



Entrenamiento con jugadores y jugadoras de tenis en las etapas de formación y competición

**MESA REDONDA: ¿Psicólogo y/o técnico?, cómo y cuándo intervenir con jugadores y padres.**

Eva Borrás, Miguel Crespo y Marta Domínguez

## **HABILIDADES SOCIALES DEL ENTRENADOR DE TENIS**

Por Miguel Crespo (Federación Internacional de Tenis)

# ÍNDICE



¿Qué es ser entrenador?

Competencias del entrenador

Competencias sociales

Cuestionario

Conclusiones

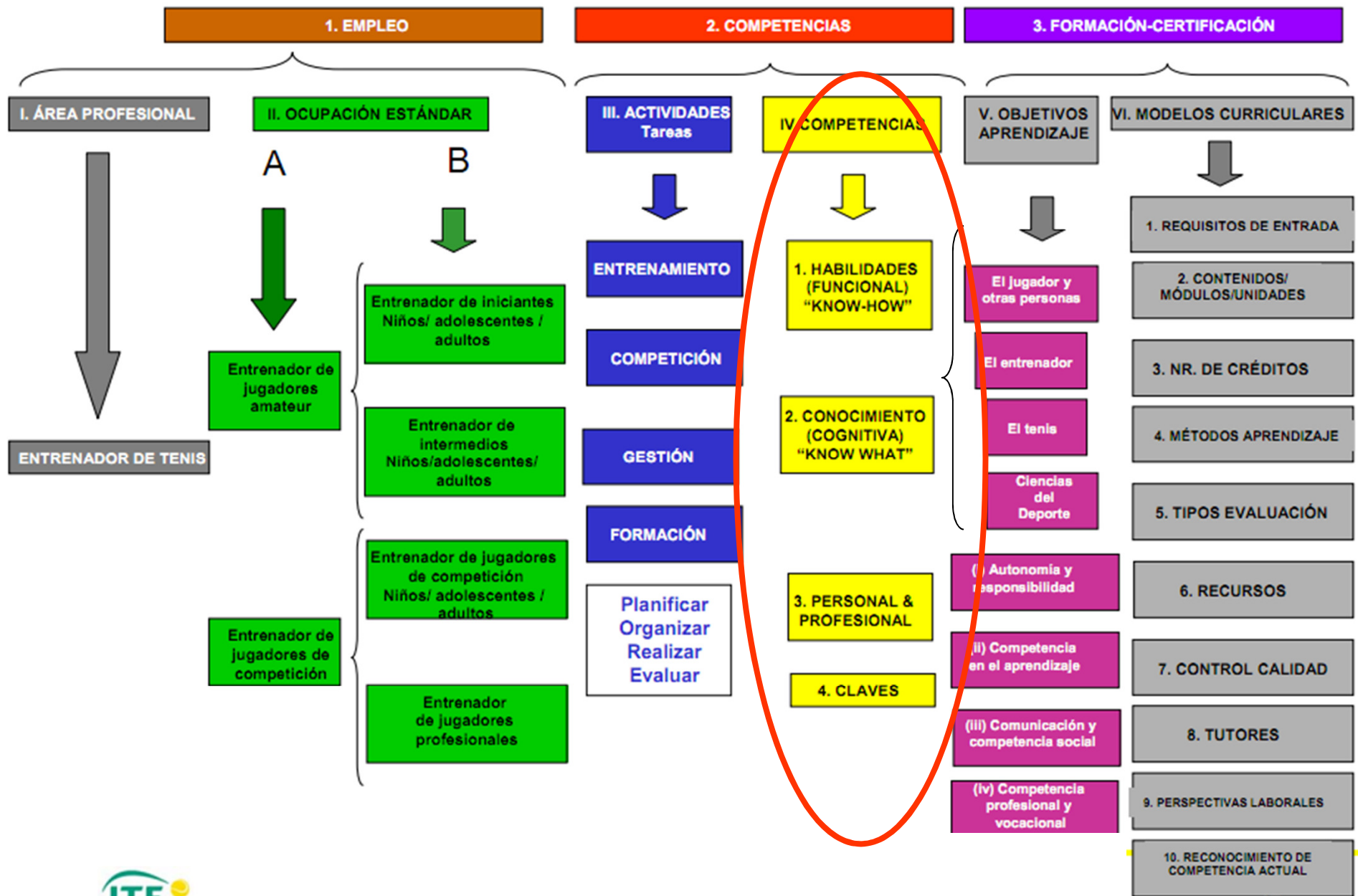
# ¿QUÉ ES SER ENTRENADOR?

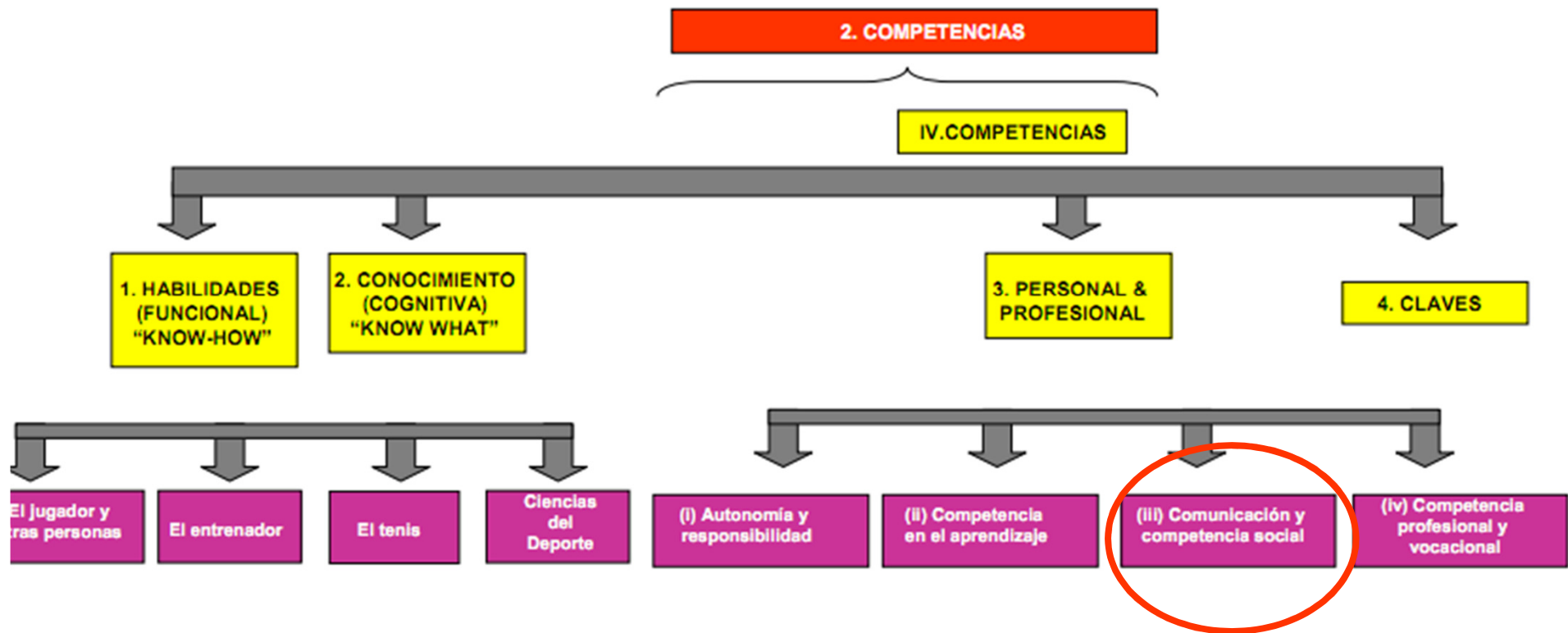
- Guiar al tenista en su mejora a lo largo de las distintas etapas de desarrollo

## PROCESO

- Dirigido por el entrenador
- Influido por el ambiente
- Centrado en el jugador







# COMPETENCIA SOCIAL

Capacidad  
para  
llevarse  
bien con  
los demás  
y que  
cooperen  
conmigo



# COMPETENCIAS SOCIALES

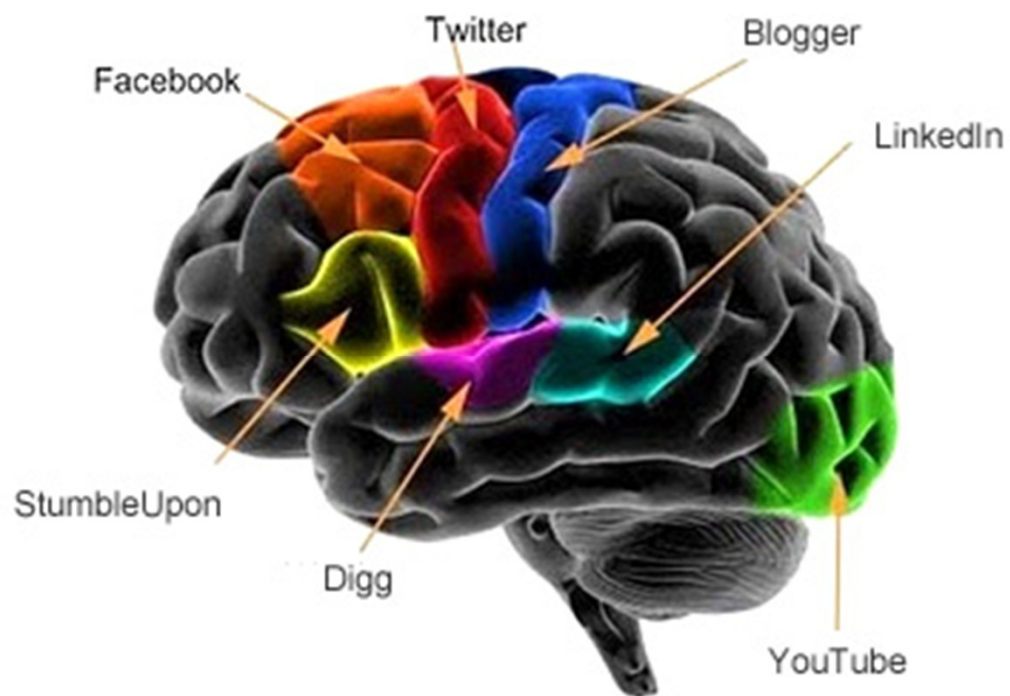
CONSCIENCIA SITUACIONAL

PRESENCIA

AUTENTICIDAD

CLARIDAD

EMPATÍA



Albretch (2007)

# LEER LA SITUACIÓN



**PROXÉMICA –  
Espacio físico**



**CONDUCTAS**

**Acción  
Motivación  
Emoción**



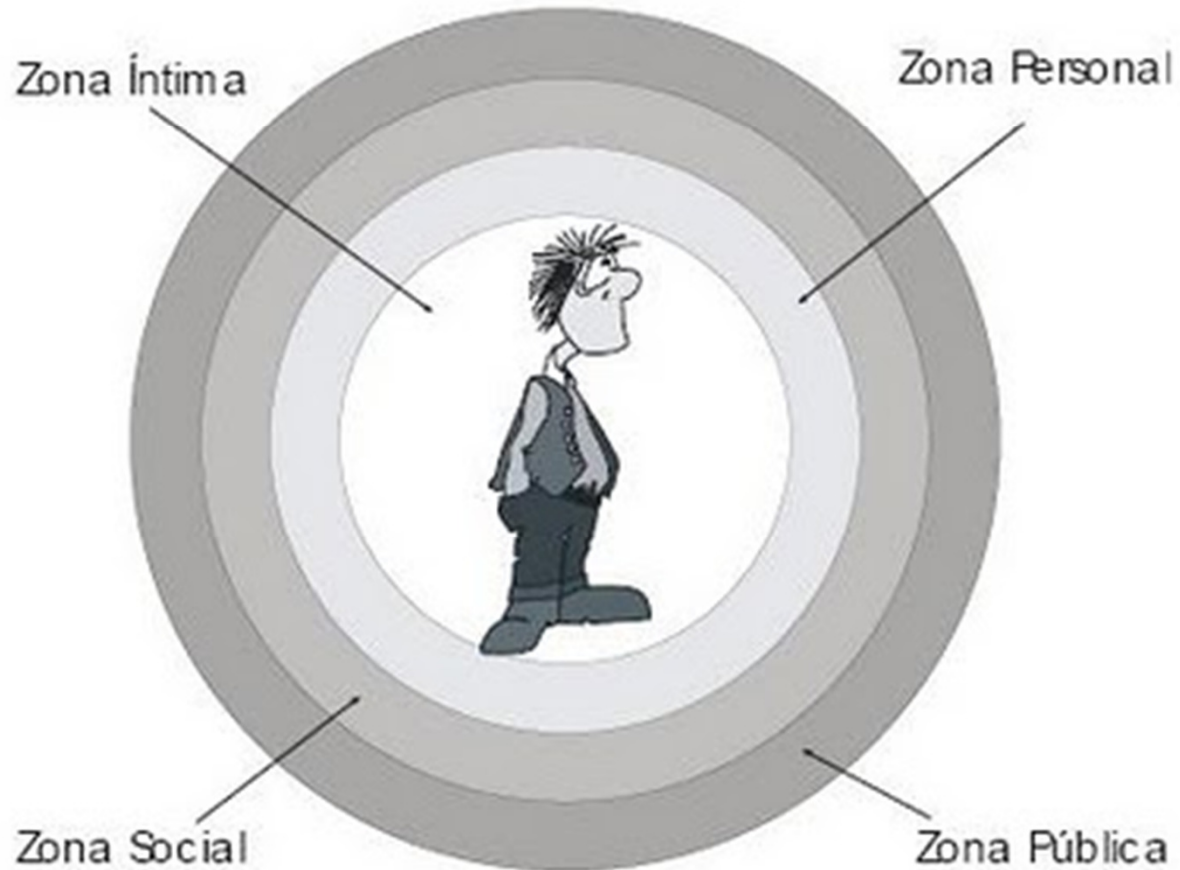
**LENGUAJE**

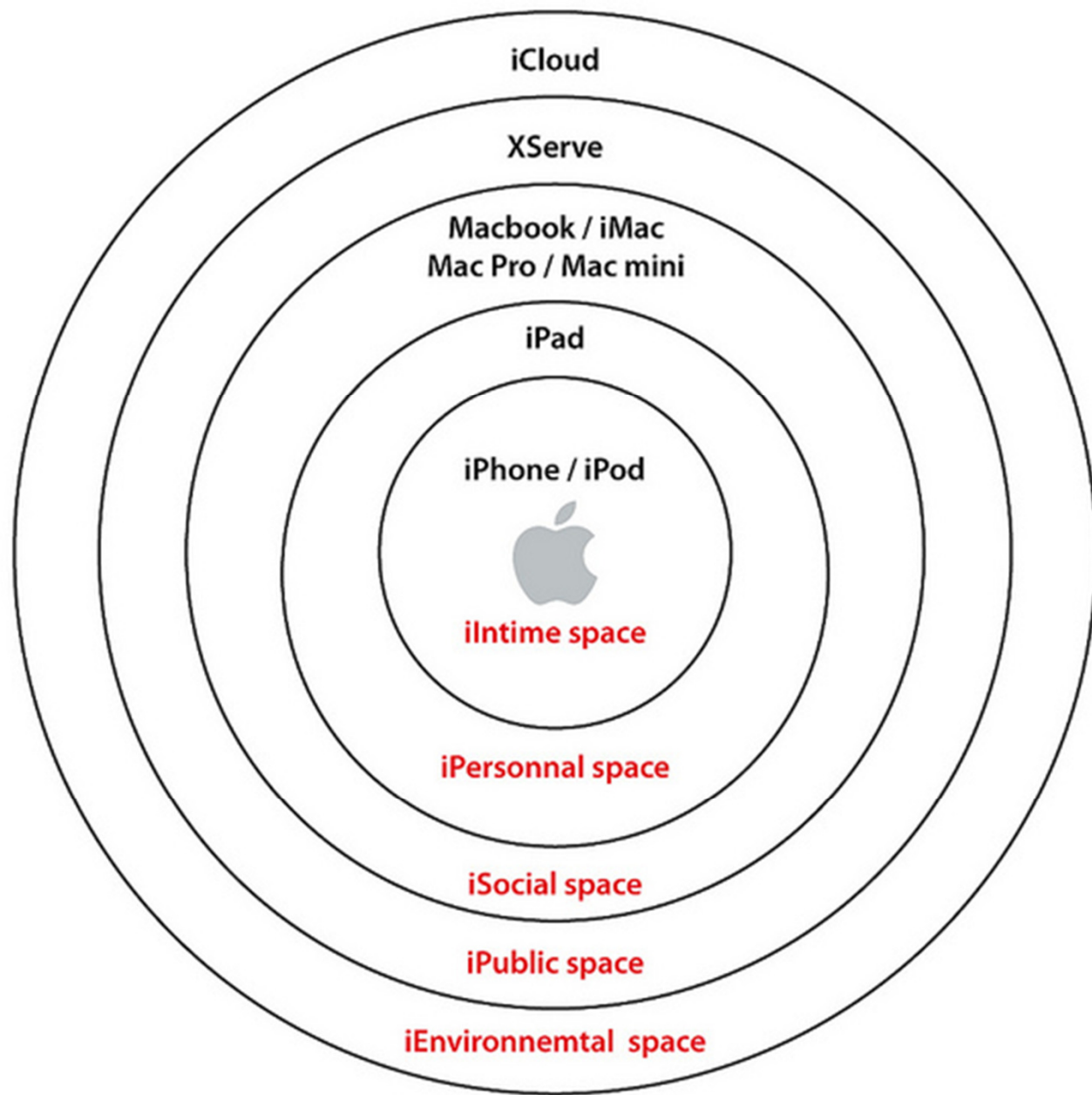
**Verbal  
No verbal**

(Albretch, 2007)



# ESPACIO FÍSICO





## Proxemics by Apple

# CONDUCTAS

VESTIMENTA

REGLAS Y NORMAS

COSTUMBRES

EXPECTATIVAS



# LENGUAJE

## VERBAL

- Utilización del singular o plural
- Utilización del posesivo o no
- Cambio de persona al hablar

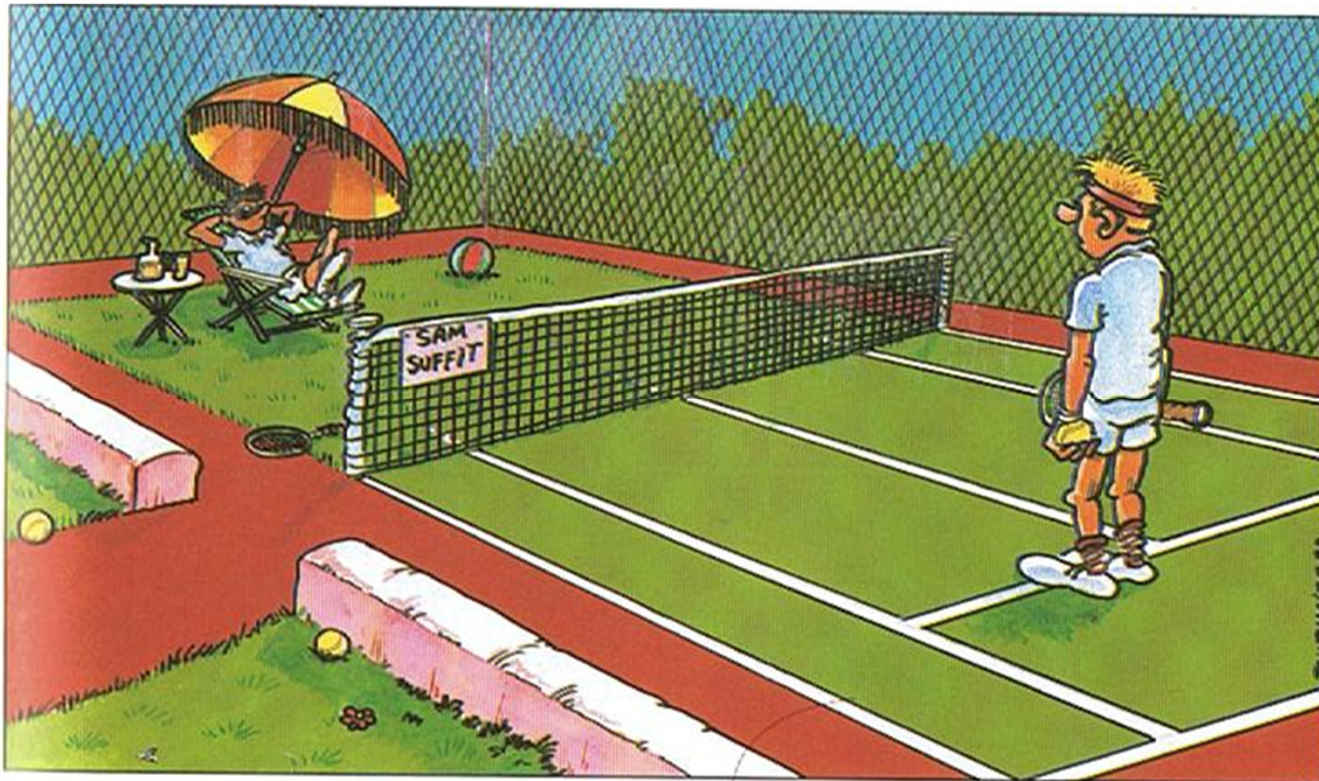
## NO VERBAL

- Diferencias entre culturas



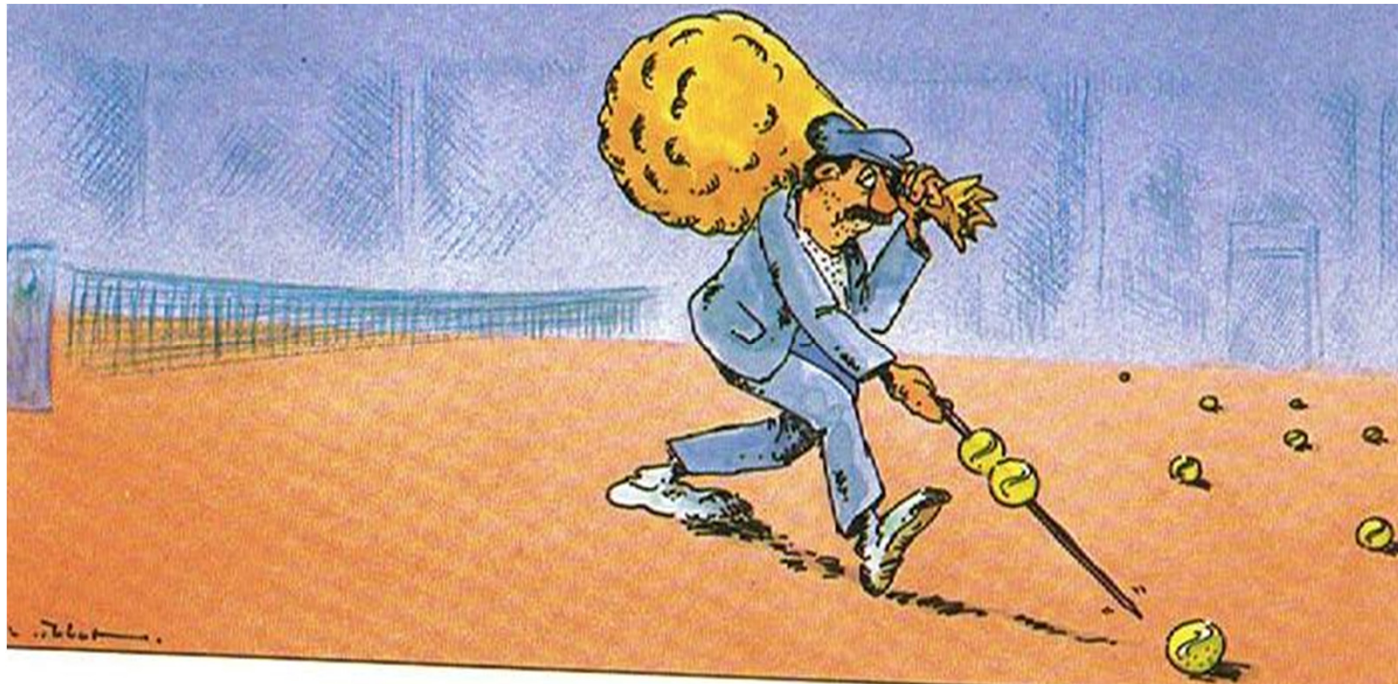
# PRESENCIA

- Apariencia física
- Talante - carisma
- Actitud
- Lenguaje corporal
- Ocupación del espacio



# APARIENCIA FÍSICA

- Porte
- Elemento físico que da y recibe respeto y atención
- Proporciona seguridad y eficacia



# CARISMA

## CONTRARIO A...

- Poca energía social
- Monocromo
- Monótono
- Inhibición
- Afecto plano
- Represión emocional

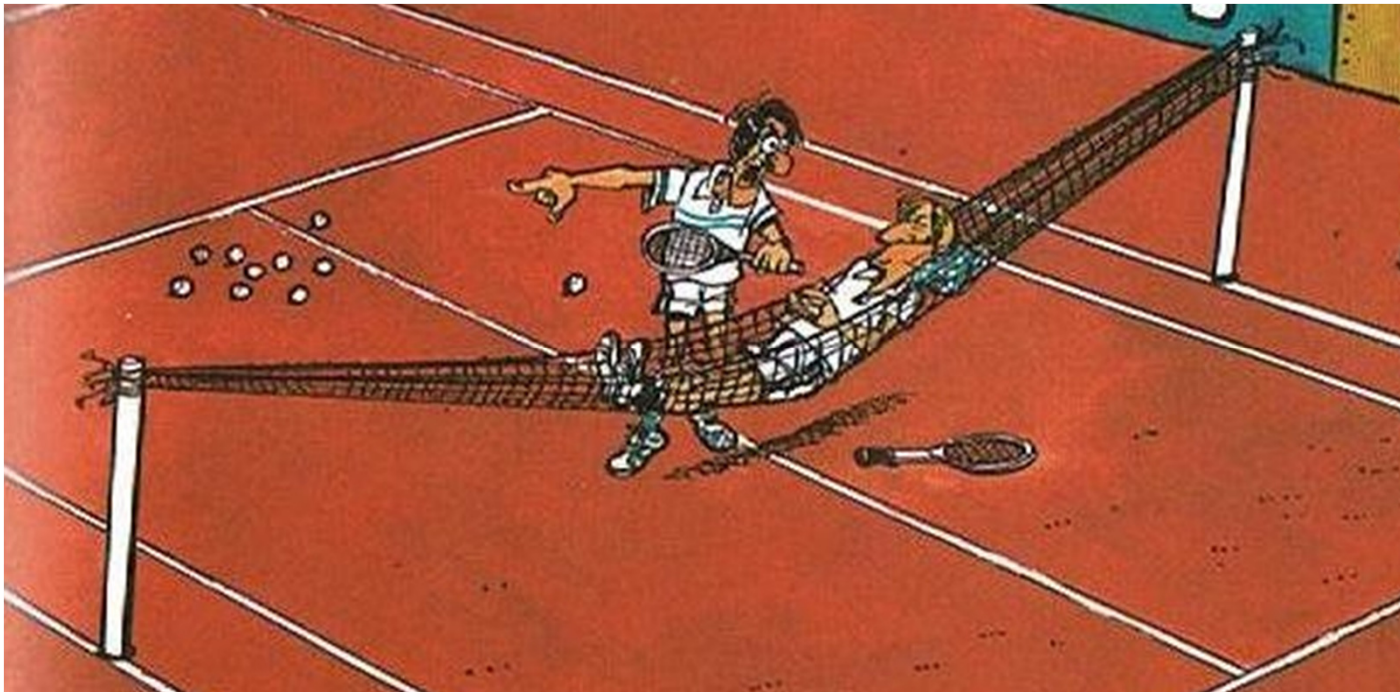
## TIPOS

- Oficial
- Artificial
- Ganado



# ACTITUD

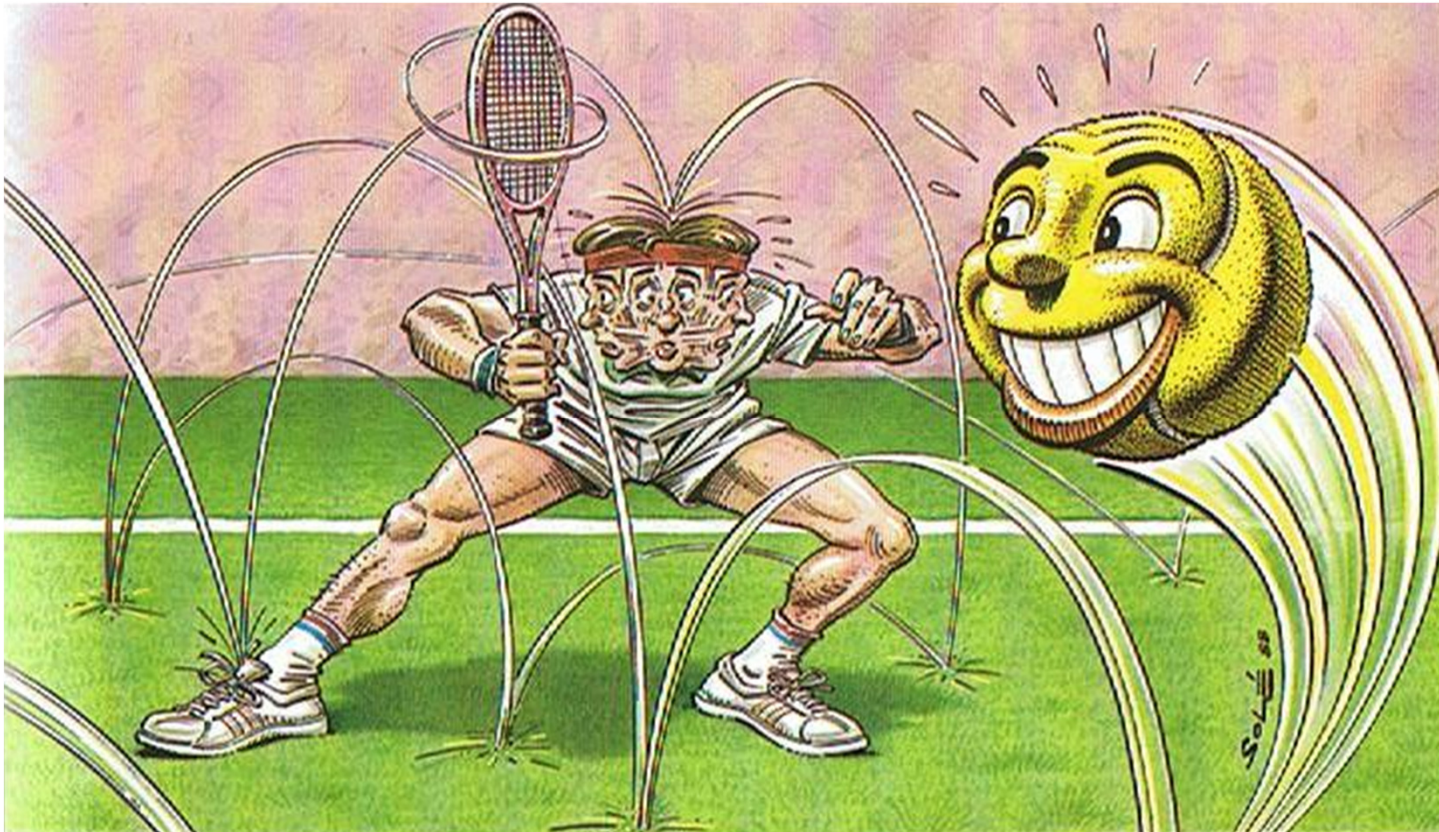
- Estado mental
- Talante emocional
- Estar disponible





# AUTENTICIDAD

- Valores personales
- Código de conducta
- Decisiones
- Empatía
- Compasión



# CLARIDAD

- Mejorar vocabulario
- Articular mejor pensamientos e intenciones
- Uso del silencio



Error	Descripción	Ejemplo
“Habla de rol”	Lenguaje excesivamente técnico	“El giro de cadera impide generar energía elástica”
“Etiquetado”	Categorizar formulando juicios de valor	“Este es un equipo de vagos”
“Opinionitis”	Juicios de valor extremos	“La única raqueta buena es...”
“Todología”	Exceso de generalización	“Todos los padres son un estorbo”
“Oología”	Expresiones: O.....o.....	“O te pones las pilas...o lo dejas”
“Debeología”	Consejos no deseados	“Deberías dejar el tenis de una vez”
“Dogmatismo”	Intolerancia con opiniones ajenas	“Hay que ser tonto para entrenar con él”
“Sarcasmo”	Crítica cáustica	“Eres más malo que Caín”

Error	Solución	Ejemplo
“Habla de rol”	Utilizar lenguaje asequible	“Empuja para tener más fuerza”
“Etiquetado”	Ser más específico	“Parece ser que este equipo en concreto....es”
“Opinionitis”	Formular Juicios en primera persona	“Creo que...” “No pienso que...”
“Todología”	Utilizar limitadores	“Algunos...” “Ciertos” ...” “Es posible”
“Oología”	Ofrecer más posibilidades	“¿Qué opinas?” “¿Cuáles son las opciones”
“Debeología”	Ofrecer sugerencias	“A lo mejor” “Quizá” “¿No crees?”
“Dogmatismo”	Mostrar comprensión	“Lo respeto pero...” “Sí, aunque”
“Sarcasmo”	Lenguaje neutral	“Tal vez” “Veo que”

# EMPATÍA

- Capacidad para considerar los sentimientos ajenos
- Identificarse con los demás
- Nivel adicional → conexión → invita a la gente a cooperar



# EMPATÍA

## Atención:

- Salir de la burbuja mental propia
- Escuchar activamente
- Tomar en serio e interesarse

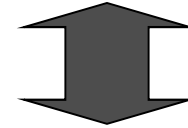
## Aprecio:

- Aceptar al otro como es
- Respeto mutuo a la persona y sus ideas
- Lenguaje limpio

## Afirmación:

- Amabilidad
- Capacidad
- Dignidad

**COMPORTAMIENTOS  
TÓXICOS**



**COMPORTAMIENTOS  
NUTRITIVOS**

ESCUCHAR

SINCRONIZAR

PREGUNTAR

PARAFRASEAR

# EMPATÍA

**“ACTÚA CON LOS DEMÁS  
COMO LOS DEMÁS  
PREFERIRÍAN QUE ACTUARAS  
CON ELLOS”**

# CUESTIONARIO

1= Muy poco, 2= Poco, 3= Regular, 4= Bastante, 5= Mucho

	1	2	3	4	5
¿Conecto con los demás con facilidad?					
¿Me gusta enseñar?					
¿Me gusta la gente?					
¿Me gusta el tenis?					
¿Creo que entiendo a los demás?					



# PUNTUACIONES

PUNTOS	CONSEJOS
20-25	Felicidades, procura mantener tu inteligencia social y emocional ... y mejorarla
11- 21	Tienes algunos aspectos buenos y otros que mejorar... lee libros, asiste a cursos y observa a los buenos comunicadores
0 - 10	Probablemente esto de la enseñanza del tenis no es lo tuyo...¿Estás seguro?

# CONCLUSIONES

- Si somos **COMPETENTES SOCIALMENTE** podremos relacionarnos mejor con:
  - Jugadores
  - Padres
  - Directivos
  - Entrenadores
  - Otros...

