

CONFERENCIA

Proceso de adaptación psicológica en futbolistas

Ps. Enrique Brito T.

AGRADECIMIENTOS

- CIDE Ecuador.
- Universidad de Guayaquil.
- Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación.
- Lcdo. Diego Valencia.

CONCEPTOS BÁSICOS...



Psicología
general



CIENCIA QUE ESTUDIA LA CONDUCTA Y LOS PROCESOS MENTALES DE LOS INDIVIDUOS, CUYO CAMPO DE ESTUDIO ABARCA TODOS LOS ASPECTOS DE LA EXPERIENCIA HUMANA.

Psicología
De la actividad física
y el deporte



ESPECIALIDAD DE LA PSICOLOGÍA CUYO OBJETO ES EL ESTUDIO DE COMO LOS FACTORES PSICOLÓGICOS AFECTAN AL DESEMPEÑO DEPORTIVO Y COMO LA PARTICIPACIÓN EN EL DEPORTE Y EL EJERCICIO INFLUYE EN EL DESARROLLO PSICOLÓGICO Y EL ESTADO FÍSICO.

LA PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA

- PREPARACIÓN FÍSICA
- PREPARACIÓN TÉCNICA
- PREPARACIÓN TÁCTICA
- PREPARACIÓN TEÓRICA
- PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

MÁXIMO DESEMPEÑO
DEL DEPORTISTA DURANTE
PREVIO A SU COMPETENCIA



Los beneficios psicológicos de la práctica del fútbol



- La práctica del fútbol, así como todos los deportes, es el espacio donde se pueden desarrollar **no sólo los aspectos físicos, técnicos, tácticos o coordinativos** muy característicos de una disciplina, sino que además, **ampliar y potenciar los vínculos sociales y afectivos**; lo que aporta en el desarrollo integral del sujeto que practica una actividad física de forma libre o reglamentada.



La adaptación

- Es un proceso natural por el cual un sujeto o varios, **varían sus patrones de conducta y pensamiento para ajustarse a nuevas reglas dominantes en un nuevo medio social de acción.**
- En este proceso, el individuo descarta sus habituales repertorios de respuesta que se constituían como base de su comportamiento y los reemplaza por otros que se adapten al nuevo ambiente.

Autorregulación

- De acuerdo con Bandura (1986), la autorregulación es una parte fundamental en la personalidad humana. Es por este motivo que sugiere tres pasos dentro de este proceso:
 - 1. Auto-observación.
 - 2. Juicio.
 - 3. Auto-respuesta.

Desarrollo sociocultural de Vigotsky

- Los aportes teóricos de Vigotsky dentro de este proceso investigativo complementan de manera significativa el trabajo desplegado, debido a que aborda **los métodos de enseñanza-aprendizaje** y teniendo en cuenta lógicamente los procesos de **adaptación social**.



INTRODUCCIÓN

- La presente investigación abarca un estudio acerca de las causas y consecuencias que trae consigo el ascenso de los jugadores de una categoría menor a una superior, además de cómo influyen las nuevas metodologías de entrenamiento que el cuerpo técnico dispone.



OBJETIVO DEL TRABAJO

- Definir los principales inconvenientes psicológicos que sufren los futbolistas de categorías menores cuando existe un cambio en el cuerpo Técnico.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar el grado afectación psicológica de los futbolistas de la categoría objeto de estudio en su proceso de adaptación frente al cambio del cuerpo técnico.
- Desarrollar los instrumentos que servirán para obtener la información necesaria que sirva para brindar un aporte significativo al grupo meta.
- Proponer un protocolo de ayuda PSICOLÓGICA inmediata al futbolista para una adaptación rápida y eficiente.

UNIVERSO Y MUESTRA

- Para ésta investigación; el universo son 20 personas que entrenan en la categoría sub-16.
- Por otra parte se obtuvo información relevante de los Entrenadores encargados de la formación de atletas. (2 DTs.)
- Es importante mencionar que se trabajó con la totalidad de los deportistas, por lo que no existe muestra de referencia.

Preguntas de investigación

- ¿Existe un elevado grado de afectación psicológica en los futbolistas en su proceso de adaptación al nuevo cuerpo técnico?
- ¿Son adecuados los instrumentos utilizados para recolectar información necesaria que sirva de aporte significativo en esta investigación?
- ¿Proponer un protocolo de asistencia inmediata dentro del aspecto psicológico, permite una rápida y eficiente adaptación de los deportistas al nuevo grupo de trabajo?

INSTRUMENTOS UTILIZADOS

GUÍA DE OBSERVACIÓN



DEPORTISTAS

ENCUESTA



DEPORTISTAS
CUERPO TÉCNICO

METODOLOGÍA

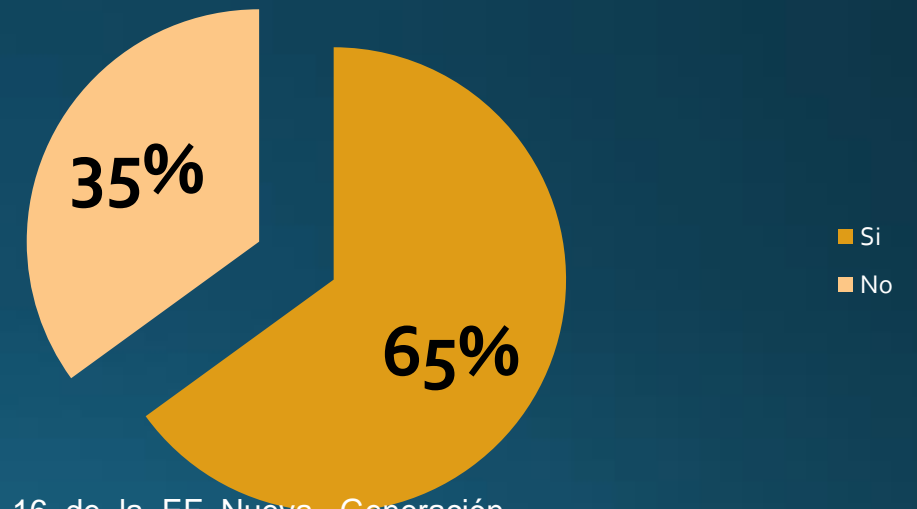


MÉTODO ANALÍTICO DEDUCTIVO
MÉTODO DESCRIPTIVO
MÉTODO DEDUCTIVO
MÉTODO EMPÍRICO

Encuesta a los jugadores

¿Se le hizo muy difícil adaptarse al método de enseñanza del nuevo entrenador y cuerpo técnico?

DESCRIPCION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	13	65%
No	7	35%
TOTAL	20	100%

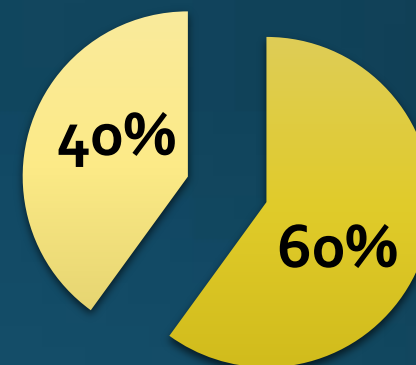


Análisis:

Los Datos recogidos de esta investigación de campo indico que el 65% de la plantilla sub 16 de la EF Nueva Generación les costó el adaptarse al pasar a otra categoría y al cambio de cuerpo técnico en el equipo, la parte restante que compone el 35% no sufrió de mayor problema para adaptarse. Como se había planteado al comienzo de la investigación el estar a las órdenes de un nuevo director técnico representa una carga emocional para el jugador por lo que se debe de esperar un tiempo prudencial para ver frutos en el jugador juvenil.

¿Existen Jugadores que sienten temor cuando el entrenador está haciendo algún tipo de corrección en la parte técnica o táctica?

DESCRIPCION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	12	60%
No	8	40%
TOTAL	20	100%



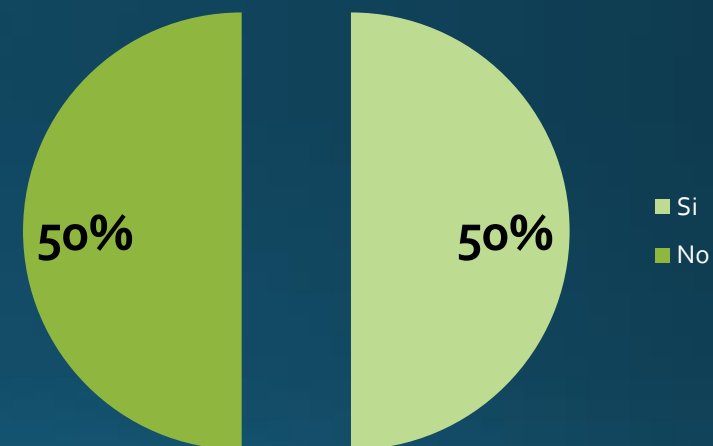
Análisis:

Los jugadores de la categoría sub 16 de la EF Nueva Generación en su mayoría comprendida por el 60% de los encuestados respondieron que si hay cierto temor por parte de los jugadores cuando el entrenador les corrige ciertas técnicas y tácticas según el estilo de juego, el 40% restante señalo no existir tal temor. El futbolista juvenil siempre quiere sorprender en el primer entrenamiento, da un 101% de esfuerzo con fin de lograrlo, pero muchas veces en su afán de hacerse observar termina fallando en pequeños detalles que a la hora de un partido oficial podría terminar costando puntos, el entrenador al corregir esto puede inyectar en el jugador juvenil cierto temor para realizar su futbol lo que podría marcar al futbolista mucho tiempo si no tiene una buena formación psicológica.

Encuesta a los Entrenadores

¿Cree que a los jugadores les cuesta adaptarse a un nuevo grupo técnico cuando han subido de categoría?

DESCRIPCION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	50%
No	1	50%
TOTAL	2	100%

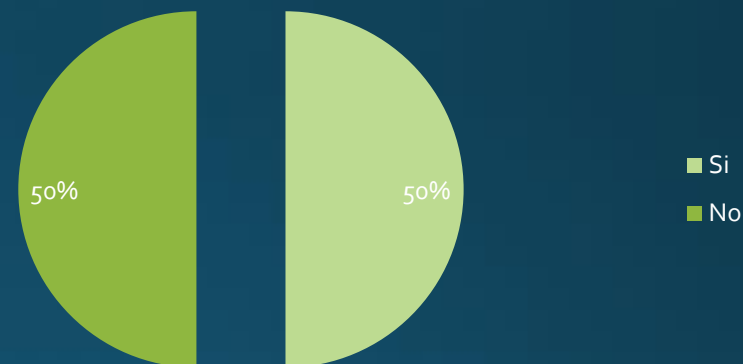


Análisis:

Según uno de los dos entrenadores que conforma el cuerpo técnico, manifiesta estar de acuerdo con que a los jugadores por lo general si les cuesta adaptarse a un nuevo cuerpo técnico al pasar de una categoría a otra, ya que es una nueva experiencia por vivir y destrezas por desarrollar. Sin bien es cierto el futbol se maneja con resultados y no con estética en el Ecuador hay joyas de directores técnicos que no son muy participantes cuando se da comienzo a un campeonato de futbol por lo que los pocos que están son esperados muy poco tiempo por sus equipos, lo que hace que la adaptación de un nuevo DT sea poco prolongada

¿Tiene actualmente problemas con sus jugadores?

DESCRIPCION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	50%
No	1	50%
TOTAL	2	100%

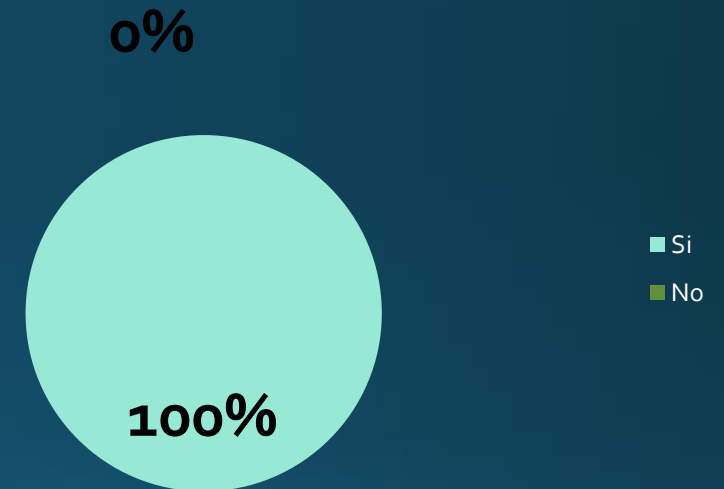


Análisis:

Mediante una de las preguntas realizada en la encuesta al cuerpo técnico se logra observar que el 50% de los entrenadores a quienes se le realizó esta investigación de campo tiene actualmente problemas con sus jugadores, esto muestra que varios de sus deportistas tienen problemas al adaptarse a su forma de enseñanza o estilo de entrenamiento, a diferencia del otro 50% quienes no poseen, es importante para el futbolista y para el club a nivel general una armonía en el camerino, la sensación de camaradería trae consigo una unión, la formación de un grupo de amigos que a su vez se conocen más y a través de todos esos puntos se crea el equipo.

¿Cree usted que su método de trabajo está mejorando el desarrollo futbolístico de sus jugadores?

DESCRIPCION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	100%
No	1	0%
TOTAL	2	100%



Análisis:

Los entrenadores manifiestan que están utilizando buenos métodos de trabajo para que sus jugadores logren destacarse de la mejor manera en los entrenamientos diarios y en futuras competencias, de esa manera obtener resultados positivos, más allá de aquello siempre habrá un espacio para mejorar. El usar los instrumentos adecuados para una práctica a la altura de la exigencia del equipo y además de encontrar mejores métodos que incentiven a la práctica, para una ayuda del Director técnico se le otorga una serie de métodos innovadores que tendrán una reacción positiva en el juvenil.

PROPUESTA

- Protocolo de asistencia psicológica para potenciar la adaptación frente al cambio del cuerpo técnico.
- **Objetivo general**
 - Potenciar la adaptación psicológica frente al cambio del cuerpo técnico en los atletas.
- **Objetivos específicos**
 - Disminuir la presión mental que surge por estar dentro del equipo principal durante las prácticas deportivas y las competencias programadas.
 - Promover la salud mental de los deportistas generando un ambiente de trabajo y entrenamiento agradable.
 - Mantener la motivación en los atletas para realizar deporte de forma permanente como un estilo de vida saludable.

CONCLUSIONES

- Se pudo identificar que muchos de los futbolistas con menor edad que la mayoría de sus compañeros de equipos, se ven afectados psicológicamente por el trato que sus nuevos compañeros le pueden dar.
- Los instrumentos aplicados en este trabajo lograron captar información de gran relevancia para la investigación; conociéndose que los adolescentes, venían de un proceso que dominaban y que incorporarse a un nuevo grupo, en varios casos les costaba un esfuerzo extra.

CONCLUSIONES

- Al ser ascendido a otra categoría superior, el jugador no deja de sentirse emocionado, pero a la vez al principio pasara por una serie de dudas y más que eso una constante interrogante de cómo tendrá que actuar frente a jugadores mayores que él.
- El entrenador influye de forma directa en el proceso de adaptación del deportista; y dependerá de las relaciones interpersonales que manejen, el avance o retroceso de los futbolistas. El jugador se motiva por el simple hecho de ser observado por el entrenador; éste, se da cuenta de las capacidades, el talento que posee y el aporte que representa para el equipo.

RECOMENDACIONES

- Es recomendable para el jugador, mantener la calma frente al ascenso a otra categoría superior, mantener la humildad a pesar de la brillantez que representa ser ascendido de una categoría menor a una mayor, manteniendo una correcta disciplina frente al entrenador que está a su cargo.
- El Director Técnico debería fomentar un dialogo abierto con el jugador ascendido, dándole la información respectiva sobre su metodología de trabajo, sobre que necesita del jugador, la presentación oficial a sus nuevos compañeros y todo lo concerniente a una integración para con el nuevo jugador de esta manera el jugador, tendrá una buena expectativa de su estadía en la categoría mayor.

RECOMENDACIONES

- El entrenador debe mantener la paciencia al comienzo de los entrenamientos o en distintos juegos, sean amistosos u oficiales, recordando que los procesos de adaptación varían de sujeto a sujeto.
- Se vuelve importante hacer los ajustes necesarios dentro del equipo de trabajo (deportistas), no sólo de manera grupal, sino individual, manteniendo coherencia entre lo que se dice y lo que se hace.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alippi, P.E. (2008) Fútbol infantil. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, N° 118. <http://www.efdeportes.com/efd118/futbol-infantil.htm>
- Brito E. (2014) La mediación de conflictos para potenciar las relaciones interpersonales y el rendimiento deportivo. <http://www.efdeportes.com/efd195/la-mediacion-de-conflictos-federacion-deportiva.htm>
- Echeverría Moraga, N.E. (2009) El juego en el fútbol infantil. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, N° 135. <http://www.efdeportes.com/efd135/el-juego-en-el-futbol-infantil.htm>
- Farias, L.A. y Ruiz, N.D. (2010) Revalorizar la enseñanza del fútbol infantil. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, N° 144. <http://www.efdeportes.com/efd144/revalorizar-la-ensenanza-del-futbol-infantil.htm>
- Herrera, M. (2011) Beneficios psicológicos de la práctica de fútbol base. <http://www.efdeportes.com/efd161/beneficios-psicologicos-del-futbol-base.htm>



**MUCHAS
GRACIAS
POR SU
ATENCIÓN**