (2005), a través del deporte se pueden fomentar numerosas cualidades positivas, tanto sociales como personales, dentro de este marco estarían incluidas las habilidades para la vida. Estas nos permiten desenvolvernos en otros ambientes de una manera más exitosa, fomentando la sensación de competencia y promoviendo el desarrollo humano a lo largo del ciclo vital (Danish y cols, 1997 citado por Giesenow, C., 2005).

Las habilidades para la vida son aquellas que nos permiten ser exitosos en cualquier ambiente en que nos desenvolvamos. Estas habilidades pueden ser tanto físicas (por ejemplo, lanzar una pelota), como comportamentales (comunicación efectiva con pares y adultos), cognitivas (tomar decisiones efectivas), interpersonales (ser asertivo) e intrapersonales (fijar metas) (Danish y Cols., 1995, citado por Giesenow, 2005).

Para ser más exitosos, los programas de enseñanza de estas habilidades deben concentrarse en las habilidades intrapersonales, ya que es aquí donde es importante el cambio.

De acuerdo a Danish y cols.(1995, citado por Giesenow, 2005) gracias a la participación en actividades deportivas, pueden desarrollarse algunas de las siguientes habilidades: rendir bajo presión, enfrentarse con desafíos, respetar a otros, tener autocontrol, ser dedicados, aceptar críticas y evaluarse a si mismos, fijar y alcanzar objetivos, comunicarse con otros.

Smoll (2001) afirma que el deporte ofrece un marco dentro del cual puede darse un proceso educativo para el desarrollo de características físicas y psicosociales a alcanzar - como una maqueta de situaciones vitales con las que el joven puede aprender-, y así, generalizarlas a la vida real cuando se enfrente a ellas en el futuro.

METODOLOGIA

Este proyecto de investigación se plantea como interrogante cuál es la implicancia de la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes que practican deporte; y cuál es el papel que cumplen los agentes socializadores en el mismo.

El tipo de diseño metodológico adoptado es producto de la revisión bibliográfica sobre el estado de conocimiento del tema abordado. A partir de la misma, se consideró pertinente la utilización de un diseño exploratorio descriptivo.

El instrumento utilizado consistió en un cuestionario abierto creado a tal efecto, que fue administrado a cada entrenador, de manera individual, mediante entrevistas estructuradas.

Entrevistas a informantes clave

El total de los entrevistados es de 30 entrenadores (5 por cada deporte), y fueron seleccionados 3 deportes individuales (atletismo, tenis y gimnasia artística), y 3 grupales (básquet, rugby y hockey). La selección fue realizada al azar.

La recolección de los datos fue producto de la administración del instrumento por estas tesis en un plazo de aproximadamente tres meses de trabajo. La misma se realizó a entrenadores de los siguientes clubes:

Once Unidos, Peñarol, Quilmes, Estadio Polideportivo, Kimberley, Edison Lawn Tennis, Aldosivi.

El primer contacto establecido con algunos de los entrevistados fue a través de comunicación telefónica gracias a personas conocidas que nos facilitaron los datos de varios entrenadores. En los casos en los que no contábamos con contactos para realizar las entrevistas, nos dirigimos a los clubes y de esta manera recolectamos información sobre los deportes necesarios. En ambas situaciones nos presentamos como estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, explicamos que nos encontramos realizando la tesis de pre-grado, comentamos brevemente sobre la temática de la misma y sus condiciones de realización, solicitando la colaboración de los entrenadores para poder administrar la entrevista.

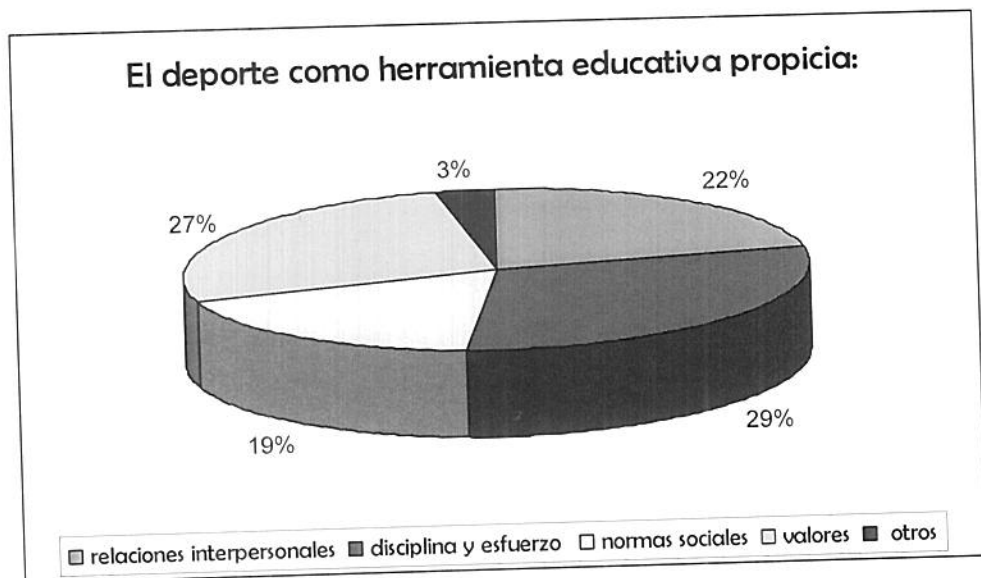
El plazo inicial propuesto para la recolección de datos fue de dos meses. Esto se demoró, debido a inconvenientes no previstos tales como:

- ❖ Dificultad para contactar a los entrenadores.
- ❖ Poca disponibilidad de tiempo de los mismos.
- ❖ Distancia geográfica entre los clubes que nos impedía poder realizar las entrevistas en el tiempo estipulado.

ANALISIS DE LAS ENTREVISTAS

A partir de las 30 entrevistas administradas se efectuó un análisis cualitativo de los resultados obtenidos en cada pregunta que se expondrán a continuación:

Pregunta N° 1



Dentro de cada variable se considera:

Propicia relaciones interpersonales: genera compromiso con el otro, compañerismo, enseña a compartir, cooperar, posibilita trabajar en equipo, permite hacer amigos, etc.

Genera Disciplina y esfuerzo: propicia la responsabilidad, el esfuerzo por alcanzar un objetivo y superar dificultades, la constancia, el cumplimiento de una rutina, desarrollo de hábitos, etc.

Inculca normas sociales: respeto de reglas y normas.

Desarrolla valores: de solidaridad, compañerismo, buena persona.

Otros: salud.

El total de los entrevistados considera el deporte como una herramienta educativa. Su justificación se encuentra distribuida de forma relativamente pareja entre las variables consideradas, si bien lo que más destacan los entrenadores es que permite generar *disciplina y capacidad para esforzarse* (29%) con el fin de alcanzar una meta; también se menciona el desarrollo de *valores* (27%) tales como: la solidaridad, la bondad y el compañerismo.

El 22% cree que la práctica deportiva favorece *relaciones interpersonales* satisfactorias ya que genera compromiso con el otro, les permite aprender a compartir y a trabajar en equipo; posibilita inculcar *normas sociales* (19%) y respeto por las mismas.

Una mínima proporción de los entrevistados (3%) consideró que el deporte ayuda a tener una vida saludable.

Cabe aclarar que no se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

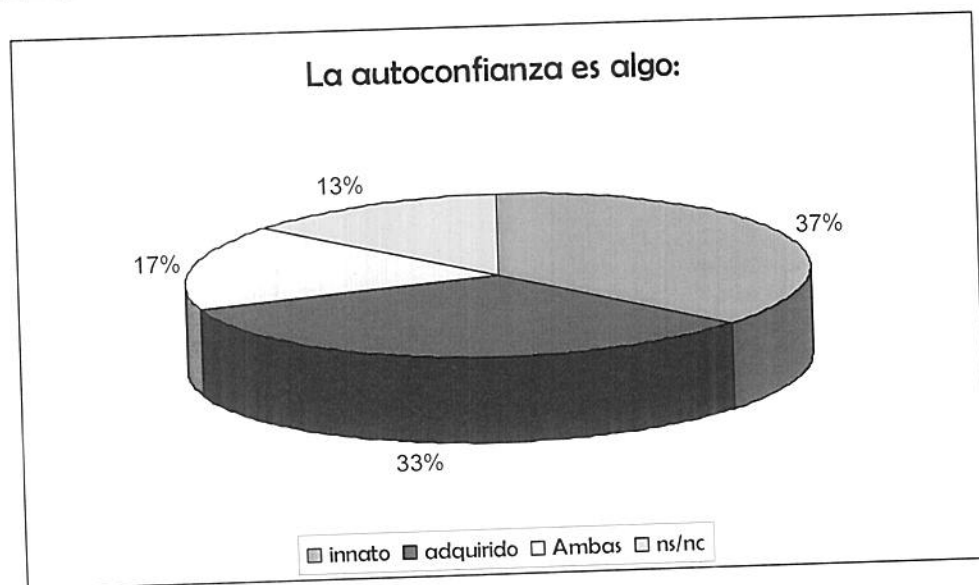
Comparación entre deportes

Es importante destacar que los deportes grupales, en especial el rugby, ponen mayor énfasis en las relaciones interpersonales en el desarrollo de los niños y jóvenes, ya que consideran que el trabajo en equipo es fundamental tanto para el desarrollo psicofísico de los deportistas como para obtener un buen rendimiento deportivo.

En los deportes individuales se prioriza la disciplina y el esfuerzo personal, considerando que la perseverancia por lograr los objetivos y metas

propuestas, es primordial, no solo para obtener los resultados deseados sino también para enfrentar distintas situaciones de la vida.

Pregunta N°2



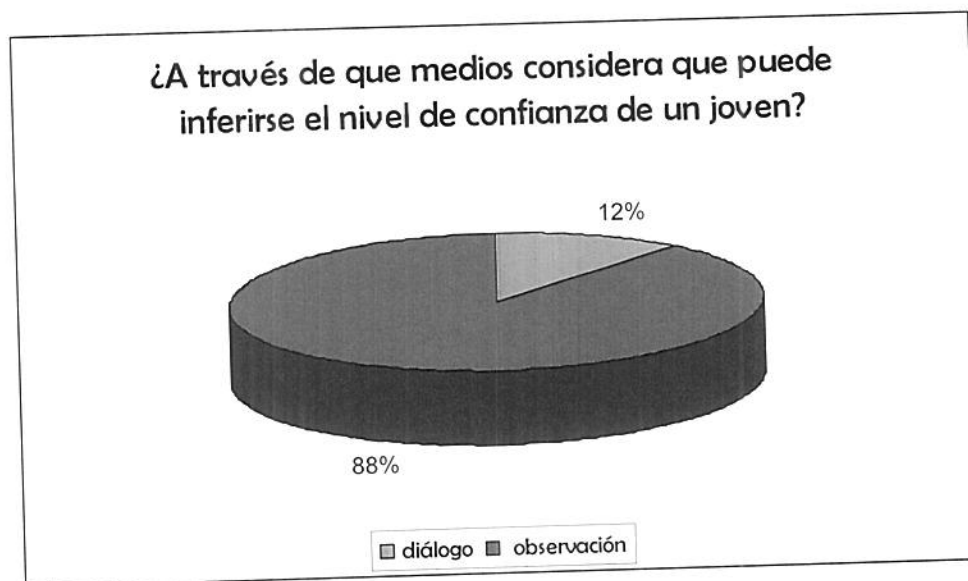
El 37% de los entrevistados considera que la confianza es innata, es decir, que se trae desde el nacimiento, que son características personales dificultosamente modificables.

El 33% piensa que es adquirida, ya sea a través de la influencia de los padres, a través de la enseñanza de agentes socializadores, etc.

El 17% respondió que la confianza es algo tanto innato como adquirido.

El 13% de los entrenadores evidenció no saber como responder a esta pregunta. Estos entrenadores eran principalmente de gimnasia artística.

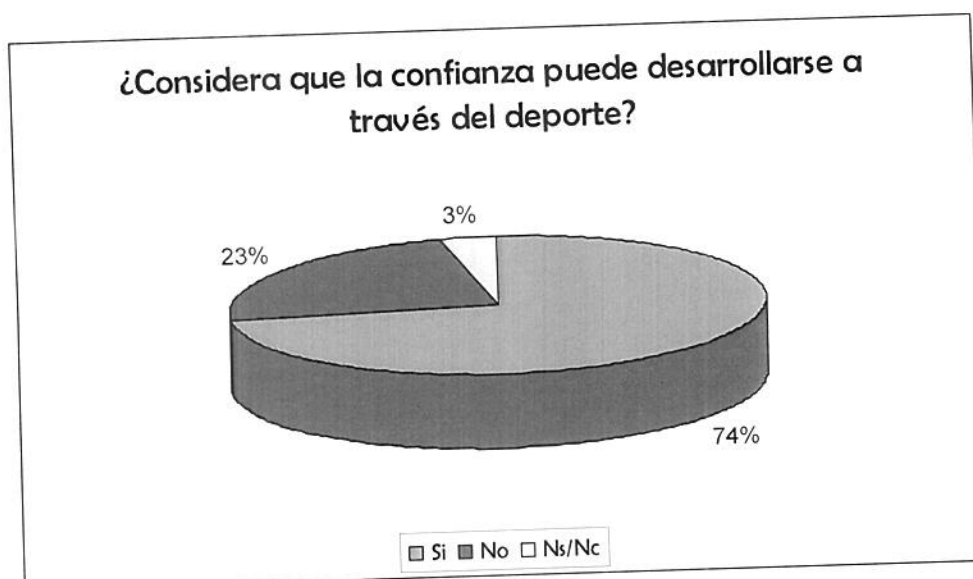
Pregunta N° 3



La mayor parte de las respuestas (88%) indica que la confianza se puede inferir a través de la observación, mientras que una pequeña proporción cree que puede hacerse a través del diálogo. Solo los entrenadores de atletismo y tenis hicieron alusión a la observación.

Cabe aclarar que no se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

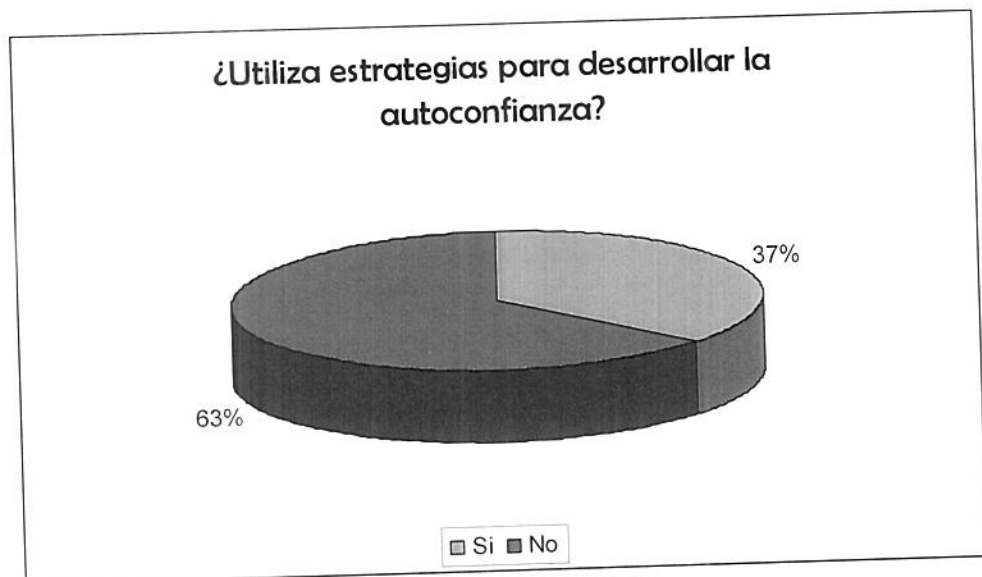
Pregunta N°4



Mientras que la mayor parte de los entrenadores (74%) sostiene que es posible desarrollar la confianza en un deportista, una pequeña proporción (23%) cree que esto no es posible o muy difícil, principalmente los entrenadores de deportes individuales.

Sólo el 3% no supo responder claramente la pregunta.

Pregunta N° 5



El 63% de los entrevistados respondió que no utiliza estrategias para desarrollar la confianza y expresan que sólo conversando con el deportista e indagando qué les ocurre pueden tener un impacto positivo en su confianza.

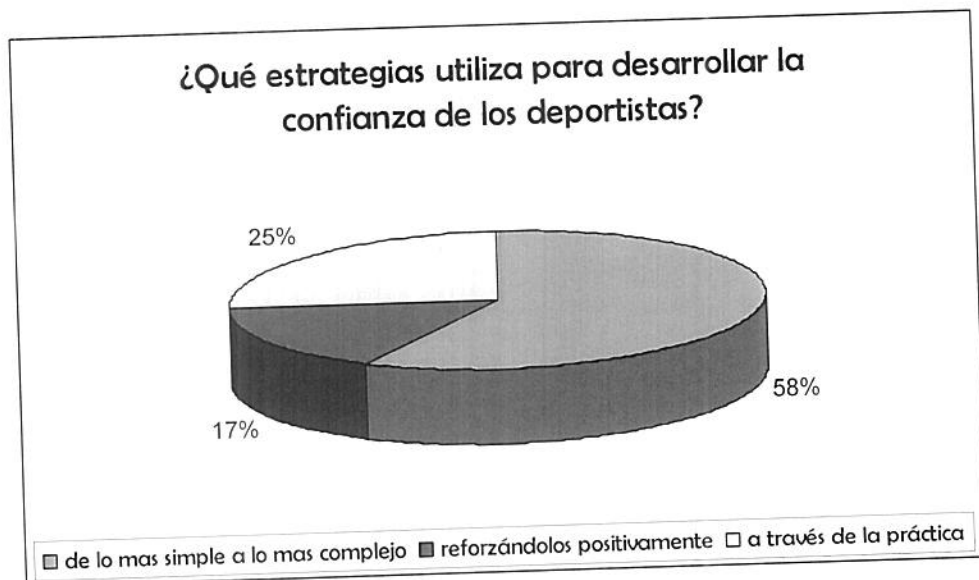
Una menor proporción (37%), principalmente entrenadores de tenis y básquet, utiliza estrategias específicas para permitir el desarrollo de la confianza.

Cabe aclarar que no se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

Comparación entre deportes

Especialmente los entrenadores de gimnasia artística, rugby y atletismo no conocen estrategias específicas para desarrollar la autoconfianza. Los entrenadores de rugby afirman que a partir del trabajo en equipo y la colaboración grupal es posible conseguir el desarrollo de la misma.

Aquellos que sí utilizan estrategias para desarrollar la autoconfianza lo hacen a través de distintas herramientas:



El 58% de los entrenadores considera que se puede desarrollar la confianza a partir de la planificación de objetivos alcanzables y que a medida que el deportista los va cumpliendo, se pueden ir complejizando los mismos. Afirman que de esta manera evitan la frustración del alumno y permiten un mejor desempeño deportivo.

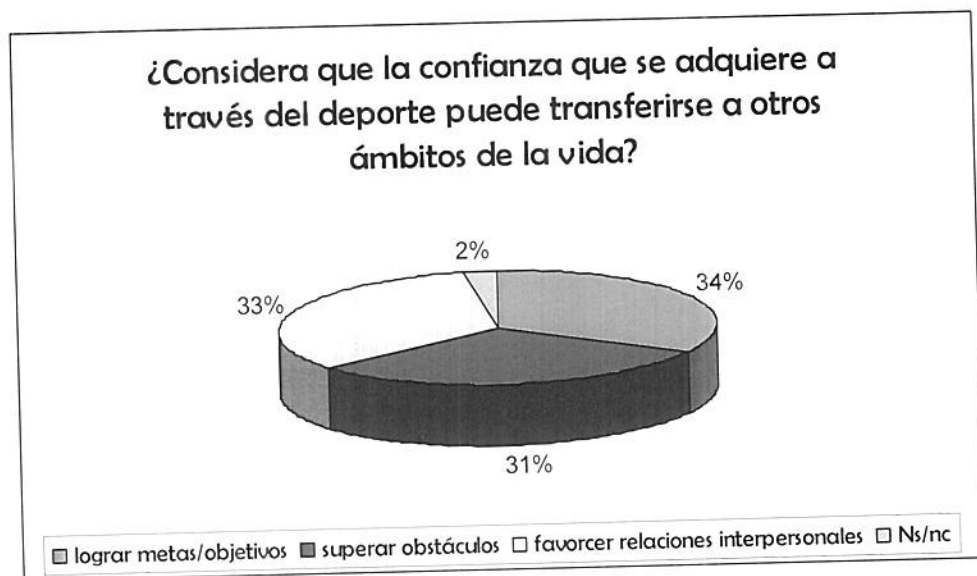
En menor medida (25%), otros entrenadores, sostienen que a través de la práctica deportiva y el entrenamiento pueden alcanzar niveles más

elevados de confianza. Es necesaria una buena preparación física para lograr su desarrollo y obtener resultados satisfactorios.

La minoría (17%) cree que a través del refuerzo positivo, especialmente a través de la palabra, pueden conseguir aumentar la autoconfianza de un joven, destacando lo que realizan de manera satisfactoria y no los errores que cometen. Es importante alentar al deportista y brindarle contención cuando una jugada no salió como se esperaba, dándole herramientas para corregir sus errores.

Cabe aclarar que no se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

Pregunta N° 6



La mayor parte de los entrevistados afirma que la confianza puede transferirse a otros ámbitos de la vida. El 34% cree que esta permite

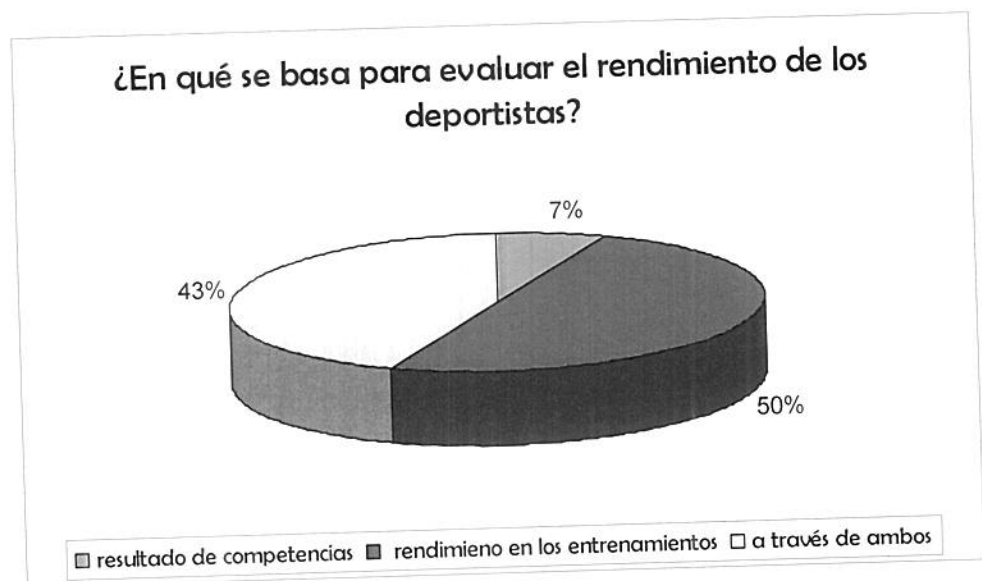
alcanzar metas y objetivos en diferentes situaciones, independientes de las deportivas.

En similar proporción (33%) sostienen que la confianza puede favorecer las relaciones interpersonales. Cabe consignar que la totalidad de los entrenadores de rugby hicieron alusión a la importancia de los vínculos.

El 31% de los entrenadores cree que permite superar obstáculos y problemas que se le presenten al sujeto en cualquier momento y área de su vida.

Un solo entrevistado no supo responder esta pregunta.

Pregunta N° 7

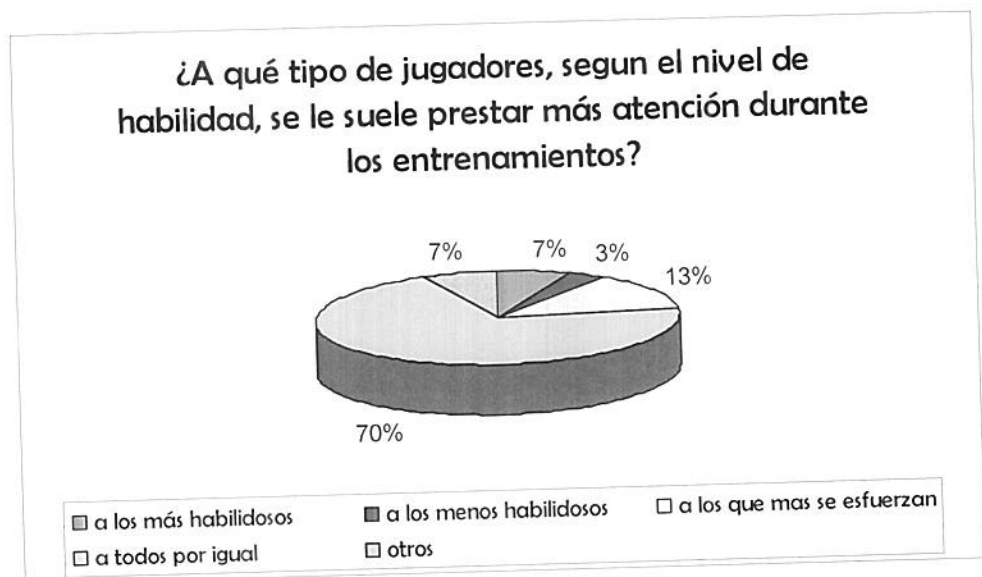


Para evaluar el rendimiento de los deportistas, la mitad de los entrenadores entrevistados, se basa en los entrenamientos.

El 43 % la lleva a cabo tanto a través de los entrenamientos como de los resultados de las competencias, y una proporción muy pequeña (7%) la realiza únicamente a través de los resultados.

Cabe aclarar que no se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

Pregunta N °8



La mayoría de las respuestas (70%) indican que los entrenadores suelen prestarle atención a todos por igual. Sin embargo, varios entrevistados destacan que otros entrenadores se enfocan en los más hábiles ya que estos tienen más posibilidades de éxito. En base a esto inferimos en este caso un posible indicador de deseabilidad social.

En menor proporción (13%) contestaron que les prestan mayor atención a quienes más se esfuerzan porque son más disciplinados y perseverantes y porque suelen motivar más al entrenador.

El 7% de los entrenadores afirman que la atención esta asociada a aquellos alumnos que pueden sufrir lesiones debido a su débil musculatura o a quienes evidencian inseguridad.

Sólo el 3% considera que prestan más atención a los más habilidosos ya que afirman que son quienes pueden obtener mejores resultados y que sería injusto que esos chicos no avancen y que no puedan explotar su potencial. Esta concepción solo fue expresada por entrenadores de atletismo y básquet.

No se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

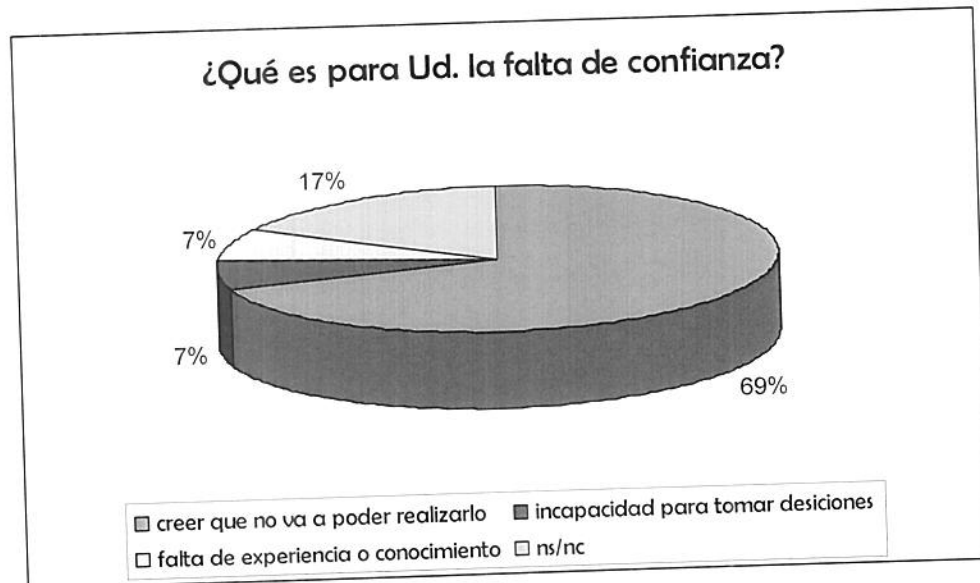
Es importante destacar que las entrevistas han sido tomadas a entrenadores tanto de escuela como de competición. En el primer caso intentan que el deporte en los niños sea con un fin recreativo, mientras que la finalidad del deporte de elite es la competición; por esto se enfocan principalmente en aquellos alumnos que poseen más habilidad para el deporte.

Comparación entre deportes

Hay que señalar que, a diferencia de otros deportes, la totalidad de los entrenadores de rugby entrevistados, afirman prestar atención a todos por igual, poniendo énfasis en la noción de equipo.



Pregunta N° 9 A



La mayor parte de los entrevistados (69%) considera que la falta de confianza significa creer que no van a poder realizar determinadas actividades, falta de confianza en los propios recursos, inseguridad, etc.

El 17% no supo responder claramente la pregunta, estos entrenadores no parecían entender a que nos estábamos refiriendo. Cabe aclarar que esto se visualizó principalmente en entrenadores de deportes grupales.

El 7% afirma que la falta de confianza esta asociada con la falta de experiencia o conocimiento por esta razón los entrevistados consideran que con aprendizaje y entrenamiento esta puede modificarse.

En igual medida (7%) creen que se trata de incapacidad para tomar decisiones.

Podríamos inferir que en gran parte de los entrevistados, esta pregunta, en la que se solicita la definición de un término, generó mayor ansiedad. Se mostraron dubitativos y apresurados por responder, en algunos

casos buscando nuestra aprobación con la mirada para intentar corroborar si estaban respondiendo de manera correcta. Por esta razón consideramos que pueden haberse sentido evaluados, siendo la mayoría de las respuestas de poca precisión y falta de claridad.

Pregunta N° 9 B



La mitad de los entrenadores no utiliza estrategias específicas para desarrollar la autoconfianza y cree que solo a través del diálogo puede estimularla. Al mismo tiempo, agregan que hay que conocer a cada alumno e indagar qué le pasa, cómo se siente, tratando de escucharlo y darle apoyo.

El 27% de las respuestas hacen referencia a que no utilizan ningún tipo de estrategias para trabajar la falta de confianza. Si bien no han expresado directamente carecer de herramientas para abordarla, esto puede inferirse a través de lo dicho, teniendo en cuenta la falta de precisión y claridad en las respuestas.

El 23 % cuenta con herramientas para trabajar la falta de confianza, entre ellas se destacan: reforzar positivamente al alumno, brindarle actividades progresivas desde las más simples hacia las más complejas, etc.

No se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

Pregunta N° 10



Se debe aclarar que varios entrenadores de diferentes deportes no comprendieron el concepto de “exceso de confianza” ya que muchos de ellos creían que estaba asociado con algo positivo para el deportista y no con una característica que puede perjudicarlo, no solo en los que respecta al desempeño deportivo sino también en las relaciones interpersonales con sus pares, entrenadores, etc.

La mayor parte de los entrevistados (53%) contestó que establece límites para trabajar el exceso de confianza de un alumno.

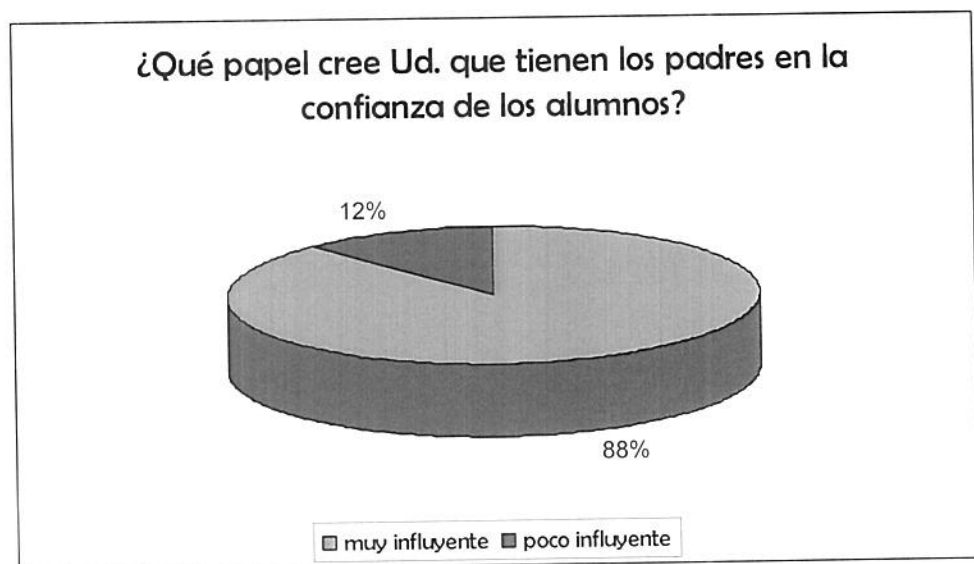
En una menor proporción (37%) consideran que es necesario demostrarles en los entrenamientos que les falta aprender muchas cosas ya

sea haciéndolos trabajar con compañeros más habilidosos o de más experiencia o poniéndolos a prueba delante de sus compañeros y pidiéndoles que realicen un ejercicio para el cual todavía no están preparados o que no les saldrá, para luego llevarlos a que entiendan que necesitan entrenar y seguir aprendiendo.

Una pequeña parte de los entrevistados (10%) - entrenadores de deportes grupales - no trabaja el exceso de confianza, ya sea porque no conoce estrategias para hacerlo o porque considera que no es perjudicial para el desempeño deportivo.

Cabe aclarar que no se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

Pregunta N° 11



La mayoría de los entrevistados (88%) considera que los padres son muy influyentes en el desarrollo de la confianza. Sólo el 12% opina que es poco influyente.

No se registró ninguna respuesta de No sabe/ No contesta.

Muchos entrenadores comentan que una gran cantidad de padres desalientan a los deportistas, hacen comentarios desfavorables durante los partidos y les exigen más allá de sus capacidades. A partir de esto agregan que se torna complicada su tarea, ya que muchas veces para que no interfieran ni en las clases ni en los partidos deben “calmar a los padres” o “ponerles límites”.

No se encontraron diferencias significativas entre los diferentes deportes.



Análisis cualitativo

Según el análisis bibliográfico realizado y la información recogida en las entrevistas pudimos extraer los siguientes datos relevantes:

En relación a la pregunta N°1, teniendo en cuenta que el total de los entrenadores a los que se les administró la entrevista tiene conocimientos sobre la importancia del deporte como herramienta educativa, destacamos que:

La socialización a través del deporte permite el aprendizaje de actitudes, valores y habilidades generales. Por esta razón nos parece de fundamental importancia que los agentes educativos tengan conocimiento de la implicancia que tiene su enseñanza no solo en la actividad deportiva sino también en otros ámbitos de la vida.

En cuanto a la pregunta N°2 se observa un porcentaje relativamente parejo entre los que consideran que la autoconfianza es innata y los que consideran que es adquirida, si bien existe una leve mayoría que se inclina por la primera, es decir, algo que se trae desde el nacimiento. Un ejemplo de ello es:

“Es algo que ya traen, algunos vienen con mucha confianza y otros no. Eso se ve mucho, están los que se creen campeones y también los que no se animan y no se tienen confianza”. (Mariano, Básquet)

“Generalmente cuando encontrás un campeón, ya viene campeón en su cabeza” (Leonardo, Atletismo).

También se pudo observar, en menor proporción, desconocimiento con respecto a esta pregunta. La siguiente cita puede demostrarlo:

“La confianza es un tema de interpretación. Hay gente muy confiada en el estudio porque interpretó. Esta relacionado con el miedo al fracaso, el miedo a perder. Cuando vos entendiste algo, lo vas a poder hacer.” (Guillermo, Rugby)

Esta falta de conocimiento, tiene como consecuencia que la misma no sea trabajada en la clase y que el entrenador no pueda registrar el impacto de ciertas acciones y verbalizaciones sobre sus alumnos debido a que carece de conocimientos y herramientas para abordar la temática. La experiencia deportiva puede tener consecuencias favorables sobre la autoestima y el desarrollo psicológico de niños y jóvenes, siempre y cuando exista un liderazgo adulto cualificado que pueda realizar un seguimiento de la actividad deportiva. Es importante abordar el entrenamiento con los alumnos teniendo en cuenta todos los factores que influyen en la participación de dicha actividad, para contribuir en la implementación de estrategias que posibiliten una mejor enseñanza en el deporte.

Si bien anteriormente la mayoría destaca que la autoconfianza es una característica innata, en la pregunta N° 4, gran parte de los entrevistados considera que es posible desarrollarla a través del deporte. Esta contradicción deja entrever la falta de conocimiento sobre el tema.

A continuación se citan dos respuestas de un entrenador de atletismo que permiten ejemplificar las discrepancias a las que hacemos referencia:

“Acá la confianza no depende solo de la cabeza de cada atleta, depende mucho de lo realizado por él, es decir, si fue constante en su preparación (asistencia a los entrenamientos, buena alimentación, descanso) y si no tuvo problemas que interfirieran en su preparación. El estar bien preparados les da mucha confianza....”

“Generalmente cuando encontrás un campeón, ya viene campeón en su cabeza”.

“Acá se ve que los más débiles de cabeza son aquellos que no fueron constantes en su preparación...”

“Tanto el campeón como el más débil de cabeza es necesario que estén el cien por cien en cuanto a preparación. En la competencia gana el que más confianza tiene”. (Leonardo, Atletismo)

Con respecto a la pregunta N°5, sobre las estrategias utilizadas por los entrenadores para el desarrollo de la autoconfianza, se pudo observar falta de conocimiento sobre las mismas. Un ejemplo de ello es la siguiente respuesta:

“No, como venga. Depende de cada chico. Por ejemplo en este grupo hay una nena que tiene baja autoconfianza, siente que no puede lograr lo que se le dice que haga. Entonces trato de explicarle que va a poder, de a poco, que vaya entendiendo que es capaz de hacerlo”. (Irene, Atletismo)

Se puede detectar la siguiente contradicción:

“Hay diferentes tipos de chicos: depresivo, chispita, etc. No a todos les podes explicar o tratar de la misma manera. Tenés que ser vivo para saber



como tratar a cada uno, tenés que tener estrategias grupales. No se puede tratar a todos igual. No hay una estrategia sino que se ves sobre la marcha, sobre lo que va pasando.” (Guillermo, Rugby)

Si bien previamente plantean la posibilidad desarrollar la confianza, luego al interrogar sobre la manera en que promueven su desarrollo, no pueden ser concretos o responder la pregunta debido a la falta de precisión y conocimiento sobre esta cuestión. Esto da cuenta la necesidad de implementar nuevas formas de enseñanza que enriquezcan el trabajo de los entrenadores y posibiliten un desarrollo integral de los alumnos.

La mayor parte de la población entrevistada cree que la autoconfianza adquirida a través del deporte se puede transferir a otros ámbitos del a vida, destacando, en una proporción relativamente similar, los distintos beneficios que puede brindar la actividad deportiva a las diferentes áreas en las que se desenvuelve el sujeto.

En cuanto a la evaluación del rendimiento, solo una pequeña proporción afirma que se basa en los resultados de las competencias, lo que daría cuenta que la finalidad no es sólo ganar sino que aprendan y disfruten del deporte. Es importante destacar que las entrevistas han sido tomadas a entrenadores tanto de escuela como de competición. En el primer caso intentan que el deporte en los niños sea con un fin principalmente educativo y recreativo, mientras que la finalidad del deporte de elite es la competición; por esto se enfocan fundamentalmente en el rendimiento y los resultados.

En la pregunta N° 8 la mayor parte de los entrevistados responde que les presta atención a todos los alumnos por igual destacándose en este caso un posible indicador de deseabilidad social. Solo una pequeña proporción les presta mayor atención a los más habilidosos o a quienes más se esfuerzan por aprender, como por ejemplo:

“Y, un poco sí, le tengo que dar un poco mas de atención a los que mas condiciones tienen porque si no se quedan y no avanzan y es un desperdicio porque son chicos que pueden llegar lejos”. (Adolfo, Básquet)

“Tratamos de darles atención a todos por igual, capaz que los que te incentivan mas son los que más se esfuerzan y más ganas de jugar tienen. O sea, se entrena a todos por igual, no hacemos diferencias en cuanto a la habilidad, pero hay que ver también quién tiene ganas de jugar, quién se esfuerza. No todo es el talento, sino que también hace falta sacrificio”. (Benjamin, Tenis)

“Según la habilidad no. Tratamos de tirar parejo, pero tenés dos tipos de jugadores que te motivan más: el que posee más habilidad naturalmente y el que le pone mucho esfuerzo. Igualmente se le da más importancia al que mas empeño pone, porque con la habilidad sola no alcanza”. (Daniel, Tenis).

Es necesario tratar de brindarles la misma dedicación a todos los alumnos teniendo en cuenta las características individuales para poder trabajar con cada uno y posibilitar su desarrollo psicosocial fomentando la participación y evitando la frustración y el abandono de la actividad en aquellos niños y adolescentes que más dificultades tienen.

Los entrenadores deberían poder detectar y trabajar sobre los juicios o expectativas acerca de sus deportistas, ya que estos pueden influir en la ejecución y comportamiento de los jugadores, determinando el nivel de éxito que alcanzarán.

En relación a la pregunta N° 9, sobre la definición de falta de confianza, un alto porcentaje de los entrevistados considera que consiste en la creencia de la imposibilidad de realizar determinada tarea. Es importante destacar algunos desconocen el significado del término. Esto tiene como consecuencia que los entrenadores no puedan desarrollarla correctamente en el ámbito de la practica deportiva. Algunos ejemplos de ello son:

“La falta de autoconfianza es algo que no cerró, que le dejó un vacío, entonces nunca se siente seguro de lo que hace. Trato en este caso que trabajen en grupo y se ayuden entre ellos”. (Pablo, Hockey)

“Es desde la casa o el colegio donde lo hacen sentir mas retraído, no creo que una persona que sea insegura en la vida, va a ser segura en el deporte”. (Marcelo, Hochey).

“La falta de confianza es personal, puede no ser algo estrictamente deportivo. Es reflejo de lo que sos afuera. Si sos perseverante y crees que podes hacer un examen en el colegio, también vas a creer que podes hacer un ejercicio. Un tipo habilidoso puede no tener confianza”. (Mariano, Básquet)

Con respecto a las estrategias para desarrollar la autoconfianza, los resultados obtenidos dan cuenta de que un pequeño porcentaje de los entrevistados no la trabaja. Sin embargo, la mitad de los entrenadores considera que solo a través del dialogo puede generar confianza. Esta concepción es errónea ya que es necesario conocer una serie de herramientas específicas que posibilitan el desarrollo de la misma. En síntesis, la mayor parte de la población carece de conocimientos sobre esta temática. Esto se puede ejemplificar a través de los siguientes fragmentos:

“Para trabajar la autoconfianza no hay receta, tenés que ver como es cada persona, darle afecto” (Analía, Hockey)

“Creo que es falta de actitud. Y la trabajaría primero determinando la causa, por que ese chico tiene baja autoconfianza y después tenés que trabajarlo, y hablar mucho con el chico, conocer a cada uno y comprenderlo. Puede ser porque el sueño del padre siempre fue jugar al rugby y le pone mucha presión al chico”. (Gustavo, Rugby).

En cuanto al exceso de confianza, algunos entrenadores creen que este concepto esta asociado con características positivas de autoconfianza y no con un aspecto que puede perjudicar el desarrollo de la actividad deportiva. Esto se ejemplifica a través del siguiente fragmento:

“No lo trabajo porque no abundan...” (Mariano, Básquet)

“Trato de aliarlos a mi para que me ayuden y colaboren con el resto” (Analía, Hockey).

La mayor parte de los entrenadores afirma que la trabaja estableciendo límites, pero solo unos pocos lo hacen de manera estratégica. En menor medida, otros agentes deportivos enfrentan a sus alumnos a tareas complejas en el entrenamiento para las que no están capacitados y de esta manera intentan demostrarles que necesitan seguir entrenando. Esto es de gran ayuda para los alumnos que creen que no necesitan incorporar nuevos conocimientos y por ello no se esfuerzan durante los entrenamientos. De esta manera se puede lograr que avancen y se puede impedir, en algunos casos, una posterior frustración.

En relación a la última pregunta, en la mayor parte de los casos, se consideró a los padres con una influencia fundamental en el desarrollo de la autoconfianza. Se puede ejemplificar con las siguientes frases:

“Sí, son fundamentales. Y generalmente influyen para mal. Hay una frase que dice: el mejor deportista es el huérfano. A veces los someten a presiones que no van con su edad. Hay padres que lo único que quieren es que sus hijos ganen y yo creo que hay una edad para ganar, y que no es a los 7, 8 o 10 años”. (Miguel, Básquet).

“Creo que son totalmente influyentes desde que nacen. Creo que los padres no deberían presionarlos tanto y darles un poco mas de libertad para que chico pueda divertirse, hacer algo que le gusta. Porque hay padres que lo único que quieren es que el hijo gane”. (Gustavo, Rugby)

“Muchísima, ahí esta la base, si no hay un buen trabajo, contención desde la casa, es difícil inculcar habilidades. Te encontrás con padres difíciles que

influyen en la actitud de los chicos en la cancha perjudicando el desempeño...” (Jorge, Tenis)

El “triángulo deportivo”, formado por entrenador, deportista y padres, constituye un aspecto fundamental de los deportes juveniles, y el tipo de vínculo que establece el entrenador con los padres puede ser determinante para el éxito del programa. Mientras que algunos padres ayudan fortalecer el desarrollo deportivo del niño, otros ejercen un impacto negativo sobre ellos.

Análisis General

A partir de las entrevistas administradas y en relación con los objetivos propuestos para abordar nuestra tesis de grado sobre explorar los conocimientos psicológicos que poseen y/o necesitan los agentes deportivos (padres, entrenadores, etc.), lo relevado arroja los siguientes datos:

- La falta de conocimientos y estrategias en relación a la autoconfianza en una gran cantidad de entrenadores. Esto se manifiesta no solo a través las respuestas sino también durante la administración de las entrevistas, donde dudaban al responder algunas preguntas y buscaban la aprobación de las entrevistadoras para corroborar si lo que contestaban era correcto.
- Se pudo inferir falta de interés en esta temática, restándole importancia a los aspectos psicológicos del deporte al momento de trabajar con los alumnos. Esta cuestión la vinculamos con la falta de conocimiento sobre como abordar estas cuestiones y sobre su implicancia en el desarrollo de niños y adolescentes.
- En algunos casos, se pudieron detectar contradicciones en preguntas que tenían relación entre si, y falta de claridad y precisión en algunos conceptos.
- Cabe destacar que se observaron diferencias entre quienes eran profesores de Educación Física y quienes eran entrenadores ya que



los primeros mostraron poseer mayor conocimiento en relación a la autoconfianza y el trabajo de la misma.

- La mayoría considera que es poco lo que el entrenador puede hacer en relación a la autoconfianza de los alumnos, debido a que “la mayor parte del tiempo están en la casa y son los padres quienes influyen en la misma”. Respuestas de este tipo indican una falta de conocimiento sobre la influencia que pueden tener en el desarrollo psicosocial del deportista, y sobre su lugar como agentes socializadores.

Podemos concluir que son pocos los entrenadores que cuentan con recursos y conocimientos específicos para desarrollar la autoconfianza dentro de su clase. Principalmente los entrenadores de tenis son quienes demostraron poseer más herramientas y conocimientos acerca de la misma.

Se debe tener en cuenta que para que el deporte pueda favorecer la educación integral de un sujeto, permitir el desarrollo de su personalidad y promover valores, debe llevarse a cabo en un clima apropiado, en el que resulta de especial importancia el rol de entrenadores, profesores y demás agentes socializadores.

Dada la importancia que tienen los agentes socializadores en la influencia del desarrollo psicosocial de niños y jóvenes, consideramos fundamental la instrucción de los entrenadores acerca de esta temática. Para esto diseñamos un programa de capacitación sobre “Autoconfianza”, destinado a entrenadores y profesores de educación física, especialmente para quienes trabajen con niños y adolescentes.

Este programa tendría los siguientes objetivos:

- Brindar herramientas que permitan a los entrenadores favorecer el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes a través de la práctica deportiva.
- Aportar conocimientos sobre la autoconfianza y su influencia en el desarrollo psicosocial de los alumnos.
- Transmitir estrategias que les permitan promover la autoconfianza de los deportistas en el ámbito de su clase.
- Brindar conocimientos sobre la relevancia de la autoconfianza para otros ámbitos de la vida.

Planificación

Duración: 10 encuentros.

Frecuencia: un encuentro semanal de 2 hs.

Dictado por: psicólogos especializados en deporte.

Destinatarios: entrenadores.

Cronograma de actividades:

Primer Encuentro

Presentación del programa de capacitación, lineamientos generales sobre las temáticas a desarrollar y requisitos de aprobación del mismo.

Se les brindará material de lectura que será desarrollado durante el transcurso de las clases.

Se intentarán conocer las expectativas de los concurrentes para poder responder a inquietudes que se presenten, o incorporar temáticas que sean de su interés.

Segundo Encuentro

Tema:

- La importancia de la socialización en el desarrollo psicológico de niños y jóvenes.
- La socialización a través del deporte.

Tercer Encuentro

Tema: La importancia de las expectativas de los entrenadores en el desempeño de los alumnos.

Se mostrará un video a partir del cual se puedan ejemplificar los conceptos desarrollados.

Cuarto Encuentro

Tema: Relaciones Padres-Entrenador-deportista.

Quinto Encuentro

Tema:

- Concepto de Autoconfianza, confianza óptima, falta de confianza, exceso de confianza.
- Importancia de la autoconfianza en el desarrollo psicosocial de niños y jóvenes.

Se mostrara un video a partir del cual se puedan ejemplificar los conceptos desarrollados.

Sexto Encuentro

Tema: Estrategias para desarrollar la confianza.

Se mostrara un video a partir del cual se puedan ejemplificar los conceptos desarrollados, y se les entregarán distintos casos para resolver y debatir grupalmente.

Séptimo Encuentro

Taller vivencial

Temas a desarrollar:

- Intercambio de experiencias deportivas.
- Debate acerca de estrategias para el desarrollo de la autoconfianza.

Octavo Encuentro: Evaluación sobre los temas desarrollados. La misma consistirá en el análisis de casos, reales o simulados, dentro de la práctica deportiva.

Noveno Encuentro

Tema: La enseñanza de habilidades psicológicas para la vida a través del deporte.

Se les darán las bases para el trabajo práctico que deberán aprobar para finalizar el curso.

Décimo Encuentro: Exposición de trabajos. Comentarios finales y cierre.

CONCLUSION

Según la Organización Mundial de la Salud, realizar actividad física es beneficioso para la salud a nivel físico ya que practicarla de forma continuada prolonga la longevidad y protege contra el desarrollo de enfermedades. El deporte también permite obtener mejoras a nivel psicológico.

Asimismo, UNICEF (Fondo de Naciones Unidas para la Infancia) considera que la práctica regular de deportes desde la primera infancia y durante la adolescencia, es esencial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social. La participación en actividades deportivas puede fortalecer la salud en la infancia, mejorar el rendimiento escolar y contribuir a reducir el nivel de delincuencia. La actividad deportiva permite estimularlos para relacionarse con los demás y promover la aceptación de normas y valores necesarios para conducirse en diferentes ámbitos de la vida.

En este contexto, es necesario, que quienes tienen a su cargo la enseñanza de actividades deportivas, cuenten con las herramientas que brinda la Psicología del Deporte para ejercer una supervisión competente y responsable. Esta disciplina concibe la práctica deportiva como un medio educativo y formativo del niño como ser social, permitiendo a los entrenadores estructurar programas que proporcionen experiencias de aprendizaje.

Comprometiéndose con su rol de agentes socializadores, y tomando conocimiento de la influencia que tienen sobre los niños sus palabras, expectativas y la enseñanza que les brindan, los entrenadores serán capaces de llevar a cabo un trabajo que sea enriquecedor, formador de valores y disciplina. A partir del aprendizaje obtenido, los alumnos no solo podrán incorporar conocimientos sobre un deporte en particular, sino también transferir ciertas enseñanzas a otros ámbitos de la vida.

Queremos destacar que nos pareció muy enriquecedora la experiencia de tomar contacto con entrenadores de diferentes deportes ya que pudimos confrontar distintos puntos de vista y obtener información sobre el particular abordaje que realiza cada entrenador. A partir de observar su forma de trabajar durante los entrenamientos, la interacción con los alumnos, los conocimientos que poseen sobre la temática estudiada, nos pareció necesario elaborar, como estrategia de intervención, el programa de capacitación presentado en esta investigación.

Consideramos que a partir de la implementación de un programa de capacitación de estas características, los entrenadores podrán incorporar herramientas para el trabajo de la autoconfianza en niños y jóvenes. Esto no solo los ayudará a evitar posibles abandonos en alumnos que posean baja autoconfianza, y fomentar el desarrollo de sus capacidades deportivas, sino también favorecer el desarrollo psicosocial de todos los alumnos.

Sería interesante continuar esta línea de investigación con la implementación del programa de capacitación a entrenadores y la evaluación de los resultados del mismo, teniendo en cuenta los logros

alcanzados y detectando si se han incorporado nuevas herramientas para el trabajo con niños y adolescentes.

De esta manera se podrá aportar a los jóvenes deportistas importantes beneficios físicos, psicológicos y sociales, así como también influir sobre el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales que podrán ser aplicados a otros ámbitos de la vida.

Referencias Bibliográficas

- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento Psicológico en el Deporte: Principios y Aplicaciones*. Valencia. Albatros.
- Boixadós M., Valiente L., Mimbrero J., Torregrosa M., Cruz J.(1998) *Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar*. Revista de psicología del deporte, vol 7, N°2, pp 295-310.
- Buceta J. (1998). Modulo "*Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo*". Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED).
- Buceta, J. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Dykinson Psicología. Madrid.
- Cayuela Maldonado, M. José (1997): Los efectos sociales del deporte: ocio, integración, socialización, violencia y educación [artículo en línea]. Barcelona: Centre d'Estudis Olímpics UAB, extraído el 23 de septiembre de 2008 de:

http://olympicstudies.uab.es/pdf/wp060_spa.pdf
- Cruz J. (1998). *Psicología en el deporte de iniciación*. Modulo Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Madrid. España.
- Cruz J., Boixados, M., Torregrosa, M. y Mimbrero, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. Revista de Psicología del deporte (9-10). 111-132. Madrid.
- Gálvez Garrido, A., Paredes Prados, J. Aspectos psicológicos que influyen en el futbolista. Revista Digital. Buenos Aires. Año 11 - N° 106, 2007, extraído el 7 de junio de 2008 de:

<http://www.efdeportes.com/efd106/aspectos-psicologicos-que-influyen-en-el-futbolista.htm>
- Giesenow, C (2005). Más allá de la Psicología del deporte: la enseñanza de habilidades Psicológicas para la vida a través del deporte, extraído el 13 de octubre de 2008 de:

http://www.psicodeportes.com/articulos/psicologia_deporte/Mas_alla_de_la_psicologia_del_deporte.pdf

- Guillen García F., Weis G., Navarro Valdivieso M. (2005). Motivos de participación deportiva de niños brasileños atendiendo a sus edades. Revista Pedagogía Deportiva nº 80. 2do trimestre 2005, extraído el 26 mayo de 2008 de:

<http://www.webs.ulpgc.es/doctoradopsicologiadeporte/imag/MOTIVOS%20DE%20PARTICIPACION%20DEPORTIVA%20DE%20NI%C3%91OS%20BRASILEIROS.pdf>

- Horn, T.S. (1991) *La teoría de la profecía autocumplida: Cuando las expectativas del entrenador se hacen realidad*, en J.M Williams. Psicología Aplicada al Deporte. Biblioteca Nueva. Madrid. España.

- Gutiérrez Sanmartin, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. Revista Educación y Deportes Nº 335. Septiembre-Diciembre 2004, extraído el 8 abril de 2008 de:

http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_09.htm

- Gutiérrez Sanmartin, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. Revista Educación y Deportes Nº 335. Septiembre-Diciembre 2004, extraído el 8 abril de 2008 de:

http://www.revistaeducacion.mec.es/re335_09.htm

- Hernández Garay A, Pérez Leyva A. (2004) El abandono deportivo: un flagelo del atletismo escolar en la EIDE Provincial de Cienfuegos. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - Nº 72 - Mayo de 2004. Extraído el 19 Mayo de 2008 de

<http://www.efdeportes.com/efd72/eide.htm>

- Lefrancois, G., Dávila Martínez J.(2000) El ciclo de la vidas, 2000. Cengage Learning Editores, extraído el 23 de octubre de 2008 de:

http://books.google.com.ar/books?id=FkYP_jfQpgYC&printsec=frontcover#PPA217,M1



- Nuviala Nuviala, A. y Nuviala Nuviala, R. (2005). Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 5 (19) pp.295-307. extraído el 29 mayo de 2008 de:

<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artabandono15.htm>

- Pavon Lores A., Moreno Murcia J., Gutierrez San Martin M., Sicilia Camacho A(2004). Motivos de práctica físico-deportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios. *Apuntes: Educación física y deportes*, ISSN 1577-4015, N° 76, 2004, pags. 13-21, extraído el 20 mayo de 2008 de:

<http://www.um.es/univefd/motivosuni.pdf>

- Rubio Gallego, E., Beneficios psicológicos del deporte, extraído el 20 mayo de 2008 de:

<http://www.todonatacion.com/psicologia/beneficios-psicologicos-del-deporte.php>

- Trepode Néstor F.(2001). Abandono del deporte en los jóvenes. *Revista Digital Buenos Aires*, Año 7, N° 40, extraído el 29 mayo de 2008 de:

<http://www.efdeportes.com/efd40/aband.htm>

- Weinberg, R. S. y Gould, D.(1996) *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona. Ariel.

- Weiss, M (1995). *Los niños en el deporte: Un Modelo Educativo*. Capitulo publicado en S.M. Murphy (Ed.) *Sport Psychology Interventions*. Champaign. IL. Human Kinetics (1995); traducción al castellano Estudios del Master y Especialista Universitarios en Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED).

- Williams, J. (1991) *Psicología Aplicada al Deporte*. Editorial Biblioteca Nueva, Madrid. España.

ANEXO

Entrevistas

Deporte: Atletismo

Nombre: Alexis

Edad: 58

Antigüedad: 13 años como entrenador, 17 años como profesor

Edad de los alumnos: 15 a 21 y 27 a 38 años.

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, fundamental. Hay tres pilares fundamentales para tener capacidad de coherencia en la vida: salud, educación y actividad física, dentro de esta última está el deporte. La actividad física es salud.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Viene incorporado con vos. Si lo haces en la escuela lo haces acá. Es algo que uno trae.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

A través del diálogo y la comunicación no verbal. El cuerpo habla, la actitud. Si no traes dificultades te das cuenta rápidamente. Dificultades laborales, familiares, musculares, todo eso influye y se ve.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Se puede desarrollar pero debo tener las herramientas para que pueda tener confianza en lo que se va a hacer. Construir de a poco. A partir de la construcción psíquica se da la construcción física. También hay otras variables que influyen en el deporte, como te decía anteriormente.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Sí, a través del diálogo y el entrenamiento. Se puede enseñar pero no todos lo pueden asimilar.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, somos indivisibles. No podemos ser ansiosos en el deporte y no serlo en la universidad. Lo que se genera acá, son valores que les van a servir para otras áreas de la vida: para poder superar problemas, lograr objetivos que se proponga. Aprenden que con esfuerzo se consiguen las cosas.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

De dos maneras: en los entrenamientos y en las competencias, que generan el puro estado de stress de la persona.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Y, si vemos más capacidad en algún chico, tratamos de sacar lo mejor de él. Igualmente tratamos de no descuidar al resto.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Es inseguridad en la vida, desconfían de ellos mismos. Se debe trabajar la autoestima y tratar de que aprendan a confiar en ellos mismos. Los que tienen falta de confianza la tienen en todos los ámbitos de la vida.

Se genera autoconfianza escuchando y dialogando con los deportistas.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Le digo la verdad, le explico que esto necesita tiempo, que esto es un proceso. Trato de bajar un poco las expectativas. Les explico, para que entiendan que no se puede lograr todo de un día para el otro.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, la familia es la célula primordial de crianza. Te posibilita o no lograr lo que uno se propone. Tiene mucha influencia.

Deporte: Atletismo

Nombre: Daniel

Edad: 48

Antigüedad: 20 años

Edad de los alumnos: con niños y de 18 a 30 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, por supuesto. Fundamentalmente porque genera valores. Es importante en esta sociedad carente de valores. Crea compromiso, identidad, sacrificio.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Confianza tienen todos, pero no en el mismo nivel. Hay diferentes niveles de confianza y se da a partir de relación interpersonal, surge de la relación entre las personas.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Uno cuando traza un objetivo, traza una línea, un camino, y observando cómo lleva a cabo cada alumno ese proceso nos vamos dando cuenta el grado de confianza que tienen.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Se puede desarrollar, motivar continuamente, trazar objetivos a largo plazo pero también a mediano y a corto plazo.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Creo que es importante dar el ejemplo, dialogar, charlar con ellos y comprenderlos.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, porque aprenden a esforzarse y sacrificarse por lograr lo que ellos quieran en cualquier ámbito de la vida. Saben que con esfuerzo lo logran.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Por ambos lados evaluó. Los resultados se evalúan pero también los procesos y el desarrollo personal.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Creo que hay que ser cuidadosos y prestarles atención a todos por igual.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Hay una cuestión que viene de las raíces. Esta relacionado con la familia. Hay que empezar a desarrollar la confianza desde sus puntos fuertes, se los remarco y si hay puntos débiles los ayudo a conseguirlos.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Trato de bajarlos un poco. Les explico para que puedan encontrar un equilibrio. Son chicos que no se pueden relacionar bien con los demás. Además cuando no pueden lograr los objetivos caen y se frustran.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, sobre todo en los primeros años de la vida. Luego también adquieren más importancia los profesores y entrenadores.

Deporte: Atletismo

Nombre: Irene

Edad: 37

Antigüedad: 5 años (profesora)

Edad de los alumnos: jóvenes y adultos

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Si, porque aprenden las reglas, el respeto, los valores. En este deporte, que es individual, también aprenden lo que es el esfuerzo, que depende solo de ellos y no de un grupo.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Acá la confianza es fundamental y creo que es una característica de cada uno. El que tiene confianza se manda a hacer todo. El que no tiene, siente que no puede hacerlo, pregunta todo, se muestra dudoso.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Porque acá los mandas a hacer un ejercicio y ves que el que tiene mas confianza entrena de manera mas independiente, el que no pregunta mucho y se muestra mas dependiente de lo que le dice el profesor.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Si, se puede desarrollar. A medida que el deportista vaya logrando sus objetivos va a ir teniendo mas confianza en si mismo.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

No, como venga. Depende de cada chico. Por ejemplo en este grupo hay una nena que tiene baja autoconfianza, siente que no puede lograr lo que se le dice que haga. Entonces trato de explicarle que va a poder, de a poco, que vaya entendiendo que es capaz de hacerlo.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Si, porque ellos saben que esforzándose se consiguen las cosas, y como te dije antes, por ser un deporte individual, aprenden que depende solo de ellos, no de un grupo.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En las competencias, por ejemplo ahora les voy a tomar un apronte.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Como ya te dije, uno sin darse cuenta le das más bolilla al más habilidoso.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La baja autoconfianza es el no animarse, no te permite animarte a hacer las cosas, es como una barrera. En estos casos hay que insistir, demostrarle que puede hacerlo, de a poquito lo va a ir logrando. Darle actividades que pueda alcanzar y de a poco aumentar la exigencia. El que tiene logros tiene una buena autoconfianza.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Frenándolos. Algunos vienen "sacados", pero hay que ir frenándolos.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Generalmente son el calco de los papas. Por ejemplo, si sin padres que le ponen muchos límites al chico, después se va a poner los límites el solo.

Deporte: Atletismo

Nombre: Leonardo

Edad: 39

Antigüedad: como entrenador de atletismo 14 años, como atleta 25 años

Edad de los alumnos: de 10 a 30 años (competición)

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? Por qué?*

Sí, es una escuela de vida. Te prepara para manejarte en todos los aspectos de la vida. Aprendes a cumplir una rutina, a ser constante, a esforzarte para lograr un objetivo.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Acá la confianza no depende solo de la cabeza de cada atleta, depende mucho de lo realizado por él, es decir, si fue constante en su preparación (asistencia a los entrenamientos, buena alimentación, descanso), y si no tuvo problemas que interfirieran en su preparación, como por ejemplo si se enferma. El estar bien preparados les da mucha confianza.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Eso se ve. Ante dos individuos que tienen la misma preparación, se ve que si corren por separado pueden hacer el mismo tiempo, pero si los pones a correr juntos, el que tiene mas confianza siempre gana, es lo que marca la diferencia. O sea, se observa en las competencias, ves como rinden bajo presión.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Sí, se puede enseñar a tener confianza en si mismo, no tanto al competir sino en el día a día. Generalmente cuando encontrás un campeón, ya viene campeón en su cabeza.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

En base a la experiencia que tenemos los entrenadores vamos indicando que hacer en cada situación a los deportistas, metas que puedan alcanzar. Nosotros proponemos que carreras correr y cuales no, para no exigirles mas de lo que pueden. Que cumplan las etapas como tienen que cumplirlas.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, el tipo que es duro corriendo, va a ser duro en su profesión, trabajando, en sus estudios, en todos los aspectos de su vida, es un tipo que puede caerse y volver a levantarse. Acá aprenden que el ganar o llegar lejos depende de ellos, de la voluntad que pongan en lograrlo, en que hay que ser constante con los entrenamientos. Y eso después les sirve para ser constantes en todo.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Me baso en los entrenamientos: si es constante en sus cuidados, ya sea alimentación, descanso, hidratación, asistencia a los entrenamientos. Si es constante, va a tener un buen rendimiento.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

En nuestro caso, por ejemplo en este grupo, le presto más atención a un chico que no tiene buena musculatura, porque puede lesionarse. Hay que lograr que ese chico logre una buena musculatura, porque en esta actividad hacemos uso y abuso de nuestras habilidades deportivas, y el cuerpo debe estar preparado para ello. Entonces lo que hacemos es prestar mas atención al déficit en la estructura física que tiene cada uno.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La baja autoconfianza es no creer que uno pueda lograr una marca, ganar una carrera. Pueden terminar perdiendo una carrera que podrían haber ganado.

Trataría de que sea constante en los entrenamientos. Trataría de llevarlo a competir eventos primero de no tanta importancia y dificultad, para que pueda elevar su confianza. Acá se ve que los más débiles de cabeza son aquellos que no fueron constantes en su preparación.

Tanto el campeón como el más débil de cabeza es necesario que estén el cien por cien en cuanto a preparación. En la competencia gana el que mas confianza tiene.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Son deportistas que están compitiendo todo el tiempo, si los pones a hacer 100 abdominales ellos quieren hacer 200. Nosotros tratamos de dosificar eso, frenándolos para que no se pasen, para que no se lesionen, para que no se sobrepasen de entrenamiento.



11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Todo es hereditario. Si vos al niño lo estimulas con que todo no va a poder y le pones todo al alcance de su mano, es difícil que después pueda hacer algo por si mismo, por sus propios medios. Por ejemplo hay chicos que si los padres no los pueden traer en el auto algún día, no vienen. Por eso yo les inculco que vengan solos, que no molesten a sus padres, que aprendan a moverse por si mismos. Por ejemplo si hay una carrera les explico como tienen que hacer para ir a anotarse y que les den un numero, pero les digo que deben hacerlo solos.

Deporte: Atletismo

Nombre: Nómbar

Edad: 56 años

Antigüedad: 35 años

Edad de los alumnos: de 10 a 16 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, el deporte es la escuela del buen comportamiento, es formativo permite formar física y mentalmente a los chicos y les sirve para la vida.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

La confianza se trae, la puedes educar pero por lo general ya vienen con confianza o no, aunque la puedes ir incorporando.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Creo que el nivel de confianza puede inferirse observando la fortaleza física del deportista y su mejoramiento físico. Pienso que esto está íntimamente relacionado con la confianza. La misma preparación física le da más confianza.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Sí, pienso que se puede mejorar con preparación física y entrenamiento.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

No utilizo estrategias puntuales, creo que hablando con los alumnos se puede lograr que ellos puedan mejorar su autoconfianza, con mucho dialogo, prestándoles atención. Y haciéndolos entrenar mucho.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Si, aprenden a comportarse en todos los ámbitos de la vida.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Los evalúo durante los entrenamientos, por el rendimiento que tienen con las pruebas que se realizan en las clases, eso es fundamental.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Yo no hago diferencias trato de enseñarles a todos por igual. Los chicos para aprender no tienen que sentir presión, hay que saber llevarlos, conocerlos a cada uno porque son todos distintos.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Creo que la falta de confianza se relaciona con inseguridad y se ve a partir de las diferencias en el desempeño deportivo seguramente los que tengan un buen desempeño tengan mayor confianza que los que no. La confianza creo que se gana sola, depende del entrenamiento que tengas.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Hablándole y explicándole que necesita entrenamiento y que no es capaz de hacer todo, que es un proceso que lleva tiempo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Los padres tienen un papel muy importante en eso, veo que muchas veces castigan a los chicos porque no les sale determinada cosa y eso es malo no deben presionarlos. Por supuesto que influye en su confianza desde chicos y esas actitudes se ven en los entrenamientos cuando los padres están presentes.

Deporte: Tenis

Nombre: Benjamín

Edad: 32

Antigüedad: 11 años

Edad de los alumnos: de 6 a 18 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? Por qué?*

Sí, no les enseñamos solo a jugar al tenis sino a vivir. Es importante que se sientan bien jugando. El deporte es educativo, es genial poder enseñarles a ser personas. Que realicen un deporte al aire libre les permite diferenciar entre estar encerrados con la computadora a estar en contacto con la naturaleza.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

No, yo creo que es algo que se va haciendo, que se va desarrollando a medida que van logrando cada vez mas cosas, que van aprendiendo a jugar cada vez mejor.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo jugar y hablando con el principalmente.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Si, se puede desarrollar. Es fundamental un buen entrenamiento y una buena preparación física, además de hablar de las cosas para las que no se siente seguro y tratar de mejorarlas.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Esto es un juego de táctica y estrategia. Les damos ejercicios para que ellos solos se vayan dando cuenta que hacer. Buscamos la forma de que ellos solos puedan mejorar adentro de la cancha. Les decimos en todo momento que se hablen a ellos mismos, que estén convencidos de lo que hacen adentro de la cancha. La confianza depende también un poco del entrenamiento.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿por qué?*

Si, les sirve para otros ámbitos. Si tienen confianza en si mismos pueden lograr cualquier cosa que se propongan.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

No me baso solo en las competencias, sino en como mejora los aspectos que tiene que mejorar. Los tiempos no son iguales para todos, eso se va viendo con el tiempo, pero lo fundamental es que disfruten lo que hacen. Pueden pasarla bien dejando todo en la cancha. Es fundamental que ellos se sientan que lo pueden hacer. Hay jugadores mucho más seguros que otros.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Tratamos de darles atención a todos por igual, capaz que los que te incentivan más son los que mas se esfuerzan y mas ganas de jugar tienen. O sea, se entrena a todos por igual, no hacemos diferencias en cuanto a la habilidad, pero hay que ver también quien tiene ganas de jugar, quien se esfuerza. No todo es el talento, sino que también hace falta sacrificio. El rendimiento depende de la confianza y del entrenamiento

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Falta de confianza es que no estén seguros de lo que hacen. Es importante que se diviertan, que la pasen bien y no meterles presión. También hay que hablarles y hacerles sentir que pueden. La confianza tiene mucho que ver con los resultados y con un buen entrenamiento.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Trato de bajarlo a la realidad. Hay muchos casos de esos. Y el hecho de ganar no es solo ganar. Que la confianza no te ponga la venda en los ojos. Hay que explicarles que ganar no es lo único importante, también es importante que sean respetuosos, buenas personas y buenos jugadores.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Son muy influyentes. Es importante que los dejen ser a los chicos y que los respeten. Hay padres que vienen todos los días a ver a los hijos. Es importante que le tengan confianza al entrenador. Si los padres presionan al chico, te tira abajo todo lo que trabajaste en los entrenamientos.

Deporte: Tenis

Nombre: Daniel

Edad: 47 años

Antigüedad: 28 años

Edad de los alumnos: 10 a 18 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Si, totalmente. Nosotros si bien enseñamos todos los niveles, nuestro fuerte es el área competitiva. El hecho de que compitan les sirve para ordenarse, llevar una rutina, tener horarios, aprender respeto y reglas. Les sirve para otras disciplinas y para la vida. A los niños lo mismo. Y además la cuestión social, el estar ocupados en una actividad, les saca de la cabeza tantas porquerías que andan en la sociedad (drogas, alcohol).

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Creo que las dos. Hay chicos que naturalmente tienen la autoconfianza muy alta y no hay que trabajarla tanto como con otros.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Y eso se ve en los entrenamientos y en las competencias.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Si, los entrenadores muchas veces hacemos de psicólogos y si podemos desarrollarla mejor. Creo que hay que hablar mucho, detectar el problema, cuáles son las dificultades que tiene cada deportista y tratar de ayudarlo para que pueda superarlas.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Practicando las situaciones en que al pibe le vaya mal. El tenis es un deporte muy difícil, que a muchos les cuesta. Los ayudamos que aprendan a vencer el miedo. Ayudamos a que automaticen algunas cosas para que puedan tener un mejor rendimiento en las competencias.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, para muchos ámbitos: el trabajo, el estudio, etc. Aprenden que los logros dependen del esfuerzo.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En las dos cosas. El entrenamiento es muy importante pero en el tenis tenés que lograr que te vaya bien en la competencia. Tenés alumnos que entrenan muy bien pero que después en la competencia no les va tan bien, o al revés.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Según la habilidad no. Tratamos de tirar parejo, pero tenés dos tipos de jugadores que te motivan más: el que posee más habilidad naturalmente y el que le pone mucho esfuerzo. Igualmente se le da más importancia al que mas empeño pone, porque con la habilidad sola no alcanza.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Creo que la autoconfianza la vivimos todos en lo personal. La falta es dificultad para tomar decisiones, no pueden tolerar la presión. En tenis hay presiones constantemente, y necesitas confianza, sino no puedes superarlas. Creo que por eso es necesario hablar del tema, del problema, buscar una solución y trabajar en la cancha.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Hay que manejársela para que la pueda utilizar positivamente. Ese exceso lo hace relajarse y entrenar menos. Hay que bajarles los pies a la tierra. Hablar con el, con los padres. Generalmente son chicos que no tienen demasiados límites.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Los padres influyen siempre. Tanto en el exceso como en la falta. Hay padres que no soportan que pierdan, no se dan cuenta las cosas que dicen, y el chico termina frustrado.

Deporte: Tenis

Nombre: Maximiliano

Edad: 25 años

Antigüedad: 5 años como entrenador, estudiante de Educación Física.

Edad de los alumnos: niños y jóvenes

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, es una herramienta educativa y de aprendizaje. A través del deporte inculcás valores morales y hábitos, hábitos de higiene de alimentación.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

No, la confianza es algo que se va desarrollando, con el entorno, con el medio, no es algo innato. Se puede desarrollar con distintos métodos. Por ejemplo, el darles una consigna y que les empiece a salir bien va generando confianza. También se puede desarrollar la confianza motivándolos constantemente, proponiendo tareas entretenidas, que no se aburran.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

A través de la observación y del dialogo. Algunos son mas decididos y otros dudan más, se muestran mas temerosos.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Como te dije antes, dándoles actividades que puedan llevar a cabo de acuerdo con su capacidad y de a poco ir complejizándolas, con un nivel de complejidad cada vez mayor. También es muy importante motivarlos y hablar con ellos, es fundamental.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Sí, lo trabajo por ejemplo, con progresiones de lo más simple a lo más complejo. Si le das al chico algo demasiado complejo lo frustras. Es importante captar en que momento de aprendizaje esta el chico.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, a medida que van logrando cosas y aumentando su confianza lo pueden trasladar a otros ámbitos. Les ayuda a ser constantes y a estar seguros de que van a poder hacer cualquier cosa. Aunque les cueste hoy saben que trabajando duro lo van a conseguir.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Según en la etapa en que este el chico, si esta en etapa de formación, por ejemplo un chico de 12 años, me baso en los entrenamientos, importa que se forme bien. En cambio en un chico de 15 años, o que ya adquirió la formación me baso mas en las competencias.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Le presto atención a todos pero no les doy las mismas enseñanzas porque cada chico es distinto. Veo que nivel de aprendizaje poseen y de acuerdo a eso les enseño.

Pongo las mismas energías en enseñarle tanto al de más capacidad como al de menos, pero al más habilidoso se lo estimula más, aprende más rápido. Con los otros hay que ir más lento.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Miedo a la derrota. Tiene que ver mucho con la influencia de los padres y la presión. Generalmente los padres meten mucha presión. A veces les tenemos que pedir que se vayan porque se quedan en los entrenamientos y los chicos se ponen muy nerviosos. Y lo trabajas con mucha motivación y hablando mucho con el, porque sino lo seguís frustrando. Y también, como te decía antes, uso distintas estrategias.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Hablo mucho con ellos, los bajo un poco los pies a la tierra. También se lo pude poner a competir con uno de mayor nivel para que vea que todavía le falta aprendizaje. Trato de ubicarlos, les enseño a ser humildes y les explico que esto es un proceso, sino se produce estancamiento, porque creen que son los mejores, y luego la frustración. Y por lo general son chicos que durante los entrenamientos hablan y molestan al resto.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Es fundamental. La confianza depende de los padres, como ya te dije antes. Hay padres que meten tanta presión que el chico no disfruta y se presiona mucho. Genera mucha frustración.

Deporte: Tenis

Nombre: Jorge

Edad: 25

Antigüedad: 6 años

Edades de los alumnos: de 7 a 18 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, porque no trabajo solo con lo vinculado a reglas de juego sino a reglas generales para educarlos. Busco además de la enseñanza que sean compañeros, que tengan modales en la cancha. Un buen deportista tiene que ser buena persona, es importante que el jugador se encargue de sus cosas, su bolso, los hábitos no solo referidos al deporte sino a otros ámbitos de la vida.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

La autoconfianza se trabaja desde la familia y desde el deporte. La autoconfianza es una suma de acciones exitosas. Si vive continuos fracasos no puede tener autoconfianza, yo trabajo ese tema con los chicos.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

A través del dialogo que tienen los chicos, del autodialogo, esta relacionado con el nivel o la frustración que tiene. De chico al jugador que experimentó poco hay cosas que le cuesta arraigar y por eso le va a costar llegar a tener cierta habilidad. Lo relaciono con la capacidad de frustración, te das cuenta por la actitud del jugador, por la capacidad de tolerancia a la frustración que tiene o no.

En la competencia a algunos les cuestan más los primeros pasos que a otros por todo lo que implica un torneo para un chico. Trato de mostrarles no solo lo relacionado con ganar, cuesta hacerles entender eso a los chicos. Tiene que ver con las personalidades o con el buen manejo de las emociones como se manejen con estas cosas. Es bueno cuando no te das cuenta de los que esta sintiendo un jugador, cuando no lo transmite porque es importante al momento de jugar con el rival.



4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Sí, y creo que esta tarea no solo depende del entrenador sino también de los padres, que son los que están en contacto con el chico las 24 hs.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Utilizo actividades que puedan ser realizables para los chicos para que se vayan acercando al deporte de a poco. Por ahí lo cumplen hoy o mañana pero va consiguiendo cierta habilidad. Trato de trabajar con algo que sabe que domina, con cosas que el jugador pueda lograr éxito. Es tarea de uno lograr desarrollar eso, esta ligado a la persona y también a la familia. Algunos chicos te plantean "eso no me sale", tienen poca tolerancia al error. Es mucho mas difícil esta tarea con chicos negativos porque comenten un error y se hacen un mundo, a esos jugadores cuesta mucho mas desarrollarles la confianza.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, creo cada vez que logran algo van teniendo más confianza y esto se da igual en otros ámbitos. Por ejemplo si después en el colegio no entienden algo, van a saber que con estudio y esfuerzo lo van a entender.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Los dos son importantes. El rendimiento esta relacionado con lo táctico, técnico, físico y mental, todo esto hace a lo deportivo. La parte mental es la mas difícil de evaluar y se ve mas en las competencias. Vos ves con la mirada, con el enfoque, como va, observando la conducta dentro y fuera de la cancha. En relación a los que es el reglamento, no podes tener ciertos errores ni siquiera fuera del entrenamiento porque existen sanciones (esto a nivel profesional). Por eso yo trato que en todos los espacios se manejen igual. Trato de ordenar y educar dentro de lo que esta a mi alcance.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

No hago diferencias, porque mi rol es enseñarles a todos, es mi rol como persona, eso es lo que yo siento. Si tiene 18 y es malo mi deseo es que pueda avanzar. Con los chicos puede haber distintos objetivos, eso si, puede haber una carga horaria diferente, si le dedicas más tiempo porque ese jugador puede y quiere incrementar el tiempo de trabajo, por eso están las diferentes áreas en la enseñanza: escuela, competición, etc.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

No tener la seguridad de dominar cierta habilidad, en relación a la táctica no dominar cierta tarea, por ej. lo trabajo practicando actividades que se que puede concretar.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

.A esos jugadores les “pego” un poco mas, los hago ver la realidad de donde están. Si cree que logra algo y no le sale, lo pongo a prueba, lo pongo en situaciones que no van a poder resolver, les digo “hace esto” porque se que no le sale o le digo “te pongo con tal jugador”, que se que es mejor que él y después le comento “ves que necesitas aprender y esto no te sale, lo esencial es entrenar”. El talentoso solo no puede pero se cree que no necesita entrenamiento, que jugando al 20 % le alcanza porque le va a bien con eso porque es habilidoso. Es difícil modificarlo pero con una actitud diferente podría dar más todavía. Le trato de hacer entender que ese no es el camino, que a la larga no le va a servir manejarse así.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Muchísima, ahí esta la base, sino hay un buen trabajo, contención desde la casa es difícil inculcar habilidades. Te encontrás con padres difíciles que influyen en la actitud de los chicos en la cancha perjudicando el desempeño. Hay dos posiciones con respecto a los padres: los que piensan que los mejores jugadores son los que son huérfanos o los que piensan que los mejores jugadores son los que tienen padres exigentes.

El tenis tendría que ser como el colegio donde el padre nos interfiere en la enseñanza dentro del aula. A veces pasa que el padre toma como referencia lo que le dice el chico y por ahí lo cambia de entrenador y no tiene conocimientos al respecto ni sobre la manera de enseñar. Por otro lado creo importante que se realicen actividades donde padres e hijos estén juntos.

Deporte: Tenis

Nombre: Betina

Edad: 31 años

Antigüedad: 11 años

Edad de los alumnos: de 6 a 18 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, creo que sí porque aprenden reglas, a cumplir con lo que tiene que hacer, a ser responsables. También les enseñamos que sean respetuosos y buenos compañeros, en

especial porque es un deporte individual, y no queremos que sean individualistas y que compitan entre ellos.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Es algo que traen pero también lo van desarrollando a medida que van entrenando y son capaces de realizar cada vez mas cosas.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Y, viéndolo en los entrenamientos, te das cuenta si esta seguro de que puede hacerlo o si duda de lo que hace y se ve que le cuesta más.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Sí, se puede desarrollar. Necesita practicar y entrenar mucho, porque a medida que le van saliendo las cosas se sienten más seguros y también charlarlo, hablar de sus dificultades, de las cosas para las que no se tiene confianza.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Les damos ejercicios cada vez más complejos a medida que van logrando hacer los anteriores, y esto les va dando confianza. Tratamos de que mejoren y que estén bien preparados. También tratamos de hablar con ellos, comprender cuales son sus puntos débiles para poder ayudarlos.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, para muchos ámbitos. Sobre todo creo que los chicos que tienen confianza son chicos que van a proponerse más objetivos en la vida: como estudiar, seguir una profesión, o algunos dedicarse completamente al deporte.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En las dos cosas, en los entrenamientos se ve mucho la evolución y en la cancha como funciona ante tanta presión, porque pasa mucho que algunos chicos son muy buenos en los entrenamientos pero en los partidos les cuesta más.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

No, a todos por igual. Hay que tratar de que no hacer diferencias, porque por lo general pasa que incentiva más al profesor aquel que más ganas de jugar tiene y pone mucho esfuerzo en mejorar.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Falta de confianza es que no crean que pueden jugar bien o que determinadas jugadas no les van a salir. Y trabajaría hablando mucho con ellos, les digo que intenten, que pueden hacerlo y les doy ejercicios que puedan hacer para que sientan confianza.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Le muestro que hay cosas que no puede hacer para que se vaya dando cuenta que al igual que los otros chicos necesitan entrenamiento. Trato de explicarle para que lo entienda bien.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Tiene mucha influencia. Por lo general los chicos son el reflejo de los padres. Influyen mucho en la confianza del nene. Hay padres que les dicen que tienen que ganar todo el tiempo y que los presionan mucho y esto es muy malo para ellos porque no pueden disfrutar del deporte.

Deporte: Rugby

Nombre: Gastón

Edad: 26 años

Antigüedad: 1 año (entrenador)

Edad de los alumnos: de 13 a 15 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, enseña muchas lecciones de vida, valores de compañerismo. Los ayuda a crecer mucho. También priorizamos el estudio, que les vaya bien en el colegio, que no dejen de lado los estudios.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Tiene que ver con las características personales. Por ejemplo hay un chico que en los entrenamientos es buenísimo y en los partidos no puede jugar bien. Por eso tratamos de fomentar la confianza y en los que no tienen les mostramos lo mas positivo que tienen. Y en este deporte en que es muy fácil golpearse, les enseñamos técnicas para que no se lastimen.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo jugar principalmente.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Para desarrollarla se complica. Se puede mejorar un poco pero por ejemplo, con uno de los chicos que no tiene confianza no hemos tenido mejoras. Tienen mucho miedo a equivocarse. Tratamos de hablarles mucho. También antes de los partidos se les dice que no se insulten entre ellos, que son un equipo, y que tienen que jugar entre todos.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Más que nada hablar con ellos y observarlos.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿por qué?*

Sí, se puede traspasar a otros ámbitos de la vida. Más que nada a confiar en los demás. Tratamos de rescatar la noción de equipo, de compañerismo. Somos uno adentro de la cancha.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En los entrenamientos es muy difícil evaluarlo porque los chicos generalmente faltan mucho, porque no tienen como venir, o no tienen plata para el colectivo, etc. Este club no es de chicos de una clase social alta como lo son otros clubes, por eso se complica mucho. Por eso se evalúa más que nada en los partidos, que es cuando están todos. En los entrenamientos lo que se puede ver es la evolución del chico.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

No hacemos diferencias, les enseñamos a todos igual. Salvo cuando entra uno nuevo que le enseñamos aparte para no atrasar al resto.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Es no confiar, no meterse mucho en la situación de juego por miedo a equivocarse. Lo trabajaría practicando mucho las jugadas, motivándolos mucho. Les preguntamos porque no se meten mucho en el juego, porque no se animan. Les digo que no tengan miedo a equivocarse.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Eso pasa mucho y nos cuesta mucho también manejarlo. Trato de ponerles límites pero me cuesta porque tampoco quiero que la pasen mal y que no vuelvan más.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Lamentablemente no he tenido mucho contacto con los padres porque no van mucho a verlos. Por eso no podemos ver el trabajo que hacen los padres. Por lo general trabajan todo el día y los chicos están solos. Igualmente creo que el núcleo familiar y lo que les digan en la casa es fundamental en la confianza del chico.

Deporte: Rugby

Nombre: Guillermo

Edad: 35 años

Antigüedad: 15 años (entrenador)

Edad de los alumnos: de 4 a 15 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, se tienen amigos gracias al rugby, te permite conocer el país. Se aprende lo que es el sacrificio, la responsabilidad. El entrenamiento implica un esfuerzo y un sacrificio. Es formativo físicamente, mentalmente, en compromiso. Tienen que tener la mente de un profesional aunque sean amateur. En el club se les enseña una responsabilidad tanto de equipo como personal y también lo que es el sacrificio.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

La confianza es un tema de interpretación. Hay gente muy confiada en el estudio porque interpretó. Esta relacionado con el miedo al fracaso, el miedo a perder. Cuando vos entendiste algo, lo vas a poder hacer.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo como reacciona ante diferentes situaciones. Hay chicos que se golpean y se quedan, los débiles de cabeza, son muy diferentes a los que se golpean y se levantan. Es lo mismo que cuando pierden un trabajo, van a reaccionar de la misma manera.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Se puede desarrollar enseñándoles los ejercicios. Les vas fundando confianza a través del conocimiento que le das, algo que sabes hacer te va a dar mas confianza.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Hay diferentes tipos de chicos: depresivo, chispita, etc. A no todos les puedes explicar o tratar de la misma manera. Tenés que ser vivo para saber como tratar a cada uno, tenés que tener estrategias grupales. No se puede tratar a todos igual. No hay una estrategia sino que se ves sobre la marcha, sobre lo que va pasando.

Hasta los 9 años se trabaja más la confianza, lo relacionado con lo psicológico. Tiene que hacer lo que tenga ganas tomarlo mas como un juego. Después de esa edad se comienzan

a dar mas lineamientos para que teniendo el conocimiento elijan la mejor opción. De los 11 a los 12 se les enseña a deducir.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿por qué?*

Sí, la confianza les permite hacer amigos, aprender a relacionarse con otras personas.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

El rendimiento se evalúa en los entrenamientos y en los partidos, depende de como hayan jugado en los entrenamientos es como van a jugar en el partido. Si no se preocuparon lo suficiente durante la semana, se va a reflejar en el partido del domingo.

Se evalúa más con el entrenamiento pero también se tienen en cuenta los partidos.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Se le suele prestar atención a todos por igual, aunque a quienes tienen una mayor habilidad se les da otro tipo de explicación y son necesarios para que ayuden al grupo.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La baja autoconfianza es algo que depende del conocimiento que tengas. Esta relacionado con no entender lo que se debe hacer. Tiene que ver con el conocimiento, con el saber hacer en nuestro deporte, es la creencia de que uno no es capaz de hacerlo.

Lo trabajo haciéndolo sentir necesario en el equipo. A veces les digo que hagan de entrenador, que cambien de rol y les voy dando tareas para que se vayan superando.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Cuando hay exceso de confianza los bajas con el tema del conocimiento, les digo: "a ver... como se hace esto". Les mostrás que no saben todo. Se quedan sin respuesta. Cuando ven que pasan vergüenza con los compañeros no lo vuelven a hacer.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Los padres influyen en la confianza porque no tiene nada que ver con los genes. Los chicos copian y la primer imagen que tienen son sus padres y todo lo que les dicen les influye. Si les dicen que no van a llegar a nada o si les dicen que pueden. El que llega es porque cree que va a poder, depende de la convicción que tenga. Tiene que ver como lo apoyen en la casa.



La confianza es muy importante, el deporte te la da pero tenes que ver el apoyo que tengas. Si están convencidos de lo que quieren hacer, lo logran.

Deporte: Rugby

Nombre: Gustavo

Edad: 48 años

Antigüedad: 15 años

Edad de los alumnos: de 5 a 13 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? Por qué?*

Si, totalmente. Es educativa y formativa, porque enseña a compartir, enseña responsabilidad y compromiso con el otro.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Es algo que algunos tienen y otros no. Es el 80 o 90% del juego porque puedes tener aptitud pero no actitud y sin actitud no puedes hacer nada.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Por un lado con los compañeros ves como participa del juego, si tiende a aislarse por ejemplo, y por otro lado hacia el rival, como lo enfrenta. La actitud puede hacer mucho más que la aptitud.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

Sí considero que sí, la puedes transmitir y más a los chicos. La forma de desarrollarla depende de la edad que tenga el alumno. Como yo trabajo con más chicos de lo que trato es de que se diviertan y de contenerlos. No ponerles presiones, que lo hagan porque les gusta.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

Si, hay estrategias a través del juego. Puedes usar estrategias a nivel formativo para que se sientan más confiados.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Si totalmente, el levantarte después de un obstáculo que te pone la vida, el optimismo, eso te lo da el deporte y te sirve mucho. También sirve para hacer amigos.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Las dos cosas se complementan. En el entrenamiento evaluás como juega, como aprendió lo que le fuiste enseñando y en el partido ves como enfrentan la situación ante un rival. Se usan mucho las estadísticas, por ejemplo cuantas pelotas tocaste, etc.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

A todos por igual, porque en rugby todos son necesarios. Alguno puede tener más aptitud pero el juego es de todos, somos un grupo.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Creo que es falta de actitud. Y la trabajaría primero determinando la causa, por que ese chico tiene baja autoconfianza y después tenés que trabajarlo, y hablar mucho con el chico, conocer a cada uno y comprenderlo. Puede ser porque el sueño del padre siempre fue jugar al rugby y le pone mucha presión al chico.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Y primero también ver a que se debe ese exceso y hablarlo con el. Tenés que trabajarlo y en la medida que sea perjudicial para el resto aislarlo del grupo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Creo que son totalmente influyentes desde que nacen. Creo que los padres no deberían presionarlos tanto y darles un poco mas de libertad para que chico pueda divertirse hacer algo que le gusta. Porque hay padres que lo único que quieren es que el hijo gane.

Deporte: Rugby

Nombre: Juan Cruz

Edad: 29 años

Antigüedad: 8 años

Edad de los alumnos: de 5 a 19 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Si, creo que si, porque te permite inculcarle cosas que no las aprenden en otro lado. Comparten un montón de cosas con los compañeros y con el entrenador, y así aprenden a ser solidarios, a ser responsables, a trabajar en equipo.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Hay chicos que tienen más confianza que otros. Creo que es algo que ya lo traen, ya vienen de antes de empezar rugby con determinadas características, no depende del juego.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo jugar, viendo como se relaciona con el grupo. Si es miedoso o no.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

No se si los entrenadores podemos hacer mucho porque creo que son características personales, pero si podemos ayudarlo un poco a que se sienta mas seguro, darle tranquilidad, decirle que es capaz de hacerlo. También les decimos que nosotros vamos a estar siempre controlándolo para que no se golpee, porque a veces los padres, en particular en este deporte, les transmiten miedo a que se golpee.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

No se si estrategias, creo que es fundamental hablar y ayudarlo a que juegue cada vez mejor.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Si les sirve mucho. Por ejemplo uno de los chicos cuando entro era muy tímido, no se animaba ni a hacer una jugada. Yo lo fui incluyendo en el grupo, sus compañeros también, y no solo fue aprendiendo a jugar sino también a confiar en sus compañeros. Y creo que eso le sirve para la vida también.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En las dos cosas pero fundamentalmente en los entrenamientos. Los partidos son un reflejo de lo que aprendieron en los entrenamientos.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

No, no hacemos diferencias según la habilidad. Es fundamental darles la misma enseñanza a todos porque esto es un equipo, entonces si uno anda mal, es negativo para todo el equipo.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Es no animarse, creer que no se puede o tener miedo a hacer algo. Hay que darles seguridad, particularmente a los más chiquitos. Hablar con ellos.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Hablando con el, poniendo límites y explicándole que son un equipo y que tienen que entrenar todos por igual.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Yo creo que son los que los forman en todo sentido y de eso también depende la confianza que se tengan. Si vos le decís a tu hijo todo el día que no sirve para nada, es difícil que se tenga confianza. Y a veces les exigen mucho y no dejan que el nene disfrute de lo que hace.

Deporte: Rugby

Nombre: Pablo

Edad: 32 años

Antigüedad: 10 años

Edad de los alumnos: de 8 a 16 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, porque se les enseña lo que es el compañerismo, el trabajo en equipo. También tratamos de inculcarles que se lo tomen con responsabilidad que todos sus compañeros dependen también del trabajo de él.



2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Creo que es algo que se tiene o no, lo ves en como se manejan dentro y fuera de la cancha. Nosotros podremos trabajar algo de esto con ellos pero los cambios no van a ser tan importantes, ya hay una base que la traen o no y a los que la tienen es lo que los va a hacer destacarse.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Bueno, en general, te puedes dar cuenta a partir de la actitud que tienen en la cancha, frente a sus compañeros. Hay chicos que son de alentar a su equipo, eso los estimula o ante un chico del equipo contrario, la actitud que tienen ante una caída por ejemplo.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte?*

En realidad un poco, pero en general viene de lo que les transmiten sus padres, ya lo traen. Yo en algo puedo colaborar pero la actitud la tienen o no.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo, ¿Cuáles?*

A veces los llamo aparte y hablo con ellos sobre cómo están, cómo se sienten y les doy indicaciones para que mejoren su juego, creo que eso los ayuda.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Si por supuesto, todo lo relacionado a como resolvés ciertas situaciones en la cancha, te sirve para la vida, si puedes reponerte ante una caída o falla. Creo que también se puede trasladar al colegio, al trabajo, además de lo vinculado con las relaciones humanas.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

El rendimiento que tengan durante los entrenamientos es muy importante y se va a reflejar en las competencias. Es un conjunto de cosas, el esfuerzo y la dedicación que pongas durante los entrenamientos se va a ver en los partidos. Puede pasar que a veces no puedas demostrarlo pero en general....

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Y creo que puede pasar con los más habilidosos pero siempre en función del equipo. Para mí es bueno tener alumnos habilidosos porque se que van a empujar de manera positiva al resto. Obviamente que a esos jugadores les doy otro tipo de explicación pero no con la intención de hacer diferencias sino de que ayude y estimule a sus compañeros.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Me parece que es el miedo a cometer un error, a no realizar determinada jugada porque creen que no les va a salir y que el resto no lo va a ver bien. A esos chicos trato de motivarlos, de destacar las buenas jugadas tanto en los entrenamientos como en los partidos a ellos con más énfasis que al resto porque se que lo necesitan.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Bueno creo que mientras que no sea desmedido puede ser bueno para el equipo aunque cuando la cosa ya veo que viene por el lado de destacarse individualmente y no pensar a nivel equipo les marco que estan equivocados y empiezo a ponerles limites, mostrándoles que hay cosas para las cuales no están capacitados y además que perjudican no benefician al grupo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Creo que en los chicos en importantísima la influencia de los padres en la confianza. Los observo cuando vienen a ver los entrenamientos y algunos condicionan mucho a los chicos y los tiran para abajo, otros todo lo contrario los estimulan. A veces desautorizan nuestras indicaciones y eso es malísimo.

Deporte: Gimnasia Artística

Nombre: Adriana

Antigüedad: 3 años

Edad: 36

Edad de los alumnos: de 3 a 5 años, de 6 a 14, y adultos.

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Si ya al ser un deporte con reglas es una forma de formarlo en cuestiones ciudadanas. Se aprenden roles, normas de respeto, de cómo manejarse ante ciertas situaciones de manera responsable, aprenden a superar dificultades.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Algunos son bastante egocéntricos y mas en los deportes individuales y lo ves en las distintas situaciones que se plantean cuando hacen los ejercicios.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Como se manejan, si vienen y se mandan directamente o si son mas temerosos y no creen que pueden hacerlo solos. Cuando se empieza a manejar solo, por ej. una nena no se animaba a hacer u ejercicio entonces hay que darles confianza para que puedan hacerlo.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Sí creo que se puede mejorar pero que hay una base que ya la traen influenciada por los padres. Trabajar la confianza con el alumno es lo más importante. Enseñarle que puede, acompañarlo es lo más importante. Es necesario utilizar estas estrategias para poder conseguir que avancen.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Hay que estar con ellos, hablarles y decirles que pueden. Estar con ellos, y de a poco ir dejándolos solos para que se animen, de a poco.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, les sirve para todos los ámbitos porque aprenden a superar dificultades, a no rendirse ante ciertas situaciones, tratar de ponerse metas y llevarlas a cabo.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Creo que uno debe evaluar los avances durante las clases, las competencias son el resultado de lo que los alumnos pueden brindar durante los entrenamientos.

8. *¿A que tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar mas atención durante los entrenamientos?*

No, les enseño a todos por igual pero les doy tarea según el nivel de habilidad.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La falta de confianza es que no crea que puede hacer determinadas cosas, lo veo a partir de que duda sobre alguna actividad, que pregunta como hacerlo porque cree que no le va a salir, no se animan. Lo trabajo hablándoles, mostrándoles que pueden hacerlo, yendo de a poco para no pasar de una actividad a otra cuando no están preparados.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

En los casos con exceso de confianza es importante también hablar con los chicos y mostrarles que es importante hacer ciertas cosas antes para lograr ciertas otras, que tienen que aprender técnicas anteriores y que después si van a poder pasar a la actividad que ellos quieren hacer.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí porque es la primera institución. A los chiquitos tratamos de ponerlos a espaldas de los padres para que no sientan su mirada como condicionante porque a veces se ponen nerviosos y están pendientes de su aprobación. Ellos tienen una gran influencia en la formación del hijo y en la confianza que el niño pueda desarrollar y eso se ve en los distintos ámbitos, escuela, amigos, etc.

Deporte: Gimnasia Artística

Nombre: Eloisa

Edad: 35

Antigüedad: 24 años

Edades de los alumnos: de 7 a 13 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, no solamente por la parte física, por ser un deporte exigido aprenden a esforzarse, ponerse objetivos y cumplirlos.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Creo que en algunos es nato, otros con el tiempo lo van mejorando. Lo que nacen con eso es bárbaro.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Se ve en los aparatos, te das cuenta como se mueve, cuando les das un ejercicio, se ve en la competencia también.

4. *¿Considera que se puede desarrollara través del deporte? ¿Cómo?*

La puede mejorar pero no se hasta que punto, creo que es importante lo innato. Viene desde la casa y también se nace

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Se le habla, se le dice que tiene que confiar en ella y en nosotras, que sabemos lo que le aconsejamos.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, se ven los resultados también en la escuela, cuando algo no les sale esmerarse para poder realizarlo, eso se puede trasladar al trabajo el día de mañana por ejemplo.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En los torneos no tanto, en el día a día sí. Tenemos planillas con la preparación física de cada alumno que nos ayudan a ver como va cada una y sus avances.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Yo estoy atenta a las que se esfuerzan aunque les cueste mas porque se que son disciplinadas y que se esmeran por aprenden.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

No animarse, no creer que van a poder. Se le trata de hablar y decir que lo puede aprender a su ritmo y que nosotras vamos a estar ahí para ayudarla, que confíe en lo que sabemos.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Se les pone un freno "no, el ejercicio sola no lo haces", le digo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Los padres tienen una influencia en la confianza. Ves un padre inseguro y la hija lo es más aun. Les trato de tener más paciencia, les hablo, ellas saben que vana tardar más pero que lo van a poder hacer, se les tiene que explicar.

Deporte: Gimnasia Artística

Nombre: Marisol

Edad: 27

Antigüedad: 7 años

Edades de los alumnos: de 9 a 15 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, este deporte especialmente les crea hábitos de responsabilidad, conductas. Les permite conocer sus aspectos fisiológicos y a nivel personal les da formación.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Es temperamento de cada una, se puede trabajar pero llega el momento de la competencia y les va mal porque no se tienen confianza aunque sean buenas en los entrenamientos.

En el momento que aprenden, acá hay ejercicios nuevos o de riego, cuando creemos que esta preparada algunas no se animan y a otras las tenes que frenar.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

A través de cómo se manejan en las diferentes actividades si se animan o no a los nuevos ejercicios.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Sí, es difícil, pero en la cantidad de torneos y situaciones se van sintiendo más confiadas.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

No, el tema de hablarles y explicarles como es el ejercicio y que cuando uno las deja solas es porque considera que están preparadas, exponiéndolas a los torneos.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí claro, la perseverancia que aprenden en el deporte les sirve para poder aplicarla en el colegio, en su casa, también poder superar situaciones difíciles, etc.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Una las prepara en los entrenamientos a través de cómo los entrena, apuntas a las competencias, ahí vemos el nivel pero puede pasar que creamos que puede y nos equivoquemos.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Depende el caso pero en general con las nenas más inseguras o que les cuesta más estas más atenta para alentarlas y demostrarles que lo pueden hacer.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Inseguridades de cada nena, a pasado con nenas que han dejado de hacer la actividad porque no se animan, a veces tratas de cuidarla más en los ejercicios para que no se vuelva a ir y no decirle que ya están listas para pasar.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Les marco que tienen que esperar que yo les diga que lo tienen que hacer, que no están preparadas todavía y que tiene riesgos.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*
Sí, a veces los padres les exigen mas que uno mismo, o no les dan el interés a lo que hacen y eso influye en a confianza.

Deporte: Gimnasia Artística

Nombre: Cintia

Edad: 25

Antigüedad: 3 años

Edad de los alumnos: 4 a 17 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, para mi aprenden a relacionarse con otras, cooperar. Aprenden disciplina, normas, y a respetar los horarios.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Si vos no estas confiado en algo vas a fallar. El entrenador también tiene que transmitir la confianza.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Veo la actitud que tienen, las conductas.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Sí, buscando algunos métodos, jugando y preocupándote por como esta cada uno. El dialogo, comunicarse es fundamental.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Intento hablar con las nenas para ver porque no se animan o que les pasa. De algunas estoy mas pendientes hasta que veo que van ganando mas confianza con ciertos ejercicios.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, totalmente porque el deporte les presenta obstáculos y el enfrentarlos, y todo el sacrificio que conlleva este deporte hace que sea igual en otros obstáculos que se les presenten en la vida, para las relaciones interpersonales también es muy importante.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Entrenando. Evalúo todo, no solo lo físico sino la conducta, si van mejorando. También destaco a la que mejor se porto en la semana, normas y respeto y relacionarse con otros.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar mas atención durante los entrenamientos?*

La atención es la misma para todos, pero la que mas facilidad tiene avanza un poco mas porque les complejizamos las tareas.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Es inseguridad con uno mismo, pero creo que te la tiene que dar otra persona por eso creo que el papel de los entrenadores es muy importante.

Por medio del dialogo, creo que se puede mejorar, aunque a veces es difícil. Hay que decirles que pueden, que nadie nació sabiendo y que de a poco van a ir avanzando.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Y pasa también, trato de tener mas cuidado porque se pueden golpear, les explico esto. Les hablo para que entiendan que no pueden hacer todo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí influyen, totalmente. En algunos casos están muy encima y perjudican a las chicas porque se sienten presionadas. En los casos en que los padres se toman el deporte como una diversión las chicas disfrutan mucho más.

Deporte: Gimnasia Artística

Nombre: Jacqueline

Edad: 39

Antigüedad: 16 años

Edad de los alumnos: desde los 6 años hasta adultos

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, el deporte lo puedes considerar de muchas maneras. Yo creo que te brinda la posibilidad de formar valores en los chicos, que después podrán tomarlos o no. Yo decidí enseñar deporte, no por el deporte en si, sino porque es un medio para enseñar otras cosas como solidaridad, respeto, y también a ser responsables.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Depende mucho de la historia personal de cada uno, y es determinante a la hora del rendimiento.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

En gimnasia artística se nota enseguida. Por ejemplo el tema de la adaptación a un medio nuevo, que no es el de la escuela o la familia, puede ser desequilibrante hasta para una persona que posea autoconfianza. Hay chicos que llegan y se entusiasman rápido para hacer las actividades, los miras y te das cuenta que tienen un exceso de confianza, y otros que son mas miedosos y hay que brindarles mas confianza.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Sí, se puede desarrollar desde el ámbito de mi clase, y capaz que lo pueden trasladar a otros ámbitos, pero si la confianza viene de los padres es mejor, se nota mucho cuando los padres estimulan la confianza del chico. En la clase es fundamental brindarles seguridad, hablando con ellos.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

No, cada chico es particular. Fundamentalmente les brindo seguridad, poniendo el cuerpo y utilizo elementos que los ayuden, para que vean que pueden hacerlo.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Si, el esforzarse por lograr objetivos principalmente, creo que en ese sentido te sirve mucho.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Los chicos están divididos por niveles, y cada nivel tiene distintas expectativas de logro, por lo tanto en cada uno se evalúan distintas cosas. Principalmente nos basamos en los entrenamientos porque en relación a como se desempeñan acá vamos viendo como avanzan.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar mas atención durante los entrenamientos?*

A todos por igual. Además yo no considero que la competición sea lo único importante sino que me interesa más el desarrollo del chico.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Creo que la falta de confianza es creer que uno no va a poder, incluso antes de intentarlo. Para desarrollarla es fundamental darles confianza, que ellos estén seguros que el entrenador va a estar para ayudarlos. Trabajo mucho también desde lo afectivo, creo que es muy importante.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Poniendo límites. Yo si bien les doy mucho afecto y soy pegote con los chicos, también soy muy estricta. Si los nenes hacen cosas para las que no están preparados, les puede pasar algo y puede ser hasta peligroso. Por eso pongo reglas, para que aprendan a comportarse y para que conozcan también sus limitaciones, y que se aprende de a poco.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

El papel de los padres es fundamental, influyen totalmente. A veces hay que ponerle límites a los padres, porque les provocan un daño a los chicos, cuando son muy exigentes o muy miedosos.

Deporte: Básquet

Nombre: Adolfo

Edad: 26

Antigüedad: 3 años

Edad de los alumnos: de 7 a 17 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, formadora. No solo lo formas en el deporte sino el compañerismo, a hacerlos mas personas. Les inculcamos que esto es un equipo.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Creo que la traen de la casa. Me pasa que tengo un chico que no tira al aro en los partidos pero en los entrenamientos es buenísimo. Y eso es porque no se tiene confianza, al estar con un rival cree que no puede hacerlo o que le van a ganar.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

En la medida en que lo hace, en que se anima a hacerlo, o si duda mucho en tomar una decisión rápida. Si dudas es porque no confiás en lo que vas a hacer.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Creo que se puede desarrollar. Por ejemplo este chico lo fue logrando y ahora se anima en los partidos, se siente mas confiado. Nosotros ayudamos a que se sienta más confiado. Yo lo que hago es no recalcarle lo que hace mal y rescatar lo que hace bien. Aunque haya muchas cosas que hace mal, recalcarle lo poquito que hace bien.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Tratar de apoyarlo, si ves que esta mal lo que hace rescatar lo poquito que hace bien y decirle que lo va logrando, que lo puede hacer.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí porque aprenden a cooperar con los otros. Trato de que sean unidos y se ayuden entre ellos, eso lo van a trasladar a la escuela, su familia, etc.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Y lo que pasa que depende del entrenamiento que tengan, como van a jugar los partidos. En los entrenamientos se ve mucho como juegan y la evolución y en el partido también ves la confianza y la toma de decisiones ante un rival.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Y... le tengo que dar un poco más de atención a los que más condiciones tienen porque sino se quedan y no avanzan y es un desperdicio porque son chicos que pueden llegar lejos. O sea les complejizo un poco mas la tarea para que avancen no es que dejo a los demás chicos de lado.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Creo que es la incapacidad de tomar decisiones, en el juego tienes que tomar una decisión, ya sea correcta o incorrecta.

También influyen mucho los padres porque son el primer contacto que tienen los chicos y los que están todo el día con ellos, nosotros estamos solo una hora.

Lo que trato de hacer es estar un poco encima de ellos, al que no le sale bien le digo que lo puede hacer y lo pongo a practicar con los compañeros para que lo ayuden, les enseño a ser compañeros, los pongo en pareja. No hay que machacarlos sobre lo malo para que no se frustren.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

No es algo malo, a los que son buenos se los puede utilizar como lideres positivos.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, fundamental como te dije antes. Son el primer contacto de los chicos y los que más influyen.

Deporte: Básquet

Nombre: Mariano

Edad: 34

Antigüedad: 9 años

Edad de los alumnos: desde los 5 a los 19 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, es una herramienta educativa y una salida saludable para quien practica deporte. Sirve como foco en relación a todas las cuestiones sociales que suceden, los mantiene ocupados y preocupados en eso. Es algo saludable que permite una salida laboral, en algunos casos.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

A mayor confianza mejores resultados. No se si los entrenadores podemos trabajar con la confianza, se puede trabajar un poco con el entrenamiento, pero es algo que ya traen, que algunos tienen mas y otros menos.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Creo que viéndolo entrenar, compartiendo muchas horas con el jugador. Hasta los 12 años el deporte tiene que ser recreativo. Luego de esa edad tendríamos que fijarnos en la confianza o temperamento y ahí sí trabajar en ese sentido pero no antes porque los chicos tienen que realizarlo solo como una actividad recreativa.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

La confianza es como un músculo lo puedes trabajar hasta cierto punto porque hay una parte que ya viene dada y no se puede modificar.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Sí, les doy ejercicios primero más fáciles y de a poco los voy complejizando para que vean que pueden hacerlo, y también les recalco las cosas que hacen bien, creo que eso les va dando más confianza.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, les enseña compañerismo, poder relacionarse con otras personas.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Me baso mas que nada en los entrenamientos, no en los resultados. Yo trabajo para que en los partidos hagan lo mismo y no sufran "miedo escénico" El entrenador tiene que evaluar todo, como juega y como entrena. El acompañamiento de familiares y parejas muchas veces pone nerviosos a los chicos.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Si son chicos todos tienen que tener la misma atención y una enseñanza pareja hasta los 12 años. Es importante que cuando son chicos sea una actividad recreativa porque lo que les pasa a muchos alumnos es q en el caso contrario cuando llegan a los 18 años dejan por la presión que sienten.

A los de menor habilidad hay que dedicarles más tiempo. Les doy indicaciones y observo mas a los menos avanzados hasta que los puedo emparejar. Cuando tienen más edad les hablo a los menos habilidosos para que practiquen aparte o en algunos casos para que se dediquen a otro deporte, en este caso implementamos una labor específicamente individual, es decir, a los que naturalmente tienen condiciones hay que entrenarlos de manera diferenciada con horas extras particulares.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La falta de confianza es personal, puede no ser algo estrictamente deportivo. Es reflejo de lo que sos afuera. Si sos perseverante y crees que puedes hacer un examen en el colegio, también vas a creer que puedes hacer un ejercicio. Un tipo habilidoso puede no tener confianza. Para trabajar con los que tienen baja autoconfianza es importante remarcarles las cosas que hacen bien y no destacarle las cosas que hace mal. Le reconozco cuando logro hacer algo que le costaba. Al que no tiene confianza puedes mejorarla pero no mucho.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

No lo trabajo porque no abundan. Trato de enderezar el exceso de confianza para que lo ponga a favor del equipo pero no coartarlo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Hay una frase de Leon Majnugal que dice: "el mejor jugador de básquet es el huérfano", los padres desde aprox. los 8 años depositan todas las expectativas económicas sobre el hijo. Así como nosotros no podemos modificar mucho la confianza, los padres sí influyen mucho en esta. Los padres están locos, ven equivocadamente en los hijos la salvación económica

y eso les genera a los chicos más presión. Creo que el 80% de los padres los presionan por eso es importante dejarlo elegir que decidan ellos que quieren hacer.

Deporte: Básquet

Nombre: Miguel

Edad: 30 años

Antigüedad: 12 años

Edad de los alumnos: de 7 a 11 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, totalmente porque enseñas cosas que van más allá del juego, como relacionarse con otras personas, respeto, solidaridad.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Creo que es cuestión del entrenador, que el tienen que lograr que sus alumnos ganen confianza en lo que hacen y cuanto mejor desempeño tienen mas confianza van adquiriendo.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo que cosas hace, cómo las hace.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Sí, creo que se puede desarrollar, y que es tarea del entrenador hacer que sientan confianza en ellos mismos. Podemos ayudar presentándole situaciones que pueda resolver, para que vea la dificultad pero que sea una dificultad realizable, posible de superar. También se debe buscar que disfruten de jugar, siempre tiene que estar presente que se diviertan.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Sí, trato de darles primero actividades no tan complejas para que sean capaces de realizarlas y de ir modificándolas de acuerdo a lo que puede hacer cada uno. No les pongo objetivos que se que no los pueden cumplir porque así se frustran y terminan dejando.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, el relacionarse con otras personas te sirve para todos los ámbitos de la vida como también el aprender a superar obstáculos.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Mas en los entrenamientos, porque yo lo que hago es plantear objetivos y después a través de distintas actividades voy viendo en que medida esos objetivos se van cumpliendo.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

A los que juegan mejor tenés que darles actividades distintas para que no se estanquen y puedan aprovechar el potencial que tienen pero no es que se les presta más atención, la idea es que sea la misma enseñanza para todos.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La falta de confianza es lo que los lleva a no querer hacer o creer que algo no les sale. Cuando se enfrentan a situaciones que no pueden resolver se va generando, y después llega un momento que no lo quieren hacer mas.

Trato de estar un poco más encima de ellos que de los demás, o los pongo en pareja con un líder positivo para que lo ayuden y mucho tienen que ver las relaciones sociales en el grupo.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Creo que el exceso de confianza viene de los padres. Con los chicos que traen ese tipo de actitudes soy bien crítico de las cosas que hacen para que vean que no saben todo, que les falta aprender mucho. Tenés que conocerlos también para saber que lo que les decís no les va a afectar.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, son fundamentales. Y generalmente influyen para mal. Hay una frase que dice: el mejor deportista es el huérfano. A veces los someten a presiones que no van con su edad. Hay padres que lo único que quieren es que sus hijos ganen y yo creo que hay una edad para ganar, y que no es a los 7, 8 o 10 años.

Nosotros hacemos siempre a principio de año reuniones de padre donde les explicamos todo, igual después terminan metiéndose igual.

Deporte: Básquet

Nombre: Fernando

Edad: 27

Antigüedad: 3 años

Edad de los alumnos: de 7 a 12 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, completamente. En los clubes se les inculca otra cosa a los chicos, la disciplina, el compañerismo. El deporte no es solo ganar campeonatos. Les enseñamos muchas cosas a los chicos.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Se gana también. Es un conjunto de cosas. Un poco depende de la genética y de lo que les den en la casa. Lo que les dicen en la casa es muy importante. Por ejemplo el que hace despelote te das cuenta de que en la casa los padres no le ponen límites. Acá el entrenador los ayuda pero son solo 3 horas por semana.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

En los viajes, en los encuentros, viéndolo jugar, si pide mucho la pelota o no, un pibe de 8 años que tiene confianza pide la pelota.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Por supuesto se puede mejorar, pero depende también de ellos, o sea, vos podés ayudar un poco pero no siempre obtenés muy buenos resultados.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Y... como estrategias, los mezclo a los buenos con los más malos o los que les cuesta más y que se ayuden entre ellos. Que se motiven también al ver que los compañeros van avanzando. Y también les voy cambiando las actividades así se divierten y se olvidan de la presión.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, totalmente, aprenden a manejar situaciones, alcanzar metas. El deporte es un medio para otras cosas. También aprenden a hacer amigos.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Me fijo en el proceso, en como van aprendiendo. Vos enseñás algo y en las clases ves si lo aprenden o no, en los partidos también se ve eso.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

No, a todos pero fijándome que necesita mejorar cada uno, al que mas se esfuerza y mas pide que los ayude por ahí le presto mas atención porque hay chicos que vienen a hacer amigos y no les motiva tanto el deporte, hay chicos con mas ganas que otros.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

No reconocer las capacidades de cada uno. Es importante la buena comunicación en su casa. Les pregunto que les pasa y les voy dando actividades para que mejoren. Hago que jueguen en parejas, juegos de inclusión, que no queden aparte los que no juegan muy bien.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Les digo sus fortalezas pero también les pongo límites. Tiene que ver con la casa también, si los padres no les ponen límites... pero yo acá pongo las reglas y deben respetarlas. El chico busca límites también.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Lo primordial son los padres. Los chicos hacen lo que les dicen los padres y lo que les inculcan ellos.

Deporte: Básquet

Nombre: Mariano

Edad: 27

Antigüedad: 6 años

Edad de los alumnos: de 7 a 15 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, totalmente porque aprenden a ser respetuosos, a respetar las reglas, a ser buenos compañeros y les da la posibilidad de hacer amigos.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Es algo que ya traen, algunos vienen con mucha confianza y otros no. Eso se ve mucho, están los que se creen campeones y también los que no se animan y no se tienen confianza.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo en los entrenamientos, viendo como se lleva con el resto y como rinde en los partidos. Por ejemplo en algunos chicos que se tienen mucha confianza ves que no le pasan la pelota a los compañeros.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Es muy difícil. Creo que hablando con ellos y también dándoles ejercicios para que practiquen lo que le cuesta.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Hablo con ellos para ver que cosas les cuestan, por que no se tienen confianza. Creo que el sentirse apoyados por el entrenador es muy importante para que tengan mas confianza.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, les sirve para ser buenos compañeros ya sea en el trabajo, estudio, etc.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En las dos cosas, creo que los entrenamientos y los partidos son los dos importantes

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

La atención tendría que ser igual para todos pero a los mejores tenes que darles otro tipo de actividades, más complejas, para que avancen más.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Creo que es sentirse incapaz, que no sirve para jugar, que no le van a salir bien las cosas. Por eso les hablo diciéndoles que pueden, que aunque lleve un tiempo aprender, nosotros

los vamos a ayudar, y les doy actividades entretenidas para que se enganchen mas con el deporte.

10. ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?

Lo pongo los límites, de buena manera pero le explico que esto es un equipo y que no juega solo, para que aprenda a comportarse.

11. ¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?

Sí, son lo principal. Si el padre le dice que es un inútil acá es muy difícil poder sacarlo adelante, porque los padres con una sola palabra te tiran abajo en un segundo todo lo que vos le habías dicho, de que el podía mejorar mucho, y todo lo que habías trabajado con el.

Deporte: Hockey

Nombre: Analía

Edad: 40 años

Antigüedad: 24 años

Edad de los alumnos: desde 3 a 25 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, totalmente. Transmite valores, socializa, le enseña al chico a vincularse con otras personas. No solo importa que aprendan lo técnico sino todas estas cosas: valores, reglas.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Creo que es algo con lo que ya vienen, es como en otros ámbitos también. Algunas personas tienen más confianza o miedo que otros.

3. *¿A través de que medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Viéndolo, como actúa durante los entrenamientos y como se relaciona con los compañeros. Hay algunos chicos más decididos que otros y que no dudan tanto. También al darle juegos de inclusión ves quien participa mas, quien se queda mas afuera, quien se socializa y quien no tiene ganas.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Si hay muchas formas. Fundamentalmente el vínculo con el entrenador tiene que ser afectuoso y también crear un grupo unido para que se ayuden entre ellos.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Uso muchas estrategias, utilizo juegos para que además de aprender el deporte se relacionen entre ellos y puedan lograr un vínculo de colaboración entre ellos.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, absolutamente. Las habilidades propias del deporte no les sirven para otros ámbitos, pero las vivencias que tenés al hacer un deporte: conocer a otras personas, conocer otros lugares, aprender a perder y a volver a intentarlo.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Mas que nada en los entrenamientos porque evalúo la evolución personal de cada uno, y no solo lo técnico sino también el interés, el compromiso, que logros obtuvo cada uno.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Yo les presto la misma atención a todos aunque generalmente no es así por eso se debe trabajar recreativamente e incluir a todos.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Falta de confianza es cuando tenés miedo a hacer algo que no conoces ya sea por haber tenido malas experiencias o por falta de conocimiento. No hay receta, tener que ver como es cada persona, darle afecto y demostrarle sus logros aunque sean mínimos.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Trato de aliarlos a mí para que me ayuden y colaboren con el resto. No pongo a todos los buenos juntos y a los demás aparte sino que los mezclo para que se ayuden entre ellos.

11. *¿Que papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, totalmente y en todas las edades. La familia es todo, nosotros los entrenadores somos un 10% o menos. Vas a ver un nene tranquilo cuando en la familia este bien contenido.

Deporte: Hockey

Nombre: Mariela

Edad: 25 años

Antigüedad: 5 años

Edades de los alumnos: de 8 a 16 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, porque el deporte brinda mucha confianza, disciplina, te hace pensar en una estrategia para conducirte, para hacer un camino, para llegar al objetivo, una secuencia de pasos, ser paciente, tener fuerza de voluntad. Te hace pensar que tenes que esforzarte duro para lograr un objetivo.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

La confianza se posee y se construye tiene que ver mucho con la educación desde chicos. Primero hay que intentar las cosas, la confianza esta en encarar algo, intentar algo para hacerlo mejor. Si la persona lo intenta va a tener la confianza de que es capaz de hacerlo.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

A partir de ver si se anima a hacer las cosas, creo que viendo estas actitudes te das cuenta el grado de confianza de una persona. A partir de eso evaluás lo que es necesario trabajar.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Se puede aumentar a través de los resultados que obtengas.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Las estrategia es entrenar, cuando un alumno piensa que le gustaría poder hacer un ejercicio pero cree que no va a poder lo importante es ir trabajando por etapas de a poco y luego ir aumentando, paso a paso para que pueda lograrlo.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sirve para cualquier cosa en la vida, te da mucha perseverancia, te permite aprender a batir obstáculos.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

El rendimiento se evalúa en los entrenamientos, lo evaluás en las condiciones perfectas en ese caso. En el partido se presentan cosas que no están previstas, como se van a desenvolver, es importante la parte psicológica. Se evalúan dos cosas distintas: el rendimiento mental (competencias) y el físico (entrenamientos).

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

A todos por igual, tratando de sacar lo máximo de cada alumno.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

La falta de confianza es inseguridad y esta relacionada con el exceso de presión hacia uno mismo, cuando no se anima a intentarlo por miedo de llegar ultimo, no lo intenta.

Lo trabajo con objetivos secundarios, no generales, en vez de indicarles que hagan tala actividad que se que es mas compleja empiezo por una más simple para que de a poco lleguen.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

El exceso de confianza es más difícil de trabajar, las haría entrenar para que caigan a la realidad y vean que no les sale todo.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Desde que nacemos nos van poniendo condiciones, en la medida en que no sean ni excesivamente cuidadosos ni descuidados los padres se puede lograr una buena dosis de confianza en el chico, los excesos generan conflictos.

Es importante cuando son chicos tomarlo como un juego, los más grande también tienen que agregarle su cuota de jugo para sacarse mas presión.

Deporte: Hockey

Nombre: Pablo

Edad: 27

Antigüedad: 10 años

Edad de los alumnos: de 6 a 21 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Súper educativa, porque acá comparten un montón de cosas, viven un montón de cosas, como hacer amigos, aprender reglas, a ser buena persona.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

El que tiene confianza es mucho mejor y se maneja mejor en la cancha que el que piensa que todo le sale mal. Si, ya lo traen de la casa, hay padres que les están diciendo todo el día que no sirve para nada e influye.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Y ya lo ves como juega, si duda de lo que hace o esta convencido, ves la actitud que tiene.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Se puede ayudar, colaborar para que mejore pero en la casa están las 24 hs, nosotros no podemos hacer milagros.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Se les enseña, aunque les cueste mas que a otros, se les dice que van a poder.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, porque aprenden a relacionarse con otras personas.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

En el entrenamiento principalmente. En los partidos también se puede ver pero cuando juegan con un equipo que esta a la par de ellos, no si son mas grandes o mas chicos.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Se les presta la misma atención a todos, esa es la idea pero si trato de reforzar lo que le cuesta a cada uno, no todos aprenden al mismo tiempo.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Algo que no cerro, que le dejo un vacío, entonces nunca se siente seguro de lo que hace. Trato en este caso que trabajen en grupo y se ayuden entre ellos.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Le pongo límites. Por ejemplo el otro día tuve que sacar a un chico del entrenamiento porque no quería entrenar y molestaba al resto. Entonces les pongo límites y les digo como son las cosas.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Los padres son fundamentales, depende de cómo los hagan ver ellos y lo que les digan, como se van a sentir los chicos.

Deporte: Hockey

Nombre: Florencia

Edad: 25

Antigüedad: 5 años

Edad de los alumnos: desde 6 a 14 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, el lema que les inculco es que tienen que ser personas de bien, aprenden a respetar. Por ser un deporte en equipo mas que nada, aprenden a trabajar en función del grupo. Es fundamental para el desarrollo. En el deporte los chicos canalizan un montón de cosas.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

La van adquiriendo a medida que van aprendiendo el deporte, no porque lo tengan. También depende del trato que tengan con el entrenador, como los trate, que los haga sentir importantes. También es importante que tengan confianza los compañeros entre ellos.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

Veo con que predisposición vienen a entrenar, si ya esta con mala cara de entrada, si esta desganado y no quiere participar. Te das cuenta que no se sienten cómodos, ves si son mas sumisas o se mandan mas

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

Sí, se puede desarrollar, se da con el tiempo y de cómo el profesor la vaya estimulando. La desarrollo hablando con ellos, y busco que se apoyen entre los compañeros, que sean unidos.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Lo que mas me interesa es que vengan y se diviertan, que confíen en nosotras. Trato de estar encima y que puedan corregir lo que les va saliendo mal y recalcarles cuando algo les

sale bien. También trato de motivarlas, que tengamos objetivos en común. Motivarlas para que se esfuercen más, que cooperen entre ellas.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, porque sirve no solo para lo físico sino para sociabilizarse, relacionarse con otras personas y que aprendan a poder establecer vínculos.

7. *¿En que se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Generalmente en el club se evalúa cuando ganamos, pero a mi no me interesa que salgan campeonas sino que aprendan a jugar y que se diviertan. Me fijo más en los entrenamientos.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

A todos por igual pero al que tiene condiciones tenés que aprovecharlo para que motive al resto, como líder positivo.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

No sentir que uno puede hacerlo, es algo personal de cómo se siente cada uno. A la que tiene falta de autoconfianza lo que hacemos es felicitarla cuando algo le sale bien, la elegimos para ser capitana, tratamos de que se sienta protagonista.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Desde la charla le explicamos que es un deporte en equipo, le digo que trate de ayudar y que se ponga en el lugar del resto, y que todas somos iguales. Tratamos de bajar ese nivel de excitación hablando porque los chicos entienden.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, son fundamentales. Por eso nosotros no podemos hacer magia porque los tenemos solo tres horas por semana. En casa es donde los crían, donde los educan, y nosotros los vemos poco en comparación.

Deporte: Hockey

Nombre: Marcelo

Edad: 25

Antigüedad: 6 años

Edad de los alumnos: desde 8 a 15 años

1. *¿Para Ud. el deporte es una herramienta educativa? ¿Por qué?*

Sí, totalmente, se forman, en muchos casos en los que algunos alumnos han tenido actitudes malas se pudo lograr modificarlas. Con el deporte se puede formar una buena persona con valores.

2. *¿Cree Ud. que la autoconfianza es algo que los deportistas ya traen y/o cree que se va adquiriendo a través del aprendizaje?*

Es propio de cada uno, hay jugadores que no son virtuosos pero pueden destacarse y otros que son buenos pero no tienen confianza. Entre las mujeres hay más competencia.

3. *¿A través de qué medios considera que puede inferirse el nivel de confianza de un joven?*

En momentos límites ves quien baja los brazos y quien no, ves quien se esfuerza cuando algo no le sale y quien no. En el grupo el líder es fundamental, por su responsabilidad saca fuerzas para el grupo.

4. *¿Considera que se puede desarrollar a través del deporte? ¿Cómo?*

El bajo autoestima se puede desarrollar, se puede trabajar. Tratando de demostrarles que son útiles para el equipo, cambiarla de posición, dándole más responsabilidades. Si ahí no sirve es bueno probarlo en otro lado.

5. *¿Utiliza estrategias para desarrollar la autoconfianza con los jóvenes con los cuales trabaja? En caso de ser afirmativo ¿Cuáles?*

Lo charlo con los chicos para tratar de conocerlos y ver que les pasa, es fundamental conocerlos para saber como trabajar. Trato de darles actividades para que se sientan útiles.

6. *¿Considera que la confianza que un joven puede adquirir a través de la práctica deportiva puede transferirse a otros ámbitos de la vida? ¿Por qué?*

Sí, las situaciones extremas te pueden servir para ver como encaras otras cuestiones de tu vida personal, esta la diferencia entre los que no se rinden en un partido y los que sí y eso se traslada a la vida, aprendes a superar obstáculos.

7. *¿En qué se basa para evaluar el rendimiento de los deportistas: en los resultados de las competencias o en el rendimiento durante entrenamientos?*

Las dos cosas, hay muchos jugadores que en los entrenamientos no demuestran nada y en las competencias al revés o que en los entrenamientos tienen buenos resultados y en los partidos no lo pueden demostrar. En algunos casos la competencia ayuda en el sentido de que motiva para dar lo mejor de uno, en otros casos no.

8. *¿A qué tipo de jugadores, según el nivel de habilidad, se le suele prestar más atención durante los entrenamientos?*

Es importante conocer a los jugadores para ver lo que te pueden dar. Necesitas un tiempo de adaptación para poder conocerlos. Creo que estas más atento a quienes tienen dificultades para que sientan que les prestas atención y buscas alguna alternativa para que puedan mejorar.

9. *¿Qué es para Ud. falta de confianza? ¿Cómo trabaja con un jugador que tiene baja autoconfianza?*

Es desde la casa o el colegio donde lo hacen sentir más retraído, no creo que una persona que sea insegura en la vida va a ser segura en el deporte.

Trabajo dándoles responsabilidades, no les pongo límites sino que trato de motivarlos para que jueguen. Les digo a los compañeros que los hagan participar, que le pasen la pelota.

10. *¿Cómo trabaja con un jugador que tiene exceso de confianza?*

Creo que es positivo cuando no tiene una confianza excesiva, tener confianza siempre y cuando sirva para el equipo pero en algunos casos donde necesiten límites lo saco de la posición en la que se siente cómodo y suele jugar para que sienta que está equivocado.

11. *¿Qué papel cree Ud. que tienen los padres en relación a la confianza de los alumnos?*

Sí, muchas veces los padres creen que los chicos son re habilidosos y eso influye en la confianza, en las mujeres pasa mucho.