



Facultad de Psicología

Trabajo integrador final

Título: Enciende tu llama interior

Modalidad de presentación: Propuesta de intervención en el campo profesional.

Autora: Keila Macarena Martins

Legajo: M-5391/1

DNI: 37797436

Docente responsable: Guillermo Cavagnaro

Año: 2022

Agradecimientos:

A la Facultad de Psicología perteneciente a la Universidad Nacional de Rosario por haberme brindado la posibilidad de estudiar en una facultad pública, gratuita y de calidad.

A mi tutor, Guillermo Cavagnaro, psicólogo y docente de la Facultad, quien siempre ha estado a disposición y quien me ha brindado sus conocimientos. Gracias por tu dedicación y sabiduría.

A Miguel Ángel Gómez, docente del Espacio TIF, quien me ha brindado siempre su tiempo y dedicación.

A mis padres, quienes están a mi lado en todo momento. Hoy concluyo mis estudios de grado y se los dedico a ustedes, como una meta más conquistada. A mí pareja, Sebastián, quien me acompaña y apoya en todas mis decisiones. Te amo.

Índice pág. Agradecimientos 2 Resumen 4 Descripción y justificación de la propuesta 5
Descripción del grupo destinatario 5 Objetivos 5 Fundamentación teórica de la propuesta
6
Desarrollo cognitivo 6 Deportes y aspectos cognitivos 8 Motivación y deporte 9 Padres
virtuosos/padres patológicos 10 El rol del entrenador 11 Diferencias entre juego y
competencia 11 La función del psicólogo del deporte 12 Acciones que se implementarán
13 Cronograma de trabajo 14 Evaluación 15 Conclusiones 16 Bibliografía 18

Resumen

El presente trabajo integrador final tiene como modalidad una Propuesta de Intervención en el campo profesional de la Psicología deportiva.

Esta propuesta de intervención se realiza en el club Morning Star, con 21 niños entre 9 y 11 años. Esta institución nació en el año 1942 y desde entonces se ha tenido que ir desplazando por la ciudad ya que nunca contó con un predio propio. Actualmente practican fútbol alrededor de 500 chicos y adultos.

A partir del trabajo de la observación directa y las entrevistas a los entrenadores, se ha podido inferir el propósito del presente trabajo: ejecutar diversas acciones con el fin de brindar herramientas para el desarrollo de las capacidades motivacionales.

Al respecto, se debe interrogar cuáles son las causas que hacen que los niños estén motivados y continúen la práctica, o por el contrario que pierdan la motivación e interrumpen el deporte.

En primer lugar se realiza una descripción del grupo destinatario de este trabajo. En segundo lugar se desarrollan teóricamente conceptos que son fundamentales tanto para la justificación del proyecto como para una futura intervención. En tercer lugar se describe la importancia del rol del psicólogo en este campo ya que es un área donde queda mucho por desarrollar.

Se implementarán talleres psicoeducativos con niños, capacitaciones para los entrenadores y actividades lúdicas en los entrenamientos.

La instrumentación que permitirá recoger información, previo y durante la intervención es: la observación directa, las entrevistas a los entrenadores y cuestionario a los niños.

Palabras claves: prevención- niños- motivación- agresión

*En el presente trabajo se emplean los términos generales “entrenadores”, “psicólogos”, “padres”, etc., con los que se refiere indistintamente a entrenadores y entrenadoras, padres y madres, psicólogos y psicólogas, etc., siempre que no se indique lo contrario. Hemos tomado esta decisión con el fin de facilitar la lectura del texto, sin pretender con ello utilizar un lenguaje inclusivo.

4

Descripción y justificación de la propuesta

En este trabajo integrador final, consiste en una propuesta de intervención que se nombra “enciende tu llama interior”. En tal sentido, se llevarán a cabo talleres psicoeducativos dirigidos a los niños y capacitaciones dirigidas a los entrenadores.

En un primer momento se realizarán algunos encuentros con los entrenadores con el fin de que adquieran y profundicen saberes sobre el juego, la motivación, etc. Los encuentros son insumos y analizadores que le permitirán al profesional de la intervención descubrir y descifrar con qué elementos, estrategias y técnicas logran potenciar la

motivación en los niños.

Las capacitaciones les brindarán herramientas para que mejoren la comunicación y los entrenamientos.

Luego se realizarán los talleres con los niños donde se trabajarán los conceptos de motivación, presión, juego, competencia, compañerismo, etc.

En paralelo, en los entrenamientos se llevarán a cabo diversas actividades con características:

- Lúdicas.
- Ejercicios con buenos niveles de activación en el entrenamiento.
- Entrenamientos con contenidos específicos sobre el juego.

El conjunto de actividades permitirá analizar los posibles alcances de la motivación en la práctica de fútbol de estos 21 niños.

Descripción del grupo destinatario

El grupo destinatario de la propuesta de intervención son 21 niños entre 9 y 11 años y sus entrenadores en el club "Morning Star".

Lo que convocó a la autora del trabajo a realizar esta propuesta en el club es que se trata de un club "de barrio", amateur, el cual no cuenta con una cobertura profesional para integrar ese equipo de trabajo.

Hasta que el club se instala en la calle Bordabehere pasó por muchos campos deportivos, ya que no contaban con un lugar propio, lo que provocó inconvenientes y desalojos en las canchas que alquilaban o que les prestaban.

Actualmente Morning sigue luchando para que le cedan los terrenos en la calle Bordabehere al 4200, que desde hace tantos años utiliza para un fin tan loable como es la práctica activa del deporte.

Este club solamente se dedica a la formación de jugadores de fútbol y donde asisten alrededor de 500 chicos, desde las categorías infantiles hasta la primera división. A lo largo de la historia, este club vio pasar grandes jugadores como José Yudica, Ricardo "el Negro" Palma, Daniel Carnevali, etc.

Una de las características importantes del club es el sentido de pertenencia que quiere generar y transmitir a sus jugadores.

Objetivos

Objetivo general:

- Ejecutar diversas acciones con el fin de brindar herramientas para el desarrollo de las capacidades motivacionales.

Objetivos específicos:

- Planificar capacitaciones con entrenadores donde adquieran conocimientos sobre el juego, rendimiento, competencia, motivación, presión, acompañamiento, agresión.

- Realizar talleres psicoeducativos con los niños en donde adquieran conocimientos sobre los conceptos: juego, rendimiento, competencia, motivación, compañerismo, solidaridad, agresión.

- Implementar actividades lúdicas como:

- rotación de los ejercicios en los diversos momentos del entrenamiento. - utilización de elementos externos (ejemplo: conos, pelotas de diversos tamaños, etc.). - Participación y colaboración en el entrenamiento con los entrenadores. .

Fundamentación teórica de la propuesta

Desarrollo cognitivo

Comenzando con el desarrollo del trabajo, se aborda como primer autor fundamental a Jean Piaget (1964), el cual tiene como objeto de estudio el conocimiento. El desarrollo psíquico del sujeto tiene como objetivo último lograr el equilibrio. Este proceso comienza cuando el niño nace, donde existe una gran inestabilidad respecto de los procesos del pensar, entendido como el hecho singular en el que cada uno se explica, se forma y se funda a sí mismo.

El pensamiento se va construyendo en el intercambio cotidiano con el medio y se va consolidando a lo largo de la existencia individual en el marco de la existencia colectiva, es un enlace de afectividad, conocimiento y acción (Jara, 2012).

Algunos ejemplos de inestabilidad son: moverse, hablar, agarrar algún objeto, etc. y con poco o nulo control sobre las emociones. Está entendida como una vivencia que tiene rostro, es parte de un programa neurobiológico, no se aprenden y tienen su naturaleza desde hace más de 4 millones de años, además, tienen fuerte repercusión en el cuerpo, ya sea taquicardia, transpiración, etc. y su duración es corta.

Las emociones básicas son: miedo, ira, asco, alegría, sorpresa y tristeza (López Rosetti, 2019). Un ejemplo del poco control de las emociones del bebé es pasar de la risa al llanto en cuestión de segundos, tristeza si su madre no está cerca, etc.

Este estado de inestabilidad finaliza en la adultez con la sistematización del pensamiento y con un mayor control de las emociones.

Este trabajo hará foco en la etapa operacional que abarca, desde los 7 años hasta los 12. Durante este periodo, en las relaciones del sujeto con otros, con el ambiente, comienza a desarrollarse una moral de cooperación entre unos y otros y una autonomía personal, comienza a desarrollarse el pensamiento lógico. Es decir, un pensamiento regido por reglas, además, los niños pueden intercambiar ideas, comienzan a comprender los puntos de vista ajenos para poder llegar a acuerdos con otros o con él mismo.

Los niños en esta etapa, a partir del pensamiento lógico, piensan antes de actuar, pueden justificar lo que dicen o piensan y así continúa el desarrollo psíquico. Un ejemplo de comportamiento colectivo es el juego con reglas.

Las reglas están definidas y fijadas externamente y permiten que el niño se adapte paulatinamente en el ámbito social con otros.

Estas van más allá de los propios niños que juegan, las tienen que acatar para que se lleve a cabo el juego.

Se puede llevar este concepto al terreno del deporte, por ejemplo, en el fútbol, si algún jugador comete una falta dentro del área, es penal y sobre ello no se discute, ya que es una regla general de ese deporte, de lo contrario, si un jugador rompe una regla, se genera dentro del grupo y dentro del niño un conflicto.

Durante esta etapa el desarrollo cognoscitivo les permite a los niños formar conceptos más complejos de sí mismos y mejorar la comprensión y el control de sus emociones.

Antes de esta etapa los niños tienen dificultades para conectar las diversas dimensiones del yo. A partir de los 7 u 8 años los juicios acerca del yo se vuelven realistas, conscientes, equilibrados y generales a medida que van formando sistemas representacionales (Tobias, 2022).

En conjunto con estos desarrollos, comienzan a desenvolverse valores morales, culturales, como el respeto mutuo. Uno de estos es la honestidad, que llevada al campo del juego, se puede ejemplificar en que los niños que están jugando no sólo acatan las

reglas, sino que pueden adoptar nuevas, si es de común acuerdo, mediante discusión previa.

Los niños jugarán de manera honesta porque establecieron un acuerdo entre

todos. Por ejemplo, antes de comenzar un entrenamiento, el entrenador puede poner como regla que antes de convertir un gol los jugadores deben dar tres pases, o una vez que se convierte un gol se debe cambiar de arquero.

Este marco teórico, formulado por Piaget, es fundamental para la construcción subjetiva de los niños en los procesos de desarrollo. Por lo que demuestra que es elemental como base epistemológica para la escritura del presente trabajo.

Posteriormente, desde la teoría cognitiva, el desarrollo cognitivo es estudiado y teorizado por Judith Beck.

Desde esta perspectiva lo que se plantea es que el conocimiento se va construyendo a partir de creencias centrales, creencias intermedias y pensamientos automáticos que tienen influencia sobre las emociones y la conducta (Beck, 1993)

Los pensamientos automáticos son ciertos pensamientos que transitan por la mente de una persona en una situación dada y que se manifiestan en forma verbal o en imágenes.

Constituyen un flujo de pensamientos en una experiencia, suelen ser breves y fugaces y aparecen de forma espontánea en la mente, por lo que muchas veces los sujetos no son conscientes de estos pensamientos. Estos son consecuencia de las creencias centrales.

Contrariamente, las emociones que surgen en un momento o situación determinada sí suelen ser susceptibles de consciencia.

Los problemas que se presentan en las personas tienen conexión con ciertos pensamientos y se pueden asociar a determinadas emociones que tienen un contenido y un significado particular dependiendo de los sujetos.

Estos pensamientos una vez identificados pueden ser modificados fácilmente y con ello se modifica la emoción a la cual se asocia ese pensamiento. Las creencias intermedias están constituidas por reglas, presunciones y actitudes que pueden ser positivas o negativas.

Estas no son tan fácilmente modificables como los pensamientos automáticos, pero son más moldeables que las creencias centrales, ya que se encuentran entre ambos (Beck, 1993).

Estas creencias influyen en el modo de ver una situación, y esa visión a su vez influye el cómo piensa, siente y se comporta un sujeto.

Las creencias centrales, las más difíciles de modificar, las más profundas y fundamentales, son ideas que están arraigadas y que dominan al sujeto, porque son tomadas como absolutas e incuestionables.

Hay ideas que muchas veces son equívocas, sin embargo, el sujeto las sostiene como inquebrantables, distorsionando o no reconociendo información que refuta esa idea, ya que es rígida.

Estas ideas centrales están a nivel del inconsciente y el sujeto las asocia a sí mismo.

Este sistema de creencias son las sucesivas identificaciones que van construyendo el psiquismo de los sujetos, desde la niñez, a partir de las experiencias que el sujeto tiene, con padres, con otros miembros de su familia, luego con maestros, entrenadores, etc.

Este conjunto va construyendo patrones cognitivos estables, que son la base de las interpretaciones que hace un sujeto acerca de un determinado conjunto de situaciones. Estas experiencias son las que forman este sistema de creencias, conformado por ideas, muchas veces "disfuncionales" o "desaprendidas" (Beck, 1964). Las ideas "disfuncionales" son alteraciones en el procesamiento de la información que llevan al sujeto a sacar conclusiones arbitrarias.

Las figuras externas, como padres, entrenadores, etc. son de referencia para el desarrollo cognitivo del niño y para la construcción de un sistema de creencias, funcional o disfuncional.

Si estas figuras motivan, el niño será más propenso a construir creencias centrales, intermedias y pensamientos automáticos, asociados a una emoción de manera positiva.

Por ejemplo, si el niño juega de arquero comenzará a desarrollar confianza en sí mismo a partir de la motivación externa, que le permitirá sentirse seguro y que está haciendo las cosas bien. Esto se puede asociar a emociones positivas y, entre otros factores, construirá un sistema de creencias funcional respecto a la satisfacción y a la autoconfianza ligadas al deporte.

Contrariamente, si estas figuras externas (padres, abuelos, entre otros) generan presión, desmotivación o desconfianza en el niño, éste tendrá una tendencia mayor a desarrollar un sistema de creencias disfuncional, ya que sus creencias centrales, intermedias y pensamientos automáticos negativos, se asocian a emociones de igual característica.

Por ejemplo, si el niño juega de arquero y las figuras externas presionan, este comenzará a sentirse cada vez más inseguro, asociado al miedo o a la desconfianza y sumado a otros factores, construirá un sistema de creencias disfuncionales.

Luego de haber realizado este recorrido teórico, en donde el conocimiento y las emociones se entrelazan, en el próximo apartado se desarrollarán estos aspectos relacionados con la práctica deportiva.

Deportes y aspectos cognitivos

Una de las autoras principales que desarrolla la relación entre deportes y aspectos cognitivos es Isabel Balaguer (2002).

Plantea un conjunto de temáticas en las cuales hace hincapié, entre ellas aspectos psicológicos que están implicados en la transición del juego a la competencia deportiva, siendo el objetivo la continuidad de los niños en la práctica del deporte.

Desde la teoría cognitiva, existe un concepto denominado perspectiva de meta que hace referencia a que los niños intentan demostrar que son idóneos en el deporte que practican.

En esta teoría existen dos perspectivas de meta independientes, denominadas orientación al ego, en la cual los sujetos juzgan si son competentes o no, comparándose con otros y las acciones que ejecutan buscan situaciones en las que exista una comparación social, por ejemplo, la competición deportiva.

Por otro lado existen los sujetos orientados a la tarea, los cuales juzgan su grado de capacidad basándose en un proceso de comparación con ellos mismos. Ambas perspectivas muestran el criterio por el que los niños definen subjetivamente su orientación al ego o a la tarea, y esto puede condicionar en un futuro sus expectativas de éxito o de fracaso en los contextos de logro.

Estas perspectivas se pueden aplicar al terreno del fútbol, donde el niño orientado al ego sólo se verá motivado si es mejor que su compañero, por ejemplo, si hace un gol y sus pares no, o si él siente y cree que le han ganado al rival gracias a que él jugó.

Para los niños orientados al ego, el éxito y el fracaso estarán dirigidos al resultado del entrenamiento o de la competencia, es decir, de acuerdo a la victoria o a la derrota. En cambio, en aquellos niños que en su entorno existe una preocupación por aspectos como el esfuerzo, la mejora personal del niño, etc., aumentan las posibilidades de que este se implique en la orientación hacia la tarea.

El éxito y el fracaso estarán orientados de acuerdo al entretenimiento, la diversión, la autosuperación y el entrenamiento. Este último se debe adecuar a la edad con de los chicos que se estén entrenando ya que la exigencia debe ser proporcional a la etapa del desarrollo de estos.

En función de la perspectiva de meta que adopten los niños se comprometerán más con la práctica deportiva ya que su participación será entusiasta, solidaria con los

8

otros, dedicada y con esfuerzo. En cambio, si la práctica deportiva no es de excelencia, tenderán a desvincularse de esta.

Tanto la perspectiva de meta como la de ego son construcciones psicológicas complementarias. Se van desarrollando a medida que el niño se desenvuelve en el ámbito deportivo que ha elegido y según su personalidad, y cada una de las perspectivas va a ir tomando más preponderancia sobre la otra, sin que ello signifique la no complementariedad de ambas.

Otro de los conceptos mencionados anteriormente que merece ser desarrollado, es el de motivación y su relación con el deporte.

Motivación y deporte

En primer lugar, se definirá y caracterizará la motivación para luego ponerla en relación con el deporte.

Francese Palmero (2005) define a la motivación como:

Un proceso básico relacionado con la consecución de objetivos que tienen que ver con el mantenimiento o la mejora de la vida de un organismo. El proceso se inicia con la presencia de algún estímulo o situación interna o externa que desencadena en el individuo la necesidad o el deseo de llevar a cabo una conducta para conseguir el objeto implicado en la situación. (p. 25)

Se distinguen dos tipos de motivación en función de donde se procesa el estímulo: motivación intrínseca o motivación extrínseca.

Toda motivación conlleva el deseo de satisfacer una necesidad que se exterioriza en acción, se les debe presentar a los niños ciertos estímulos externos, que sean lo suficientemente atractivos y desafiantes para que se pongan en acción. Se supone que un niño que juega al fútbol se inicia en este deporte porque siente alguna motivación, obtiene algún reconocimiento social o porque juegan con los amigos, entre otros.

Además, la motivación está afectada y condicionada por los procesos cognitivos y por las acciones motoras, siendo necesario que haya una actividad cognitiva y una conductual para alcanzar una meta (Weis, 2012).

Como ya se ha expresado, la motivación puede ser extrínseca y/o intrínseca. La primera son aquellos premios, recompensas, incentivos o la evitación de un castigo que provienen desde el medio ambiente. Por ejemplo, el padre le dice al niño que, si hace un gol, le comprará la camiseta que le gusta o que si va todos los días de la semana a entrenar podrá pedir la comida que quiera.

La motivación intrínseca puede ser elevada o baja, es decir, el niño puede estar altamente motivado, ir a los entrenamientos por el simple hecho de jugar o tener poca motivación, como pasa en muchos de los niños con los cuales se llevará a cabo este trabajo.

La motivación intrínseca es fundamental, necesaria y vital para que los niños se comprometan y se unan al deporte, ya que es un determinante del comportamiento humano, y se trata de un mecanismo psicológico que gobierna la dirección, intensidad y persistencia de la conducta.

La motivación intrínseca cobra un rol importante para el mantenimiento de los sujetos en el deporte. Es por esto que se establecen estrategias de motivación efectivas. Con estrategia motivacional se hace referencia a la implementación de acciones, en un

lapso determinado, con una cantidad de participantes, que permiten desarrollar la motivación intrínseca de estos. Estas están orientadas desde la Psicología cognitiva conductual.

Uno de los elementos que motiva o no al niño a practicar un deporte es el clima motivacional, el cual es entendido como un conjunto de señales implícitas, y/o explícitas percibidas desde el entorno, las cuales pueden motivar o por el contrario presionar a los niños.

Está compuesto primariamente por los entrenadores, padres y por la institución. Como consecuencia de esto el rendimiento del deportista aumentará o disminuirá. Es una

9

pieza fundamental para que los niños practiquen el deporte de acuerdo con la orientación de meta que tengan.

Si la meta está dirigida al ego, el niño se desarrollará en el deporte con la misma orientación, es decir, su único objetivo será obtener un resultado positivo en las competencias o compararse con sus compañeros.

Y si la meta está dirigida hacia la tarea, el desempeño del niño estará orientado hacia el placer y el ejercicio en sí mismo.

Por lo expuesto, es necesario caracterizar más específicamente algunos tipos de padres que se encuentran en los deportes y el rol de los entrenadores. Estos últimos, al igual que los padres, cumplen una función protagonista en la formación de futuros deportistas y sujetos.

Padres virtuosos/padres patológicos

Se puede afirmar que es indudable la importancia que tienen los padres en el desarrollo cognitivo de los niños. Para ello se debe tener en cuenta varios factores que influyen en la vida cotidiana del niño, entre ellos el factor deportivo.

La relación entre padres e hijos es fundamental para potenciar la formación deportiva o por el contrario, para fomentar el abandono o para que el niño comience a sentir desinterés por el deporte.

Los padres cumplen un rol esencial en la construcción del sistema de creencias de los niños.

La transmisión de valores y una buena educación de los niños que practican deporte por parte de los adultos conforman el entorno propicio para la práctica deportiva, algo que a veces no se puede lograr porque estos no orientan a los niños de manera eficaz.

A continuación se van a desplegar algunos tipos de padres de manera general. Las investigaciones permiten describir que la tipología de padres es tan amplia como adjetivos que se les podrían dar a los comportamientos que derivan de su actuación en la práctica deportiva de sus hijos.

Roffè (2008), plantea 3 tipos de padres de manera general, dentro de la amplia gama que se encuentran en la realidad:

1. Padres indiferentes (falta de interés).
2. Padres equilibrados (los ideales).
3. Padres sobreprotectores.
 - 1) Los primeros son padres que no se preocupan por sus hijos, que no saben cuándo juegan, cuando entrenan, etc. No como una estrategia para no presionarlos, sino simplemente porque no les interesa o porque están preocupados por sus asuntos personales.
 - 2) Los padres equilibrados se preocupan de manera adecuada, no preguntan por el rendimiento de sus hijos o por el resultado del partido. No van a todos sus entrenamientos y partidos, asisten cada tanto.

Son padres que les interesa ver a sus hijos disfrutar, verlos felices, no les interesa el rendimiento o el resultado, sólo preguntan a su hijo si la pasó bien. Son padres que saben contener y a este tipo de padres es al que se debe aspirar.

- 3) Los padres sobreprotectores evitan a sus hijos cualquier situación desagradable, difícil, y a veces, incluso resuelven por sus hijos los problemas. No quieren que sus hijos se frustren y si llegan a cometer algún error, los protegen o justifican.

Se encuentra un cuarto tipo de padre, al que se lo podría denominar “padre cruel o vociferante”. Son los que presionan y exigen, los que van a todos los entrenamientos, partidos y están enfocados solamente en que su hijo tenga un buen rendimiento y en que el equipo de su hijo gane todos los partidos.

10

La familia es un agente con mucha capacidad de generar influencia en la socialización de los niños deportistas. Es la familia el círculo donde los niños aprenden las principales habilidades para afrontar las demandas de la vida deportiva.

Los padres o entorno familiar son una fuente de apoyo incondicional a veces y en otras son fuente de presión y exigencia.

“En ocasiones ocurre que, con la mejor intención y sin ser conscientes de ello, la familia es una fuente de estrés añadido para los jugadores, inmersos en un clima o entorno ya competitivo de por sí...” (Roffé, 2021, p. 29).

Como se mencionó anteriormente, el entrenador también es una pieza fundamental para el desarrollo deportivo y subjetivo de un niño. Es por esto que se va exponer de manera más exhaustiva el rol de este en el siguiente apartado.

El rol del entrenador

La participación deportiva no conforma por sí sola el bienestar psicológico, sino más bien que es la calidad de la práctica deportiva lo que hace al bienestar de los niños. Esto se ve favorecido, además, por agentes ambientes como los entrenadores, que hacen que la calidad deportiva sea mejor o peor.

Los entrenadores pueden ser figuras de autoridad que crean ambientes facilitadores de autonomía en los niños deportistas, favoreciendo el clima en los entrenamientos y la relación con otros, esto repercute en un mayor bienestar en los niños.

Los entrenadores promueven la autonomía en los niños en el momento en que los animan a tener iniciativa y que los valoran cuando estos toman sus propias decisiones. Los entrenadores deben interactuar con sus deportistas apoyando su autonomía, estimulándolos a que participen en las decisiones que se toman en el equipo, explicando la importancia que tienen las tareas o los ejercicios que realizan. No enfatizar las críticas, y sí reconocer las emociones en sus deportistas, pudiendo actuar en el momento adecuado si alguna de ellas es negativa y es esperable que los apoyen y valoren dentro del equipo.

Existe una estrecha relación entre el clima motivacional y la cohesión del equipo. Si el clima motivacional se orienta a la tarea, la relación entre el equipo y su entrenador será positiva, en cambio, si se orienta hacia el ego, la relación entre el equipo y su entrenador será negativa, ya que el único objetivo será ganar y ser mejor que el otro, sin importar el placer por la práctica deportiva.

El desarrollo del entrenador como líder formal, puede mejorar aún más la unión entre este y el equipo, puede generar en los niños un conjunto de comportamientos que influyan en las relaciones que se establezcan con el grupo.

Por el contrario, un mal desempeño del líder puede provocar insatisfacción en los niños y esto puede llevar a un mal clima motivacional.

A partir de lo desarrollado acerca del rol de los padres y de los entrenadores, resulta pertinente explayarse sobre la diferencia entre juego y competencia. Diversos aspectos, como el rendimiento, las motivaciones y las problemáticas, que fueron mencionados anteriormente, se deben investigar de diferente manera de acuerdo a la edad de los sujetos que practican deporte. En las edades abordadas en este trabajo el resultado aún no se debe tener en cuenta, porque se trata de un juego y no de una competencia.

Es por esto que en siguiente apartado se desarrollarán los conceptos de juego y competencia.

Diferencias entre juego y competencia

En la actualidad el deporte infantil está dirigido hacia la competencia y esta situación es generada por los adultos.

La Real Academia Española (2021) define la competencia como “la rivalidad entre dos o más personas que aspiran a obtener la misma cosa”

11

Los niños con los que se está trabajando, que tienen entre 9 y 11 años, aún no están preparados para la competencia. Ellos tan sólo están interesados en jugar, en divertirse y pasarla bien.

La competencia viene derivada de la cultura, donde en muchas ocasiones los adultos son los que generan el interés para que los niños salgan campeones, triunfen. Y se comprueba que en algunas ocasiones son los padres los que proyectan “salvarse” económicamente a partir de la práctica deportiva de sus hijos.

Cuando este juego se va transformando poco a poco en competencia, puede provocar en algunos niños, una serie de emociones tanto positivas como negativas (miedo, ira, frustración, o alegría y satisfacción), que se pueden asociar a experiencias negativas y positivas, tanto dentro del campo de juego como fuera.

Esto es producto de las presiones y motivaciones que pueden ejercer padres y entrenadores, que tienen expectativas muy elevadas, orientadas a que estos niños obtengan victorias y que su rendimiento en la competencia sea elevado sin importar el disfrute por parte del niño.

Dosil y Caracuel (como se citó en Caragol, 2022) definen a la presión como un desequilibrio entre lo que el deportista percibe que son sus habilidades y/o capacidades y lo que le demanda la competición o reto enfrente suyo.

Los padres son también quienes contribuyen a aumentar en los niños la autoestima y la satisfacción que perciben éstos.

La familia es un espacio privilegiado en donde los niños aprenden valores morales que los ayudarán a crecer como personas.

Como escenario de acogida y de reconocimiento, es el primer lugar donde se producen las transmisiones más influyentes, significativas y, duraderas lo largo de la vida de los sujetos.

Es necesario que haya un respeto por el sujeto detrás del deportista, que se respeten sus tiempos, su edad, y se valore más la formación que el resultado. De lo contrario pueden quedar consecuencias a nivel psicológico, como problemas de autoestima, falta de seguridad en sí mismo y el niño no disfrutará de practicar el deporte.

El vínculo entre los diversos entrenadores con sus particularidades y el niño se va modificando a través del tiempo, la relación se afianza si el entrenador motiva, o por el contrario, la relación se volverá cada vez más hostil si el entrenador presiona.

Por todo lo desarrollado en estos apartados, es fundamental caracterizar la

función del psicólogo deportivo.

Éste contribuye a un mayor disfrute de los niños que practican deporte y, que los entrenadores logren fomentar la motivación, logrando un mejor clima en los entrenamientos y una buena salud mental de los participantes

La función de psicólogo del deporte

El psicólogo deportivo es quien realiza un análisis de las cualidades de la personalidad del deportista en la escena deportiva.

La personalidad tiene como uno de sus compuestos principales las emociones. Se da el aprendizaje en el área de la mente, del cuerpo y del mundo exterior. El aprendizaje de la mente es el objetivo de la labor del psicólogo deportivo: entrenar las habilidades psicológicas del deportista, de ayudarlo a desarrollar o a mantener las habilidades psicológicas y así optimizar el rendimiento grupal e individual. El psicólogo deportivo, Marcelo Roffé (2008) afirma que:

El psicólogo del deporte, ayudante, asesor y complemento del entrenador, puede y debe utilizar instrumentos como test psicométricos, planillas, cuestionarios, técnicas grupales, así como también la observación, con el fin de brindar al entrenador información a la hora de la toma de decisiones.

La Intervención es a partir de lo observado en entrenamientos y competencias, el trabajo grupal, las entrevistas, y las charlas con el entrenador. Debe funcionar como mediador entre el entrenador y el jugador ante una situación límite y favorecer la comunicación entre los jugadores, entre otras (p. 33).

12

Si se trabaja en deporte infantil el psicólogo deportivo debe asesorar y educar a los entrenadores sobre los conceptos, como el juego, la competencia, las motivaciones, el rendimiento, la presión, el abandono deportivo, etc.

Durante esta etapa de iniciación deportiva, los psicólogos deportivos deben considerar la formación, el aprendizaje y el desarrollo de los niños, incluyendo los valores, el conocimiento sobre el juego, el equipo, etc.

El psicólogo debe trabajar con actores que participan en el ámbito deportivo, potenciando la motivación intrínseca en los niños y como consecuencia prevenir la agresión que se puede dar en los entrenamientos y partidos.

Los entrenadores no deben exigir a los niños de manera excesiva, ya que aún estos no tienen un desarrollo cognitivo y físico para responder tales exigencias. Un mayor entrenamiento no es sinónimo de mayor rendimiento. La calidad de los entrenamientos es más importante que la cantidad, lo importante es que estén bien aprovechados para crear un clima motivacional, cálido y comunicativo. Cuando se habla de calidad se hace referencia a que los entrenamientos no deben ser monótonos y aburridos. Un buen entrenador y un buen entrenamiento es aquel que resulta divertido, novedoso y variado.

Es necesario que el deporte se realice en un ambiente amigable y distendido, donde el niño se supere a sí mismo y que el aprendizaje hacia la competencia sea gradual.

En las páginas posteriores se llevará a cabo una Propuesta de Intervención para psicoeducar y prevenir a los entrenadores respecto a las consecuencias que pueden llegar a traer las presiones y las exigencias que ejercen sobre los niños.

Acciones que se implementarán

Se llevarán a cabo talleres psicoeducativos con los niños y capacitaciones para los entrenadores, en un periodo de tres meses.

El primer mes se trabajará con los entrenadores de los 21 niños, con encuentros semanales.

Los otros dos meses se trabajará con los 21 niños entre 9 y 11 años, con

encuentros quincenales.

El objetivo de estos talleres, es que ambos grupos adquieran y profundicen conocimientos acerca del juego, la competencia, el rendimiento, la presión, la motivación, el acompañamiento, etc.

Los recursos materiales con los que se debe contar son un power point y un salón en donde se puedan exponer las charlas. Y se utilizará un cuestionario dirigido a los niños, previo y posterior al trabajo con ellos.

Al mismo tiempo que se realizan estos talleres y las capacitaciones, se implementaran actividades lúdicas en los entrenamientos en conjunto con los entrenadores.

El objetivo de estas actividades es analizar los posibles alcances de la motivación de estos niños en la práctica de fútbol.

Previamente a la realización de los encuentros con los entrenadores el psicólogo realizará observaciones en el campo durante 15 días, para tener un conocimiento más profundo y objetivo de aquello que sucede en los entrenamientos y partidos.

Se observará a los niños y su relación con los entrenadores y entre los mismos compañeros.

Posteriormente, las acciones se realizarán durante un mes y medio. Éstas deben hacer que los entrenamientos adquieran características lúdicas, donde por ejemplo se premie con una medalla a quien vaya a todos las practicas durante dos semanas. Son técnicas de refuerzo positivo, en donde se proporciona algún tipo de recompensa para que el comportamiento del niño se haga habitual y para que sus compañeros traten de igualar esa conducta.

Son acciones que se deben usar de manera estratégica, no todo el tiempo ni todos los días, ya que podría ser contraproducente.

13

Cronograma de trabajo

A) En un primer momento, el psicólogo deportivo realizará una observación del campo donde posteriormente intervendrá.

Esta tarea tendrá una duración de 15 días, donde pueda evaluar lo que sucede en los entrenamientos y partidos.

El psicólogo tendrá en cuenta lo que trabajará posteriormente y lo que debe resaltar como positivo en los entrenadores y niños.

B) En un segundo momento, se les harán entrevistas a los entrenadores de los niños de las edades antes mencionadas. Esto se realizará en una semana.

Las preguntas serán semidirigidas con el fin de que estos puedan manifestar las diversas problemáticas con las que se enfrentan día a día.

Posteriormente se dará comienzo a las capacitaciones con los entrenadores que tendrá una frecuencia semanal.

1º encuentro: el psicólogo dará una charla sobre el juego y la competencia y la diferencia que hay entre los mismos.

Este encuentro tendrá una duración aproximada de media hora y al finalizar se les dará a los participantes unos minutos para preguntas o comentarios. El material que se requerirá es un afiche para algunas anotaciones de relevancia.

2º encuentro: el psicólogo desarrollará el concepto y las acciones que apuntan a la motivación y la presión. Cómo afectan en el niño como deportista y como persona, y la importancia de los referentes que son los padres y los entrenadores en el desarrollo cognitivo de estos niños.

Este encuentro durará aproximadamente media hora y al finalizar la charla se dará lugar a los participantes para preguntas y comentarios.

3º encuentro: el psicólogo se explayará sobre aspectos del rendimiento y sus cualidades. Cómo afecta la sobreexigencia en el fútbol infantil y las consecuencias que pueden traer.

Y la importancia que el rendimiento tome relevancia poco a poco.

Al igual que los otros encuentros, la duración será de media hora aproximadamente, y con un espacio para preguntas y comentarios.

4º encuentro y último: al finalizar con esta serie de encuentros se dará un cierre dialogando sobre el acompañamiento con el que los niños deben transitar el deporte por parte de los entrenadores y padres.

Se resaltarán la importancia que tiene para los niños el apoyo de los adultos frente a cualquier circunstancia.

Este encuentro tendrá una duración aproximada de 1 hora, ya que es la última y se hará un cierre del conjunto de temas tratados anteriormente.

Finalmente se dará lugar a preguntas y comentario, realizando una devolución y con posterioridad, a quien corresponda se le entregará un informe escrito.

Luego de estos encuentros, los 21 niños realizarán un cuestionario de manera anónima, con el fin de indagar los niveles de motivación. Se tomará el cuestionario de “escala de motivación deportiva (sms/emd)” de Balaguer, Castillo y Duda (2007). Las preguntas son:

¿Por qué practicas fútbol?	Mucho	Poco	Nada
----------------------------	-------	------	------

1) Por la alegría que me da practicar fútbol			
2) Porque puedo hacer muchos amigos			
3) Porque el entrenador nos enseña cosas nuevas cada día			
4) Porque quiero jugar en primera cuando sea grande			
5) Porque mi familia cree que es importante ser deportista			
6) No lo sé; capaz no quiero seguir practicando fútbol			
7) Porque siento que me supero día a día			
8) Por la emoción que siento al practicar fútbol			
9) Porque siento que lo que antes no me salía; ahora si me sale			
10) Porque todos mis amigos hacen algún deporte			

La semana siguiente a la realización del cuestionario, de dará comienzo a los talleres psicoeducativos con los 21 niños entre 9 y 11 años.

Estos 4 encuentros se darán de manera quincenal.

1º encuentro: el psicólogo trabajará sobre el juego y su diferencia con la competencia. La importancia que tiene que a esta edad, el futbol se tome como algo lúdico.

El encuentro tendrá una duración de media hora aproximadamente.

2º encuentro: se trabajará sobre la motivación. La importancia que tienen tanto los padres y entrenadores a la hora de estimular a los niños a practicar al deporte, como de que los niños practiquen por su propio deseo.

La extensión de este encuentro será de treinta minutos relativamente.

3º encuentro: se trabajará el compañerismo y la importancia del trabajo en equipo. Este encuentro tendrá una duración aproximada de treinta minutos.

4º encuentro: se realizará nuevamente el cuestionario que se utilizó antes de comenzar con los encuentros. Esto coincide en el tiempo con la finalización de las acciones que se desarrollarán a continuación.

El objetivo del cuestionario es poder dar cuenta de si las acciones en los entrenamientos y los talleres psicoeducativos produjeron cambios en la motivación de los niños.

Al mismo tiempo que se llevan a cabo los talleres con los niños, el psicólogo deportivo junto con los entrenadores, implementarán actividades lúdicas. En conjunto llevarán a cabo una serie de acciones en los entrenamientos que permitan contribuir aún más a analizar los posibles alcances de la motivación en la práctica de futbol.

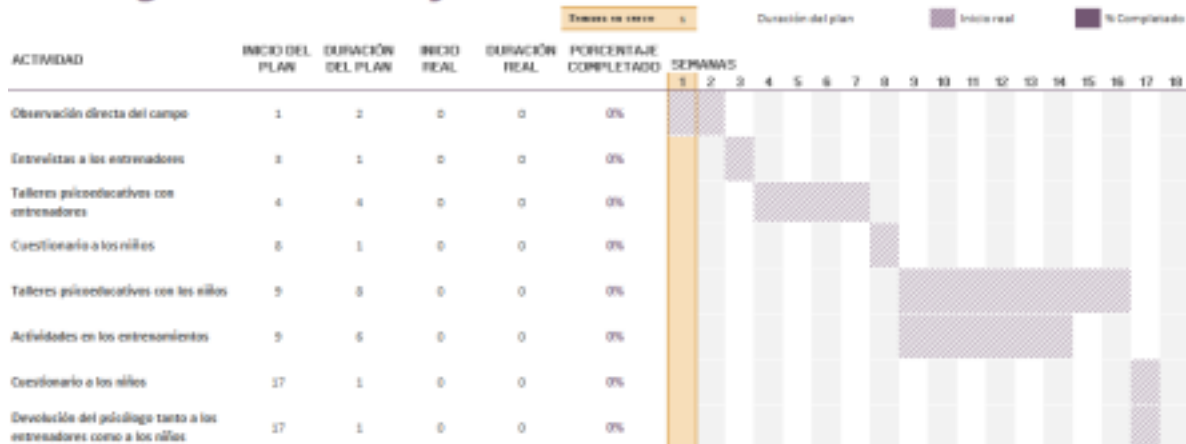
Este conjunto de acciones se llevará a cabo en un lapso de un mes y medio. El entrenador acompañado por el psicólogo, modificará todas las semanas, durante el mes y medio los ejercicios en todos los momentos del entrenamiento, es decir, con el objetivo de hacer éste más divertido.

15

Durante la segunda, la tercera y la cuarta semana, se premiará o se reconocerá a todos los niños la participación y el esfuerzo que realizan en cada entrenamiento. Esto provoca un mejor clima motivacional.

Si se generaran ciertas situaciones de agresividad tanto en entrenamientos como en los partidos, será charlado tanto en los talleres como al finalizar las prácticas. Otra de las acciones que se implementarán en los entrenamientos, durante el mes y medio, es que todos los niños cambien de posición, es decir, que durante algunos minutos todos jueguen de arquero, de delantero, de mediocampista, etc. A continuación se adjunta un planificar del proyecto:

Cronograma de trabajo



Evaluación

La evaluación del proyecto la realizará el psicólogo en base al logro o no, de los objetivos planteados en un principio.

Los instrumentos empíricos con los cuales se obtendría la información es a través de la observación directa, las entrevistas a los entrenadores y los cuestionarios a los niños.

Se realizaría una evaluación inicial o pre-test, una evaluación intermedia y una evaluación final o post-test.

La evaluación inicial se realizaría al finalizar la observación directa y sistemática del psicólogo en los entrenamientos y competencias y se evaluaría tanto la relación del entrenador con los niños como la relación entre estos últimos.

Se examinaría a partir de la observación directa la dinámica de los entrenamientos, haciendo énfasis en la motivación y en la comunicación. Esto permite dar un diagnóstico y un pronóstico de la situación a la cual se enfrenta el psicólogo.

La evaluación intermedia se haría luego de que los niños hayan realizado el cuestionario previo a los talleres y de haber entrevistado a los entrenadores. Esto facilitaría al psicólogo por un lado, realizar una comparación acerca de lo que vio con lo que perciben los niños y por otro, poder adecuar la propuesta a las necesidades que vayan surgiendo, en caso de que sea necesario.

La evaluación post-test se realizaría al finalizar las acciones llevadas a cabo en los entrenamientos. En este caso se utilizarían los mismos instrumentos que en la evaluación inicial y el cuestionario realizado a los niños luego del trabajo realizado.

Esta última evaluación facilita saber cuáles son los logros conseguidos y cuáles se pueden obtener si la intervención continúa.

Se evaluaría la calidad y adecuación de las actividades realizadas, la relación con el club, se espera que éste colabore para que se instrumente el proyecto, el material a utilizar y los espacios disponibles.

16

Toda esta valoración sirve para poder mejorar el proyecto y permitir que sea más útil a futuro.

Una vez finalizada la intervención del trabajo pertinente se debería elevar un informe por escrito a quien corresponda (dirigentes de la institución y entrenadores) con el fin de informar el trabajo realizado.

Se dejaría explicitado la posibilidad y disponibilidad, si la institución lo requiere, que dicha devolución sea de manera oral.

Se agradecerá y reconocerá la predisposición de las autoridades de la institución, así como también de los entrenadores que han permitido que se concrete la propuesta

intervención.

Si esta propuesta se llevase a cabo, permitiría al profesional a cargo de la intervención analizar las políticas deportivas implementadas por la institución. Este análisis contribuiría a la mejora, al cambio y por ende, al progreso tanto de los niños que practican el deporte como al club.

Conclusiones

A lo largo del presente trabajo integrador final se ha podido indagar algunas problemáticas que atañen a 21 niños entre 9 y 11 años del club "Morning Star". Esta propuesta también podría aplicarse a otros clubes y otros deportes, adaptándola a cada institución que así lo requiera.

A partir del tema investigado, se ha hecho un recorrido por una base teórica y práctica que permitió construir un plan de acción para hacer frente a los desafíos. Si existiese la posibilidad de llevar a cabo la propuesta, ésta enriquecería a los entrenadores no solo como formadores de jugadores de fútbol, también como formadores de personas por fuera del ámbito deportivo.

La intervención constituye un gran aporte a la institución ya que el psicólogo trabaja con un conjunto de sujetos que están englobados en ella.

También les permitiría a los niños la amplitud de escenarios de juego y diversión, a la par de ir entrenándose mentalmente para la continuidad en el deporte, ya sea para competición deportiva o como una actividad lúdica que puede ser mantenida a lo largo de su vida.

Es recomendable saber que en la intervención se puede no contar con todos los materiales para llevar a cabo la misma, teniendo que adaptar las actividades a lo que nos pueda brindar la institución.

Otra de las observaciones que se destacan es que, a nivel práctico hay variables socio-culturales y situaciones puntuales que se pueden generar en algún momento particular. Por ejemplo, agresión verbal entre los niños, de los padres con el árbitro, entre otros que no se han tenido en cuenta en este trabajo por cuestiones de tiempo, que podrían modificar las actividades planeadas en el proyecto.

Este proyecto propone varias temáticas que pueden ser abordadas en nuevos estudios de investigación, por ejemplo, el abandono de la práctica deportiva, la desmotivación, etc.

En la propuesta se presentan diversas actividades con el fin de analizar la motivación de los 21 niños entre 9 y 11 años del club Morning Star.

Para lograr saber qué actividades se deben realizar fue imprescindible el desarrollo de conceptos teóricos.

Se debe tener en cuenta la importancia de la participación y de la predisposición tanto de entrenadores, que se deberán abrir al diálogo, al aprendizaje y a la cooperación para llevar a cabo dicha intervención y a la participación de los niños en todas las actividades que se le sugerirán.

Bibliografía:

- Balaguer, I; Castillo, I; Duda, J.L (2007). *Escala de motivación deportiva (sms/emd)*. Recuperado de <https://www.uv.es/uipd/cuestionarios/accesolibre/EMD.pdf>
- Beck, J. (1995). *Terapia cognitiva, conceptos básicos y profundización*. España: Gedisa.

- Caragol, M. (2022, 20 de abril). Cuidado con el manejo de la presión en el deporte. *Psicólogos del deporte on line. Com.* Recuperado de <https://www.psicologosdeldeporteonline.com/manejo-presion-deportiva-infantil/>.
- Castillo, I; Balaguer, I; y Duda, J (2002). Las perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto deportivo. *Revista Psicothema*, 14(2), p. 280-287. - Jara, V. (2012). Desarrollo del pensamiento y teorías cognitivas para enseñar a pensar y producir conocimientos. *Sophia, colección de Filosofía de la Educación*, (12).53-66. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846101004.pdf> ...
- López Rosetti, D. (2019). *Emoción: el color del licuado* (YouTube). De <https://www.youtube.com/watch?v=C7dUYzovcmk>.
- Palmero, F. (2005). Motivación: conducta y proceso. *Revista electrónica de motivación y emoción*, VIII(20-21), 1-29.
- Roffé, M. (2021). *Mi hijo el campeón. Las presiones de los padres y el entorno*. Argentina: Lugar.
- Roffé, M. (2008). *Psicología del jugador de fútbol*. Buenos Aires: Lugar. - Piaget, J. (1964). *Seis estudios de Psicología*. Barcelona: Labor. - Tobias, A. (2022, 5 de junio). La etapa de las operaciones concretas del desarrollo de Piaget, J. (1961). *La mente es maravillosa*. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-etapa-de-las-operaciones-concretas-del-desarrollo-de-piaget/>
- Weis, G. (2012). *Orientación de meta ego y tarea de los atletas y entrenadores y su relación con los motivos de abandono del deporte federado: caso del sur de Brasil*. Universidad de las Palmas de Gran Canaria, España.