

INFLUENCIA DE LA CONDUCTA DEL ENTRENADOR EN LA AUTOCONFIANZA
DE LOS FUTBOLISTAS DE LA CATEGORÍA SUB 15 DE LA CORPORACIÓN
FÚTBOL CLUB BARCELONA DE LA LOCALIDAD DE TURBO, 2016.

GIRALDO PATIÑO CRISTINA ISABEL
MENA MOSQUERA MAIRA ALEJANDRA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

SEDE BELLO

TURBO

2016

INFLUENCIA DE LA CONDUCTA DEL ENTRENADOR EN LA AUTOCONFIANZA
DE LOS FUTBOLISTAS DE LA CATEGORÍA SUB 15 DE LA CORPORACIÓN
FÚTBOL CLUB BARCELONA DE LA LOCALIDAD DE TURBO, 2016.

GIRALDO PATIÑO CRISTINA ISABEL

MENA MOSQUERA MAIRA ALEJANDRA

Trabajo de grado para obtener el título de Psicóloga

Asesora: MILENA PATRICIA PINTO VARGAS

TURBO, COLOMBIA

2016

Dedicatoria

A nuestro Padre Celestial: Porque gracias a su amor y gran bendición hemos llegado a este punto de nuestra vida, porque en momentos de debilidad nos ha fortalecido, llenándonos de su amor y consuelo, nuestro triunfo y felicidad son para Él.

A nuestros familiares: Por ser el motor para que las metas sean alcanzables, por su apoyo, comprensión y cariño incondicional que fueron vitales para llegar hasta el final.

A un amigo muy especial: Ausney Martínez Cuadrado, por su apoyo y confianza.

Agradecimientos

Manifestamos nuestro cálido agradecimiento por sus valiosos aportes en la ejecución de esta investigación, a:

Dios, por los dones, virtudes e inteligencia que nos ha regalado para transformar el mundo con nuestras acciones.

Al cuerpo técnico y a los futbolistas de la categoría sub 15 de la Corporación Futbol Club Barcelona Turbo.

A la docente Milena Patricia Pinto Vargas asesora de opción de grado.

A Magaly Pacheco docente de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

A Osman Perea Castro docente de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

A Jorge Soto Psicólogo deportivo.

Resumen

Como bien se sabe en la actualidad las escuelas de formación deportiva se preocupan por alcanzar logros en materia de rendimiento deportivo. Para ello se necesita que los entrenadores y todo el cuerpo técnico tengan conocimiento de que la autoconfianza la principal de las características psicológicas que intervienen en el rendimiento deportivo, la cual se ve afectada por la conducta del entrenador.

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo primordial, determinar la influencia de la conducta del entrenador en la autoconfianza de los futbolistas, por lo tanto se hizo uso de la investigación tipo Descriptiva, donde se tomó una muestra integrada por 23 futbolistas pertenecientes a la categoría sub 15 de la Corporación Fútbol Club Barcelona de la localidad de Turbo, a quienes se les aplicó el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo adaptado versión fútbol C.P.R.D y se empleó el registro de observación de la conducta del entrenador C.B.A. S.

Por lo anterior, se recomendó dar a conocer al cuerpo técnico de la institución la importancia que tiene la autoconfianza de futbolistas en el proceso formativo y la influencia de la conducta del entrenador en esta.

Palabras claves: autoconfianza, conducta punitiva, características psicológicas, estilos de entrenamiento, interacción entrenador- deportista.

Tabla de contenido.

Introducción	1
1. Problema De Investigación.....	3
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	3
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	5
2. Objetivos.....	6
2.1. OBJETIVO GENERAL.....	6
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
3. Justificación	7
4. Marco De Referencia	10
4.1 MARCO NORMATIVO	10
4.2 MARCO TEÓRICO.....	13
5. Metodología	26
5.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN Y ENFOQUE	26
5.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	27
5.3 PROCEDIMIENTOS Y TÉCNICAS	27
5.4 ACTIVIDADES PARA EL LOGRO DE LOS OBJETIVOS	31
5.5 RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN Y PLAN DE ANÁLISIS	33
6. Resultados.....	35
7. Presupuesto	49
8. Conclusiones	50

9. Recomendaciones	52
10. Anexos	59

Índice de tabla

Tabla 1.	31
Tabla 2	35
Tabla 3	37
Tabla 4	49

Índice de gráficos

Gráfica 1. Relación autoconfianza- rendimiento.	22
Gráfica 2. ítem 5, evaluación de la autoconfianza.	39
Gráfica 3. ítem 13, evaluación de la autoconfianza.	40
Gráfica 4. ítem 15, evaluación de la autoconfianza.	41
Gráfica 5. ítem 17, evaluación de la autoconfianza.	42
Gráfica 6. ítem 27, evaluación de la autoconfianza.	43
Gráfica 7. ítem 33, evaluación de la autoconfianza.	44
Gráfica 8. ítem 36, evaluación de la autoconfianza.	45
Gráfica 9. ítem 37, evaluación de la autoconfianza.	46
Gráfica 10. ítem 39, evaluación de la autoconfianza.	47
Gráfica 11. evaluación de la autoconfianza por deportista.	48



Introducción

En la actualidad la psicología deportiva, ha alcanzado un alto progreso, sin embargo, la utilización de técnicas de intervención psicológicas por los entrenadores deportivos en los entrenamientos y competencias es considerable escasa y metódica.

En consecuencia a lo anterior, puede decirse que, la falta de preparación psicológica de los entrenadores deportivos y la conductas punitivas que estos, imponen en los entrenamientos y competencias, se ha convertido en una carencia notable en las escuelas de formación deportiva, lo cual, ha provocado que muchas de las características psicológicas que intervienen en el rendimiento deportivo se vean afectadas, provocando el bajo rendimiento deportivo por parte de los niños y adolescentes. Una de las características psicológicas de mayor influencia en el rendimiento y bienestar del deportista es la autoconfianza, debido a que, es la creencia interna sobre lo que los deportistas son capaces de hacer, pero para evitar la frustración, es importante que sea realista y no sobrepase los límites personales, las expectativas tanto del deportista como del entrenador tienen que ser acordes con las posibilidades y las metas no deben ser nunca imposibles de conseguir.

Es preciso señalar, que el entrenador deportivo es una figura clave en la formación de los deportistas, ya que, es la persona dedicada a planear y dirigir el entrenamiento, es quien interactúa continuamente con los deportistas, por ello, su conducta en situaciones de siempre



debe de apuntar al bienestar emocional, al respeto de la dignidad, los derechos humanos y el rendimiento deportivo de los futbolistas, los estilos de entrenamiento enmarcados en el enfoque positivo o negativo puede estar influenciando notablemente en la autoconfianza de los de los deportistas.

Por lo anterior, indagar alrededor de las características psicológicas influyentes en el deporte, entre ellas la autoconfianza, permite conocer como arbitran estas en el desempeño de los deportistas y del mismo modo, moviliza a los entes deportivos para que se diseñen estrategias que potencien el rol psicológico del entrenador, teniendo en cuenta que de ello, depende que los deportistas pueden afrontar la competencia y la vida con la mayor cantidad de recursos y de convicciones, tomar decisiones, comportarse en contextos adversos, tolerar el fracaso, comprender situaciones, aceptar las equivocaciones, asumir los errores, crear sueños y luchar por ellos.



1. Problema de investigación

Influencia de la conducta del entrenador en la autoconfianza de los futbolistas.

1.1 Descripción del problema

En las últimas décadas, la práctica deportiva se ha convertido en uno de los intereses más comunes de los niños y adolescentes, siendo el fútbol uno de los deportes más apetecidos en las primeras etapas del desarrollo humano, dado el auge y la fama que han tomado algunas figuras en este deporte, por lo anterior en la actualidad existen escuelas de fútbol alrededor del mundo, que se interesan por formar niños desde edades muy tempranas para potenciar las habilidades en dicho deporte.

No obstante, algunos de los niños y adolescentes que entran a formar parte de una escuela de fútbol lo hacen por distintos motivos, bien sea por gusto, afición, cualidades que lo caracterizan o como también decisión de sus padres. Si bien este deporte integra habilidades formativas, recreativas y de competencias propias de esta etapa, cabe agregar que es de mucha exigencia física lo que supone un reto para los deportistas que inician o emprenden la ardua tarea de convertirse en profesionales de este deporte, y que para lograrlo se enfrentan a grandes tareas que requieren de un acompañamiento integral por parte de los entrenadores.



Por su parte, la escuela de fútbol club Barcelona Turbo cuenta con la participación de 6 categorías que va desde los primeros tres años de vida hasta la adolescencia que comprende 15 años, para el desarrollo de potencialidades, habilidades y destrezas en materia de fútbol, fomentando la formación de deportistas con excelentes capacidades para el logro de metas y objetivos propuestos, para ello, cuenta con un equipo de entrenadores que son la base primordial de esta empresa, ya que, son los encargados de planear los entrenamientos y son los acompañantes, guías y formadores de los menores.

De lo anterior, queda por decir, que en dicha escuela se ha venido presentado un fenómeno que involucra a los entrenadores y deportistas de la categoría que va de los 14 y 15 años de edad, donde los primeros están adoptando técnicas de entrenamiento basadas en críticas negativas, la consecución de logros es decir, la victoria a toda costa, lo cual podría estar generando en los adolescentes una serie de comportamientos relacionados con la baja autoconfianza donde se evidencian la falta de disciplina consigo mismo, emociones negativas con respecto a la competencia, la ausencia de estrategias en el juego, falta de planeación de metas reales, y la desconcentración, todas estas conductas están afectado de forma significativa al bienestar emocional, al respeto de la dignidad, los derechos humanos y el rendimiento deportivo de los futbolistas.

En este contexto en el que los entrenadores juegan un papel fundamental en la formación del deportista es urgente centrar la atención y priorizar en aquellos aspectos que están inmersos en la conducta del entrenador, que pueden estar afectando la autoconfianza de los futbolistas de esta categoría.



1.2 formulación del problema

¿Existe alguna influencia de la conducta del entrenador en la autoconfianza de los futbolistas de la categoría sub 15 de la corporación Futbol Club Barcelona de la localidad de Turbo?



2. Objetivos

2.1. Objetivo general

Determinar la influencia de la conducta del entrenador en la autoconfianza de los deportistas de la categoría sub 15 de la corporación Futbol Club Barcelona de la localidad de Turbo.

2.2. Objetivos específicos

- Describir las conducta del entrenador relacionada con el entrenamiento y la competencia
- Analizar los niveles de autoconfianza en los deportistas
- Identificar la influencia de la interacción entrenador- deportista en la autoconfianza



3. Justificación

Colombia se ha constituido como una nación que trabaja en pro del desarrollo humano, razón por la cual le interesa que exista la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, la cual estima a estos ejes como elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona; por ello su fomento, desarrollo y práctica son parte del servicio público educativo y constituyen gasto público social, según el capítulo dos de la Ley 181 de Enero 18 de 1995.

En relación a lo anterior, las escuelas de formación deportiva apuntan a potencializar las capacidades físicas, motrices, las técnicas y tácticas para alcanzar cada vez niveles máximos en el rendimiento deportivo, sin embargo, otra de las capacidades del deportista que es considerada la más importante y es obviada por muchos, es la psicológica, la cual constituye una serie de habilidades mentales como la concentración, el control emocional, la autoconfianza y la motivación que juegan un papel de suma importancia y en ocasiones decisivo para alcanzar un éxito deportivo. Loehr (1990)

Por ello, según Causa. R (2007), el entrenamiento de la habilidades mentales podría ser definido como: la preparación psicológica del deportista antes, durante y posterior a un evento deportivo, mediante el empleo de técnicas y herramientas psicológicas durante los entrenamientos y competencias, cuyo objetivo es desarrollar y controlar diversas variables psicológicas.



Considerando que la dinámica de entrenamiento y competencia debe convertirse en un ambiente que favorezca el desarrollo de las potencialidades de los deportistas con capacidad de influencia sobre las funciones físicas, psicológicas (emocionales) y sociales (relacionales). De acuerdo con Jowett y poczwardowski (2006), es fundamental una buena relación entre el deportista y el entrenador, la cual se establece en la medida que se cumplen los dos objetivos básicos: la excelencia deportiva del atleta, la excelencia profesional del entrenador y el crecimiento de ambas partes. En esta línea, la armonía de la relación puede estar basada bien por los éxitos alcanzados a nivel deportivo, o en la medida en que se cubren las necesidades de crecimiento personal, desarrollo, empatía y responsabilidad.

La investigación planteada contribuirá a generar un modelo para entender este importante aspecto en el desempeño de los deportistas de la categoría sub 15 de la Corporación Fútbol Club Barcelona. Asimismo, los resultados del estudio ayudaran a crear mayor conciencia entre los entrenadores y representantes de todos los equipos competitivos de cualquier modalidad deportiva y a los diferentes Clubes e instituciones deportivas que trabajan en pro de la recreación y el deporte, para que desde una perspectiva estratégica y no solo táctica logre un cambio que comporte la aplicación de técnicas de entrenamiento que potencien la autoconfianza de los deportistas, con la finalidad, de lograr un cambio no solo en el rendimiento deportivo, sino también en otras esferas de la sociedad, la escuela, la familia y que contribuya al progreso tanto individual como colectivo en la formación deportiva.



De igual forma, favorecer al conocimiento, manejo y solución de una de las problemáticas que enfrenta la comunidad deportiva Fútbol Club Barcelona, a fin de aportar alternativas de solución que potencialicen habilidades mentales para promover un óptimo rendimiento deportivo, social y emocional de los futbolistas.

Por otra parte; es oportuno mencionar que el equipo investigador cuenta con los medios, herramientas y recursos suficientes para adelantar este proceso, la disposición del talento humano listo para llevarlo a cabo. Así mismo, se obtendrá el apoyo de distintas instituciones Municipales que trabajan en pro de la Recreación y el deporte, tales como: la corporación fútbol club Barcelona turbo y los 23 integrantes de la categoría sub 15, quienes a su vez serán un punto importante durante la recolección de datos.



4. Marco de referencia

4.1 Marco normativo

Ley 181 de 1995, conciben al Deporte como una actividad a la que toda persona tiene derecho y al respecto, fomenta, patrocina, masifica, divulga, planifica, coordina, ejecuta y asesora cualquier tipo de actividad deportiva, de recreación y de aprovechamiento del tiempo libre, en cumplimiento del derecho de todas las personas a ejecutar el libre acceso a la formación física y espiritual, buscando participar en su proceso de formación integral y facilitar el cumplimiento eficaz de las obligaciones como miembro de la sociedad.

4.1.1 Definiciones y Clasificación del Deporte según la ley 181 de 1995.

Artículo 15°.

El deporte en general, es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.



Artículo 16°.

Entre otras, las formas como se desarrolla el Deporte en la Corporación Fútbol Club Barcelona son las siguientes:

- *Deporte formativo:* Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.
- *Deporte asociado:* Es el desarrollo por un conjunto de entidades de carácter privado organizadas jerárquicamente con el fin de desarrollar actividades y programas de deporte competitivo de orden municipal, departamental, nacional e internacional que tengan como objeto el alto rendimiento de los deportistas afiliados a ellas.
- *Deporte competitivo:* Es el conjunto de certámenes, eventos y torneos, cuyo objetivo primordial es lograr un nivel técnico calificado. Su manejo corresponde a los organismos que conforman la estructura del deporte asociado.



4.1.2 Coldeportes.

El Instituto Colombiano del Deporte "Coldeportes", es un establecimiento público adscrito al Ministerio de Cultura, dotado con personería jurídica, autonomía administrativa y patrimonio independiente, creado mediante el Decreto 2743 del 6 de noviembre de 1968.

Es el máximo organismo planificador, rector, director y coordinador del Sistema Nacional del Deporte y Director del Deporte formativo y comunitario.

Entre sus funciones principales figuran desarrollar, asesorar, ejecutar, supervisar y controlar todos los planes de estímulo y fomento de la educación física, el deporte, las actividades recreativas y el bienestar de la juventud colombiana, en atención a las políticas generales que formula el Gobierno Nacional a través del Ministerio de Cultura y según las decisiones adoptadas por la Junta Directiva del Instituto.

4.1.3 Normatividad Ligas de Fútbol Antioqueña (F E D E F Ú T B O L).

Existe a nivel departamental una federación de fútbol que tiene estipuladas normas que hacen que las ligas departamentales se rijan por ellas; estas tienen como objetivo fomentar, patrocinar y organizar la práctica del deporte de fútbol de salón dentro del ámbito territorial de los Departamento e impulsar programas públicos sociales.



Cada liga a nivel interno funciona bajo acuerdos, resoluciones y reglamentos establecidos, de acuerdo a las actividades anuales programadas por cada una de ellas, como toda organización cuenta con órganos de control, disciplina y administrativo

4.2 Marco Teórico

4.2.1 Definición de autoconfianza.

Siendo un concepto del campo de la psicología, se han realizado diversas aportaciones para poder definir este tema. Razón por la cual Buceta (2004), considera que la autoconfianza es: “un estado interno que implica un conocimiento real de la dificultad del objetivo, de los recursos propios que uno puede utilizar para conseguirlo y en función de todo ello, las posibilidades realistas que uno tiene de lograrlo”. Para este autor, todo deportista que posee autoconfianza cuenta con el completo conocimiento sobre sus posibilidades reales y dificultades que le facilitarán o impedirán conseguir determinado objetivo, pero además, sabrá cuáles son las conductas propias que debe de emplear para que las posibilidades favorables existan y en caso contrario la forma de neutralizar las dificultades (Buceta, 2004).

De igual modo, Dosil define la autoconfianza como el nivel de seguridad donde el deportista retoma todos los recursos que posee de las experiencias anteriores, para de este modo usar sus capacidades en el logro de una tarea concreta en su quehacer deportivo. (Dosil, 2004).



Para Pulido, la autoconfianza se basa en la proposición psicológica que tiene un deportista sobre lo que va acontecer, lo cual corresponde a las expectativas realistas esperadas en el propósito que se desea alcanzar, en completo convencimiento. (Pulido, 2011)

Pulido (2011) comenta que la autoconfianza es definida por los psicólogos del deporte como ese tipo de creencia que un deportista tiene al pensar que puede ejecutar favorablemente una conducta esperada, lo que corresponde a la idea de que el triunfo se va a alcanzar. De igual forma Así mismo Pulido sostiene que la autoconfianza influye sobre los siguientes elementos:

- *Las emociones positivas:* la autoconfianza influye puesto que activa estas emociones, lo que permitirá que el sujeto se sienta más seguro de sí mismo, más relajado y tranquilo en condiciones de presión, y mejorara el estado mental.
- *Motivación:* aumenta la motivación del sujeto, puesto que facilita conseguir su objetivo. Se crea el ímpetu psicológico, lo cual crea en el deportista una actitud más positiva y por lo tanto nunca cederá, y remontar las adversidades.
- *Concentración:* influye, pues facilita la concentración, ya que cuando una persona siente confianza, su mente se halla bajo menos presión, y por lo tanto no se fijará en si lo hace mal o bien, sino simplemente en hacerlo como lo sabe hacer.
- *Objetivos:* influye en la medida que las personas tienden a establecerse objetivos, pues estos los ven como estimulantes y además de ello los ayudara a esforzarse y luchar por



conseguirlos. Por tanto la confianza permite lanzar objetivos cada vez más altos y lograr el máximo potencial.

- *Esfuerzo*: influye ya que aumenta el esfuerzo, en la cantidad y duración del esfuerzo realizado en busca de un objetivo, depende en gran parte de la confianza. Esto es porque se cree en sí mismos, y por consiguiente serán persistentes y no se rendirán nunca, y dará el máximo esfuerzo para conseguir el objetivo.
- *Resistencia física*: al igual que el esfuerzo, influye también la resistencia, ya que la autoconfianza, hace reducir los síntomas del agotamiento, tanto físico como mental, y produce que el cuerpo este en las mejores condiciones para conseguir esas metas.
- *Estrategias*: la confianza afecta a estas estrategias, porque las personas seguras de sí mismas, luchan para ganar, lo cual produce que no tengan miedo de correr riesgos y asumen el control de lo que realizan. En cambio si no tienen confianza, lo que produce es que sean indecisos ya que tratan de no cometer errores.
- *Habilidad para manejar la presión*: La confianza al aumentar las emociones positivas, motivación y concentración, hace que la persona se relaje mentalmente, ya que al confiar en sí mismo, no se crea en torno a si mismo, un estado de presión sobre lo que sucede a su alrededor.
- *Probabilidad menor de lesionarse*: ya que esta, corresponde en gran medida del grado de motivación, concentración y predisposición. Según Owen (2007), la autoconfianza puede ser definida como la capacidad para demostrar un alto nivel de seguridad y confianza en las capacidades de sí mismo, aplicándolas al logro de los objetivos fijados, ésta logra



movilizar todo el potencial cognitivo y emocional del sujeto, y logra convencer a éste de que el éxito es un logro personal y que puede contagiarse al entorno de trabajo.

Por consiguiente, Nicolás (2009) enfatizando en el deporte, indica que la autoconfianza, es usada para describir la perspicacia que tiene un deportista sobre lo que es capaz de realizar en su quehacer profesional.

Por su parte, Carrascosa se refiere a la autoconfianza dentro del aspecto futbolístico, indicando que en la dinámica de entrenamiento deben establecerse metas estrictas en pro de la autoconfianza, ya que los tropiezos pueden perturbar la apreciación que se tiene sobre sí mismo, afectando la autoconfianza, generando un bajo rendimiento deportivo. (Carrascosa, 2003).

Paralelamente, Telletxea advierte que posterior a los fracasos, puede presentarse desconfianza sobre las propias habilidades, también disipa que muchas personas recobran su eficacia, a diferencia de otras que terminan dudando de sus habilidades. (Telletxea ,2007)

Por lo anterior, queda claro que la autoconfianza es una de las variables psicológicas que en todo deportista debe ser potencializada para que este puede confiar plenamente en su potencial y la manera como dispondrá de esos recursos, para alcanzar los objetivos propuestos en la competencia.

4.2.2 Teorías sobre la autoconfianza.

Las principales teorías que abordan el tema de autoconfianza corresponden a: la teoría de autoeficacia de Bandura y el modelo de confianza de Vealey.

4.2.2.1 Teoría de la autoeficacia de Bandura.

La Teoría de Autoeficacia de Bandura (1977) sostiene que la percepción de eficacia que el deportista tiene en un momento dado va a influir directamente en la intensidad del esfuerzo a realizar, así como a la persistencia que este muestre para superar el reto propuesto. Es decir, esta teoría establece una correlación positiva entre la percepción de poder realizar una tarea concreta con eficacia y el rendimiento.

De esta manera, aquellos deportistas que posean altos niveles de autoeficacia van a colocar más empeño – intensidad del esfuerzo y persistencia – ante retos complejos (Bandura, 1977).

Es importante distinguir dos nociones significativas en la teoría de Bandura (1977), las cuales son:

- *Las expectativas de eficacia personal:* estas guardan relación con la convicción que tiene el deportista de ser capaz de realizar una tarea competitiva concreta con éxito.



- *Las expectativas de eficacia del resultado:* las cuales, tienen que ver con la creencia que posee el deportista de que un determinado comportamiento conducirá a un determinado resultado.

Bandura (1977), propone tres dimensiones en la autoeficacia: 1) El nivel, que es el logro de ejecución esperado del individuo o el número de tareas que puede realizar para el logro del objetivo; 2) La fuerza, que determina la certeza que tiene el sujeto de lograr con éxito las tareas a alcanzar, y; 3) La generalidad, considerada como el número de dominios en los cuales los individuos se consideran eficaces.

Además, Bandura también plantea cuatro elementos fundamentales para el desarrollo de la autoeficacia, estos a su vez son elementales para ver como el deportista desarrolla los niveles de autoconfianza.

- *Desempeño exitoso:* el deportista debe experimentar el éxito para desarrollar la autoeficacia. Cuando se presenta una tarea difícil esta es una expectativa poco realista, por lo que el entrenador o profesor deben asegurar el éxito mediante la reducción de la dificultad de la tarea inicial.
- *Aprendizaje directo:* los principiantes pueden experimentar el éxito a través del uso de modelos. Para aprender una nueva destreza es importante contar con un modelo o planilla. Este puede ser el instructor o un compañero habilidoso una película o video de un deportista exitoso.

Un componente básico de esta teoría es el modelado participativo en el cual el aprendiz observa un modelo que lleva a cabo una tarea después el modelo o instructor guían para que realice la tarea con éxito.

- *Persuasión verbal:* se presenta bajo la forma del ánimo que brinda el entrenador, los padres o los pares, es muy deseable que el deportista escuche expresiones que le indiquen que es competente y puede lograr el éxito. Deben evitarse comentarios negativos.
- *Motivación emocional:* la motivación emocional y fisiológica es un factor que puede influir en la disposición para el aprendizaje. Se debe estar emocionalmente preparado para prestar atención.

Bandura 1977, citado por Pulido comenta que en los deportistas existe una unión entre los factores básicos que son factores personales-cognitivos, ambientales y conductuales, los cuales influyen notablemente en su rendimiento óptimo. (Pulido, 2011).

Por esta razón todos los juicios de valor que tenga el deportista sobre sí mismo influirán notablemente en su actuar deportivo, lo que dejara expuesta la expresión de sus emociones (emociones). Así pues, que son dos las expectativas que se plantea la persona antes de la acción: eficacia, si se posee la creencia de superar una prueba, y resultados, si se posee la creencia que un comportamiento inducirá a un tipo u otro de resultados. Para que el sujeto forme sus expectativas respecto, si logrará o no superar una prueba. Asegura Bandura que son fuentes posibles; capacidad de ejecución, aprendizaje por observación de otras personas, persuasión verbal y nivel de activación fisiológica.

Ahora bien, Bandura citado por Pulido (2011) plantea un modelo para evaluar la autoconfianza y se basa en el método de microanálisis, el cual consiste en realizar mediciones de cada tarea que el deportista ejecute, esto se hace en tres capacidades: magnitud, fuerza y generalidad, luego se le pregunta al sujeto que tan capaz es de ejecutar una tarea y en qué medida (1-100), y al poseer mayor puntuación más altas serán sus expectativas.

4.2.2.2 Modelo de confianza de Vealey.

En este modelo de confianza Pulido (2011) cita que Vealey en 1986 definió la confianza como “la creencia o el grado de certeza que los individuos poseen acerca de su habilidad para tener éxito en el deporte” (pág. 14). Este modelo se analizaba el rango individual de confianza deportiva con el que contaba un deportista, por ello este programa analiza dos tipos de confianza: Rasgo y Estado.

- *La confianza rasgo:* el grado de creencia que normalmente se tiene sobre la propia habilidad para tener éxito en lo que se realiza.
- *La confianza estado:* es la confianza que se posee en un momento particular sobre la propia habilidad para tener éxito en él lo que se realiza. Es decir, como si se hablara de confianza general específica respectivamente.



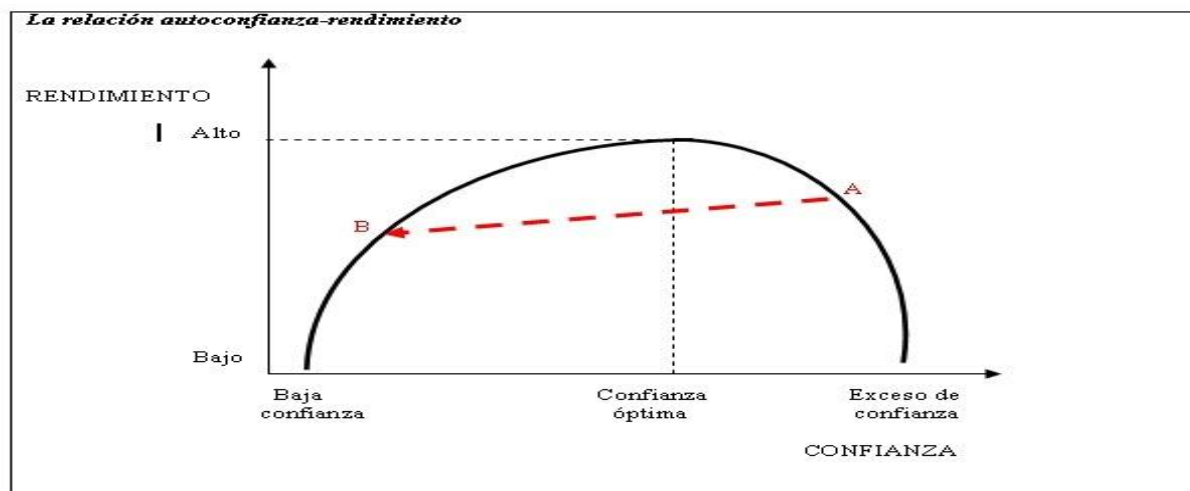
En relación a lo anterior es válido decir, que el postulado de Vealey siempre será usado para el campo deportivo, entre tanto el modelo propuesto por Bandura nace de la teoría cognitiva y es aplicable para medir la confianza en cualquier sujeto.

Por consiguiente, Vealey plantea tres instrumentos: confianza rasgo, confianza estado y orientación competitiva, la confianza de rasgo y confianza de estado son medidas a través de preguntas que miden el grado de realización óptima que el deportista logrará en ámbitos como concentración, consecución de metas, preparación para la competición. Por su parte el instrumento de orientación competitiva se encarga de estudiar la orientación hacia obtener unos buenos resultados o hacia la victoria.

4.2.3 Relación entre autoconfianza y rendimiento.

La relación entre estas dos variables deportivas se ha estudiado mucho tanto en los entrenamientos como en la competencia y se ha llegado a decir que a un alto nivel de autoconfianza mayor rendimiento deportivo, sin embargo Nicolás (2009) en su artículo autoconfianza y el deporte explica que la autoconfianza no garantiza el éxito en la ejecución, pero, si no se tiene confianza, hay menos probabilidades de que se obtenga un adecuado rendimiento. Para Nicolás muchos estudiosos de este tema sustentan que el hecho de que una persona tenga confianza, supone el asegurar que se va a lograr lo propuesto, así no sea posible conseguir lo planeado, basta valerse solo de la animación que la persona pueda hacer asimismo para convencerse que es capaz de hacer las cosas. Pero lo anterior, solo es posible cuando se

tiene un nivel óptimo de autoconfianza, en el cual se establecen metas acorde con las habilidades y características individuales de cada sujeto, quienes conocen lo que pueden conseguir y cuáles son sus límites, además reconocerán sus errores y lucharán por corregirlos. El nivel de autoconfianza, en el individuo, afecta sus niveles de motivación, concentración, resistencia, manejo de la presión etc., si la autoconfianza es baja, no se esforzarán lo suficiente y su rendimiento será menor. (Nicolás, 2009)



Gráfica 1. Relación autoconfianza- rendimiento.

Gráfica relación autoconfianza-rendimiento Fuente de consulta: La autoconfianza y su relación con el rendimiento Giesenow, C. (consultado 12 de mayo de 2016) disponible en:

<https://sites.google.com/site/cgiesenow/Relacinautoconfianza-rendimiento.jpg>.

Nicolás (2009) explica que la confianza no es algo que se posea o no, sino que va a variar a lo largo de un continuo la cual se puede encontrar en diferentes puntos en determinados

momentos. Pretender medir la confianza es no dejar de lado la idea de que esta es subjetiva, no obstante lo que se puede percibir más claramente es su influencia sobre el rendimiento. De acuerdo a la gráfica, cada vez que la confianza se eleva también se crece el rendimiento de una manera casi lineal hasta llegar al punto de confianza óptima donde el rendimiento va a ser el ideal, aunque, al surgir el exceso de confianza, el rendimiento comienza a reducir de una manera más abrupto. Como asegura Nicolás que el exceso de autoconfianza es tan perjudicial como la falta de ésta. Los niveles altos de confianza hacen pensar a la persona que no debe hacer tanto esfuerzo para conseguir una adecuada ejecución lo cual puede conllevar al fracaso. Este exceso produce confusión entre lo que es y lo que les gustaría que fuese, llevándoles a no admitir errores, autocrítica inadecuada, puede crear conflictos entre compañeros, maestros y entrenadores.

4.2.4 Estilos de entrenamiento.

Silverman (1991) considera que existen vínculos consistentes entre los estilos de entrenamiento y las respuestas del deportista. Existen unos estilos de enseñanza que se encuentran muy extendidos con mayor flexibilidad en su estudio y su aplicación en el contexto de aprendizaje en ella se respetan los estudios de Mosston & Ashworth pero con algunas modificaciones y son agrupados en función de sus principales características y objetivos estos son:



- *Tradicional:* mando directo, modificación de mando directo y asignación de tareas.
- *Que fomentan la individualización:* individualización por grupos enseñanza modular, programas individuales y enseñanza programada.
- *Que posibilitan la participación:* enseñanza recíproca, grupos reducidos y micro enseñanza.
- *Que favorecen la socialización:* estilo socializador incluye el trabajo en colaboración, trabajo interdisciplinar, juegos de roles y simulaciones
- *Que implican cognitivamente al deportista:* descubrimiento guiado y resolución de problemas
- *Que promueven la creatividad:* estilo creativo. Incluye cinética corporal.

Cada entrenador debe adoptar el estilo más apropiado a su forma de ser y sentir y ajustarlo a las características de los jugadores y equipos que entrena, ya que no es igual entrenar a un equipo de profesionales que a equipos de fútbol base. La primera cuestión importante que se debe plantear todo entrenador es tener un objetivo claro a la hora de implantar y desarrollar una técnica de entrenamiento.

Buceta (2004) “el entrenador de deportistas jóvenes tienen una responsabilidad que va más allá del resultado deportivo ya que, a través de sus decisiones y comportamientos, pueden contribuir positiva o negativamente al desarrollo físico, deportivo, psicológico y social de niños y adolescentes”



4.2.5 Interacción entrenador – deportista.

El bienestar físico, psicológico y social de los jóvenes deportistas pueden ser potenciados a través de una serie de conductas adecuadas por parte del conjunto de agentes deportivos, entre los cuales el entrenador es sin duda una de las figuras más importantes, en particular en la iniciación deportiva. En esta fase, las personas significativas para los jóvenes deportistas se convierten en modelos de referencia, que influyen en su crecimiento psicosocial (Smoll y Smith, 2006).

En cada una de las interacciones entrenador-deportista se inserta una oportunidad para que aquel transmita valores positivos o competencias-clave para la vida adulta, ayude al desarrollo de la auto-eficacia o aumente la autoestima del niño/a. Esta influencia puede facilitarse sabiendo que, principalmente los niños más pequeños, consideran al entrenador como aspecto esencial en su participación deportiva (González, Tabernero, y Márquez, 2000).



5. Metodología

5.1 Tipo de investigación y Enfoque

Para dar respuesta a los objetivos plasmados en la presente investigación, siguiendo las indicaciones de Hernández, Fernández y Batistas (2010) se implementará bajo el diseño mixto donde predomina el enfoque cualitativo, ya que este, permite comprender y profundizar en los fenómenos explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto (Hernández, Fernández y Batista) el investigador indaga las experiencias individuales de los integrantes por medio de instrumentos de recolección de datos cualitativos y cuantitativos.

Se aplicará un diseño descriptivo, dado que este es un esquema de investigación, que permite describir fenómenos, especificar características, propiedades y perfiles de las personas, grupos o comunidades, únicamente con el fin de medir o recoger información de manera independiente y conjunta sobre los conceptos o variables a las que se refiere. Estudio no experimental, porque la variable de autoconfianza no es objeto de manipulación y como señala Hernández, Fernández y Batista que la investigación no experimental, es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables, solo se centra en observar fenómenos como se dan en su contexto natural para posteriormente analizarlos.

Para esta propuesta se utilizará la observación sistemática (no participante) que permite agrupar la información a partir de ciertos criterios fijados previamente o partiendo de estos registros. Requiere categorizar hechos, conductas y / o eventos que se han de observar.

5.2 Población y Muestra

Se tomará una muestra representativa de 23 futbolistas Juveniles de género masculino, de la categoría sub 15 pertenecientes a la Corporación Fútbol Club Barcelona Turbo.

Para este estudio se tomará una muestra no probalística siguiendo las indicaciones de Hernández, Fernández y Batista (2010) que dice que la selección de los elementos no depende de la probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de un investigador o grupo de investigadores.

5.3 Procedimientos y técnicas

5.3.1 La observación.

En investigación la observación es un ejercicio que no se limita al sentido de la vista, implica todos los sentidos, adentrarse en profundidad en situaciones sociales y mantener un papel

activo, así como una reflexión permanente. Estar atentos a los detalles, sucesos, eventos e interacciones.

5.3.1.1 Propósitos esenciales de la observación en la inducción cualitativa.

- a) Explorar ambientes, contextos, subculturas y la mayoría de los aspectos de la vida social (Grinnell,1997)
- b) Describir comunidades, contextos ambientes; así mismo las actividades que se desarrollan en éstos, las personas que participan en tales actividades y los significados de las mismas (Patton,2002)
- c) Comprender procesos, vinculaciones entre personas y sus situaciones o circunstancias, los eventos que suceden a través del tiempo, los patrones que se desarrollan, así como los contextos sociales y culturales en los cuales ocurren las experiencias humanas (Jorgensen, 1989)
- d) Identificar problemas (Daymon,2010)
- e) Generar hipótesis para futuros estudios

Según los anteriores propósitos y teniendo presente que cada investigación es distinta, autores como: Willing (2008), Anastas (2005), Rogers y Bouey (2005) y Esterberg (2002) consideran que algunos de los elementos más específicos que se pueden observar son: ambiente físico, ambiente social y humano, actividades (acciones) individuales y colectivas, artefactos que emplean, hechos relevantes y retratos humanos.



Para esta propuesta se utilizara la observación sistemática (no participante) que permite agrupar la información a partir de ciertos criterios fijados previamente o partiendo de estos registros. Requiere categorizar hechos, conductas y / o eventos que se han de observar.

5.3.1.2 C.B.A.S.

C.B.A.S de Smith et al. (1977), adaptación del (Coaching Behavior Assessment System), El Sistema de Evaluación de la Conducta del Entrenador como un instrumento útil para la medición (Conde et al., 2010; Mora et al., 2009; Wallhead y Ntoumanis, 2004). Se utilizó una adaptación de la versión de la CBAS aplicadas por Conde et al. (2010), la cual medía 12 categorías de la conducta del entrenador, dividida en dos dimensiones: reactivas y espontáneas. Las reactivas son provocadas por la realización de la actividad de los jugadores basándose en sus aciertos, errores o conductas. Por otro lado, las espontáneas son respuestas iniciadas por el entrenador. Atendiendo a la CBAS se considera como orientación hacia la tarea el registro de: Refuerzo (R), Ánimo al Error (AE), Mantener el Control (MC), Instrucción Técnica General (ITG), Comunicación General (CG), Organización (O) y Ánimo General (AG). Mientras que se considera como enfoque ego el registro de: No Refuerzo (NR), Punición/Castigo (P), Ignorar el Error (IE) e Instrucción Técnica Punitiva (ITP).



5.3.2 Cuestionarios.

Instrumento que permite la recolección de datos, consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir. Debe ser congruente con el planteamiento del problema e hipótesis. Brace (2008) citado por: Hernández, Fernández y Batista.

5.3.2.1 C.P.R.D: Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

Es un cuestionario elaborado en castellano por Buceta, Gimeno y Pérez - Llantada en 1994, está compuesto de 40 ítems que se agrupan en cinco escalas o factores: Control del estrés, Influencia de la evaluación del rendimiento, Motivación, Habilidad mental y Cohesión de equipo. El contenido del factor Control del Estrés abarca dos categorías de ítems: Las características de la respuesta del deportista (Concentración, confianza, tensión) en relación con las demandas del entrenamiento y de competición. Las situaciones potencialmente estresantes que pueden provocar estrés y en cuya presencia es necesario el control (El día anterior de una competición, los momentos previos a la misma y durante la propia competición, cometer un error, un mal entrenamiento, una lesión).

Este factor está constituido por 20 ítems relacionados con la autoconfianza, la ansiedad y la concentración del sujeto en la competición deportiva. De los 20 ítems, 9 evalúan la

autoconfianza en el deportista. Una puntuación alta en esta escala parece indicar que el deportista dispone de recursos psicológicos relacionado con su participación en competiciones deportivo.

5.4 Actividades para el logro de los objetivos

Tabla 1.						
<i>Actividades para el logro de los objetivos.</i>						
Actividad	Descripción	Objetivo	Fecha	Lugar	Recursos	Integrantes
Observación del entrenamiento deportivo	Se dispone de una herramienta de observación no participante para ver los aspectos inmersos en la dinámica de entrenamiento. Que favorecen o desfavorecen la autoconfianza de los participantes.	- Describir las conductas del entrenador relacionadas con el entrenamiento y la competencia. -Identificar la influencia de la interacción entrenador-deportista en la autoconfianza -	3,6,10,13, de mayo de 2016	Cancha de entrenamiento santo eccehomo en el municipio de Turbo Antioquia.	Observación de la conducta del entrenador para deportes en conjunto: C.B.A.S. <i>(adaptado)</i> elaborado en inglés por Smith, Smoll y Curtis (1979)	Isabel Cristina Giraldo Patiño. Mayra Alejandra Mena Mosquera
Observación de la competencia deportiva	Se dispone de una herramienta de observación no participante para ver los aspectos inmersos en la dinámica de competencia. Que favorecen o desfavorecen la autoconfianza de los	-Describir las conducta del entrenador relacionada con el entrenamiento y la competencia - Identificar la influencia de la interacción entrenador-deportista en la autoconfianza	7,14,21,28 de mayo de 2016	Cancha del corregimiento el tres perteneciente al municipio de Turbo Antioquia	Observación de la conducta del entrenador para deportes en conjunto: C.B.A.S. <i>(adaptado)</i>	Isabel Cristina Giraldo Patiño. Mayra Alejandra Mena Mosquera

participantes.

Aplicación de Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo C.P.R.D:	Es un cuestionario elaborado en castellano por Buceta, Gimeno y Pérez-Llantada en 1994, está compuesto de 71 ítems que se agrupan en cinco escalas o factores: Control del estrés, Influencia de la evaluación del rendimiento, Motivación, Habilidad mental y Cohesión de equipo. Este factor está constituido por 20 ítems relacionados con la autoconfianza, la ansiedad y la concentración del sujeto en la competición deportiva. Una puntuación alta en esta escala parece indicar que el deportista dispone de recursos psicológicos para controlar el estrés potencial relacionado con su participación	Analizar los niveles de autoconfianza que tienen los futbolistas de la categoría sub 15 de la corporación futbol club Barcelona Turbo.	24, 26 y 27 de mayo de 2016	Cancha de entrenamiento santo eccehomo en el municipio de Turbo Antioquia.	Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo C.P.R.D: (<i>adaptado</i>)	Isabel Cristina Giraldo Patiño. Mayra Alejandra Mena Mosquera
--	--	--	-----------------------------	--	---	--

	en competiciones deportivas.					
Análisis y organización de los datos recabados.	Se analizarán y se describirán los hallazgos encontrados en la aplicación de los distintos instrumentos utilizados, para alcanzar los objetivos propuestos en la investigación. Del mismo modo se procederá a organizarlos para su respectiva presentación en medios gráficos entre otros.	Describir los datos recabados mediante los distintos instrumentos utilizados, con la finalidad de dar un reporte del estudio planteado en esta investigación.	9,10, y 11 de junio de 2016.	Sala de estudio en el municipio de Turbo Antioquia.	PC portátil, hojas lápices, lapiceros, hojas bond, sacapuntas y borradores.	Isabel Cristina Giraldo Patiño. Mayra Alejandra Mena Mosquera

5.5 Recolección de la Información y Plan de Análisis

Primeramente se solicitó la autorización al director de la Corporación Barcelona fútbol Club, mediante un consentimiento informado, su colaboración para realizar el proceso de investigación con fines académicos.

En la segunda fase, se realizó un proceso de observación no participante en 4 entrenamientos y 4 competencias y se sistematizó la información mediante el formato de observación, sistema de evaluación de la conducta del entrenador C.B.A.S adaptado donde se



registraron aspectos relacionados con el estilo de entrenamiento y competencia deportiva implementados por el entrenador.

Consecuentemente, se procedió aplicar el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo C.P.R.D que permitió evaluar los niveles de autoconfianza en los 23 deportistas varones en edades de 14 y 15 años de la Corporación fútbol Club Barcelona Turbo.

Posteriormente se inició el plan de análisis, recabando los datos sistematizados en el instrumento de observación teniendo en cuenta los criterios que evalúa el formato C.B.A.S.

6. Resultados

En el presente apartado se describe detalladamente los resultados obtenidos en función de evaluar los objetivos propuestos en la presente investigación. Luego de aplicar el C.B.A.S adaptado, para describir la conducta del entrenador, y el C.P.R.D. adaptado aplicado a 23 futbolistas entre los 14 y 15 años pertenecientes a la Corporación fútbol Club Barcelona Turbo.

Como resultado del análisis del contenido C.B.A.S adaptado para evaluar la conducta del entrenador se obtuvo una planilla de observación sistemática que se evidencian en la tabla 2 y 3 siguiente.

Tabla 2

Resultados del sistema de evaluación de la conducta del entrenador C.B.A.S adaptado: conductas reactivas

Respuestas ante ejecuciones deseables

-No refuerzos(N R): No se evidencian refuerzos físicos o verbales para potenciar el aprendizaje de conductas deseadas, para el logro de los objetivos propuestos para cada ejercicio.

Respuesta ante errores

-Aliento contingente al error (AE): no se evidencia conductas alentadoras posteriores a un error táctico.

-Instrucción técnica contingente al error (IT): Se enfada fácilmente ante los errores cometidos por los deportistas, buscando cambiar la conducta no deseada de los jugadores, indicando con rigidez la estrategia a seguir para minimizar errores.

- Punición/ Castigo (P): en ocasiones utiliza un lenguaje inapropiado, grita a los jugadores y a los jueces durante los partidos cuando no está de acuerdo con las actuaciones de los mismos.

- Instrucción Técnica Punitiva (ITP=ITE+P): en ocasiones suele utilizar un tono de voz alto para dar instrucciones técnicas respecto a ejercicios de entrenamiento, Muestra poca tolerancia a la frustración enojándose fácilmente ante los errores técnicos.

- Ignorar el Error (IE): demuestra estar atento, a los errores técnicos y tácticos.

<p><i>Respuestas ante conductas inadecuadas:</i></p> <p>-</p>	<p>Mantenimiento del control (MC): se evidencia intolerancia a las conductas inadecuadas, por lo cual, se enfada fácilmente, suele gritar o ponerse de mal genio cuando se presenta una situación desagradable, se aleja del lugar, se torna muy ansioso, fuma en los escenarios deportivos.</p>
---	---

<p>Tabla 3</p> <p><i>Resultados del sistema de evaluación de la conducta del entrenador C.B.A.S adaptado: conductas reactivas</i></p>	
<p><i>Relacionadas con el juego:</i></p>	<p>-Instrucción técnica general (ITG): en cuanto a las instrucciones se muestra dominio de técnica para instruir al inicio y durante de las sesiones de entrenamiento y competencia.</p> <p>-Aliento general (AG): se evidencia poco entusiasmo, el entrenador muestra ser entusiasta en sesiones de entrenamiento, durante la competencia suele ser muy reservado y ansioso.</p> <p>-Organización (O): muestra ser muy y autoritario en la asignación de tareas y responsabilidades y posiciones delegadas en función del juego.</p>
<p><i>Irrelevantes para el juego:</i></p>	<p>-Comunicación general (CG): en cuanto las interacciones con los jugadores se evidencian momentos de buena comunicación antes de iniciar las fases de entrenamiento y competencia.</p>



Se aplicó el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo C.P.R.D adaptado versión fútbol, que cuenta con 40 ítems que se agrupan en 5 escalas, de las cuales solo se estudió el factor de la autoconfianza conformado por 9 ítems, evaluados en sus respuestas de 1 a 5, con una puntuación máxima de 45p.

ITEMS QUE MIDEN LA AUTOCONFIANZA EN EL C.P.R.D – FUTBOL

(Max= 45p)

5.

13.

15.

17.

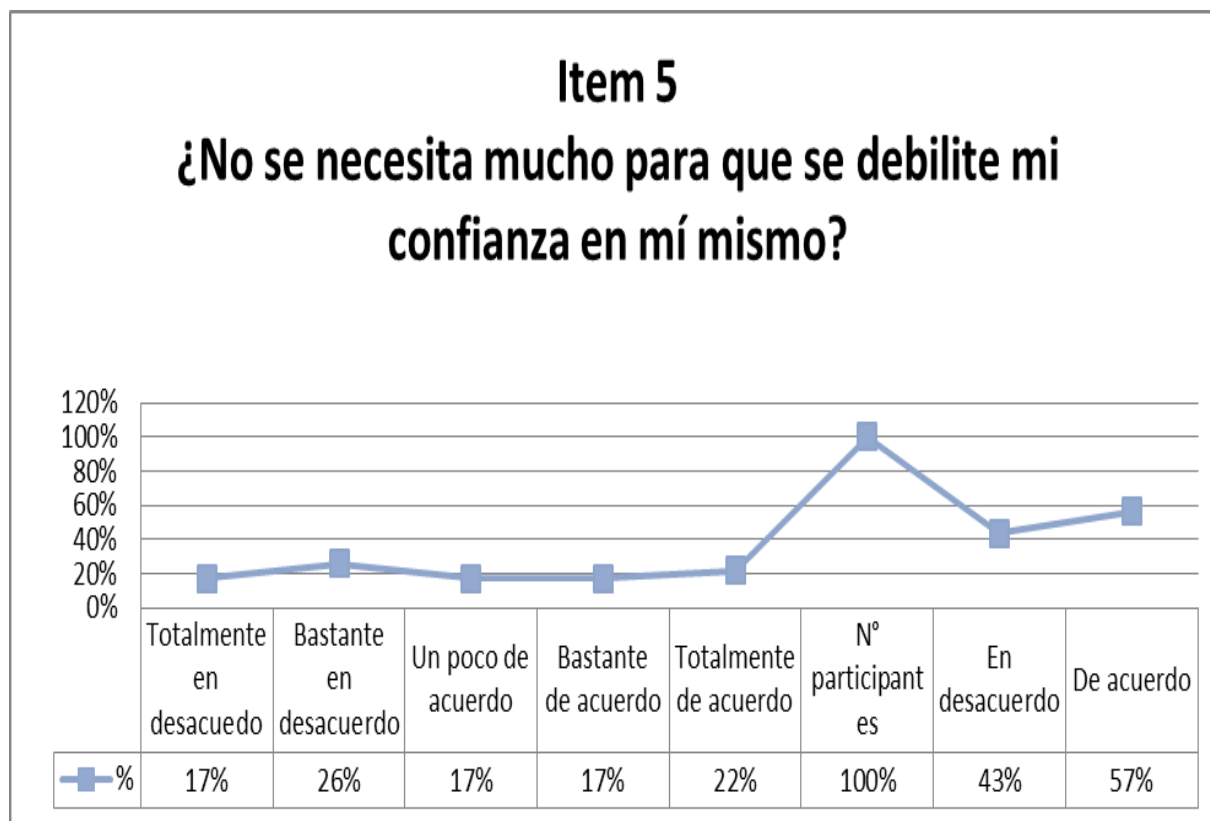
27.

33.

36.

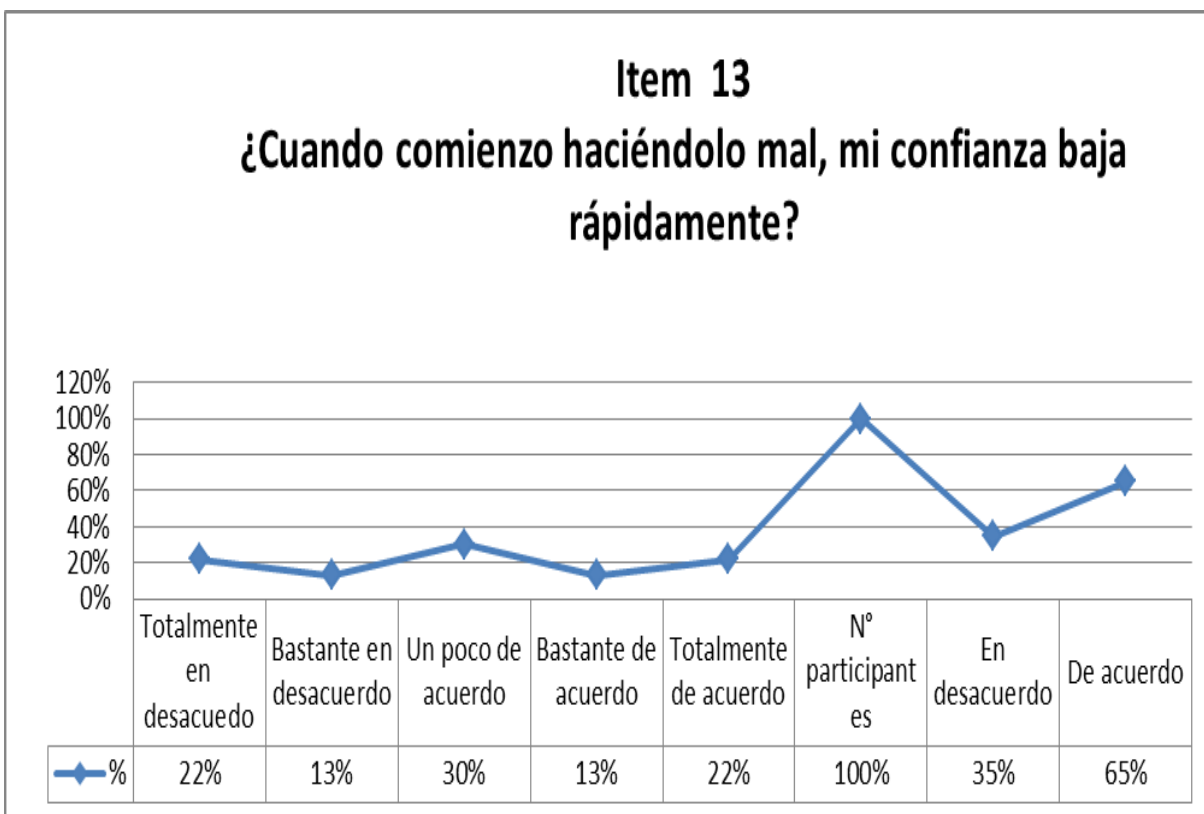
37.

39.



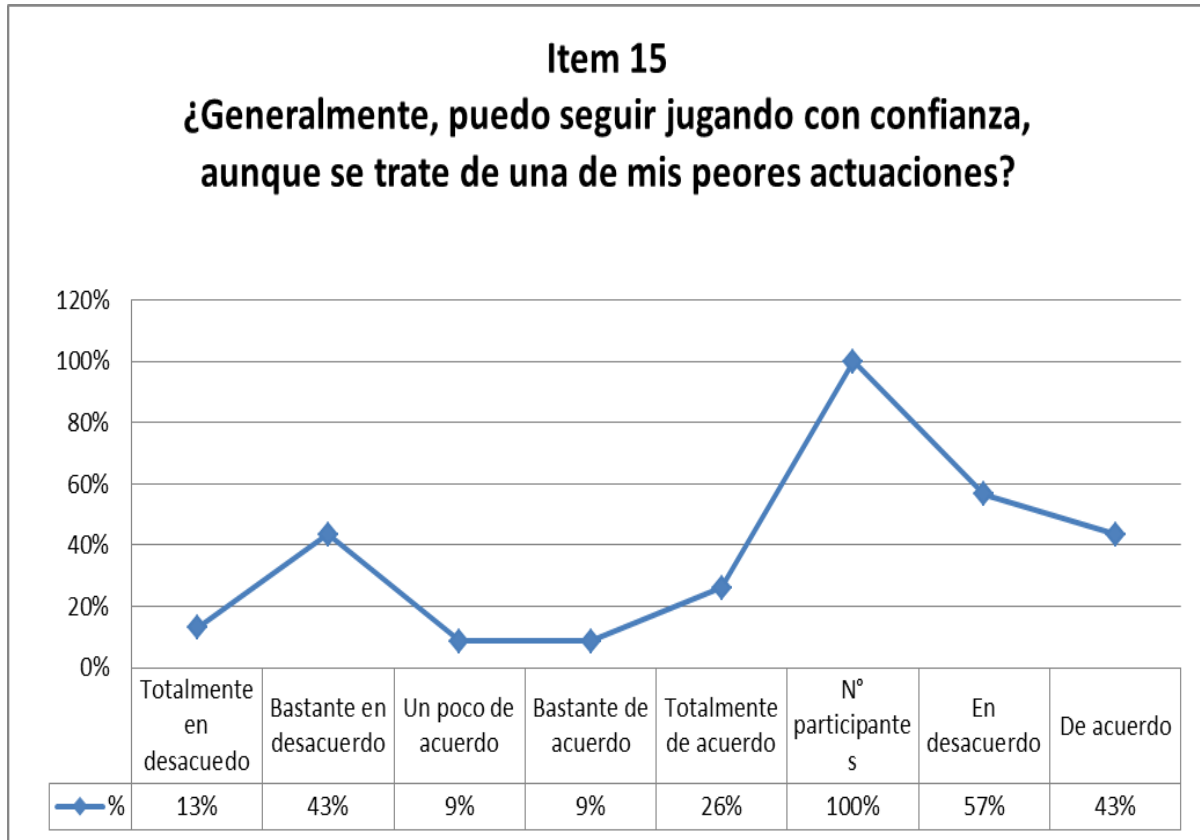
Gráfica 2. Ítem 5, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 5, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 57% en promedio, manifiestan estar de acuerdo, que no se necesita esfuerzo para debilitar su autoconfianza. Lo que permite suponer que las conductas inapropiadas del entrenador pueden ocasionar un descenso en la autoconfianza de los deportistas.



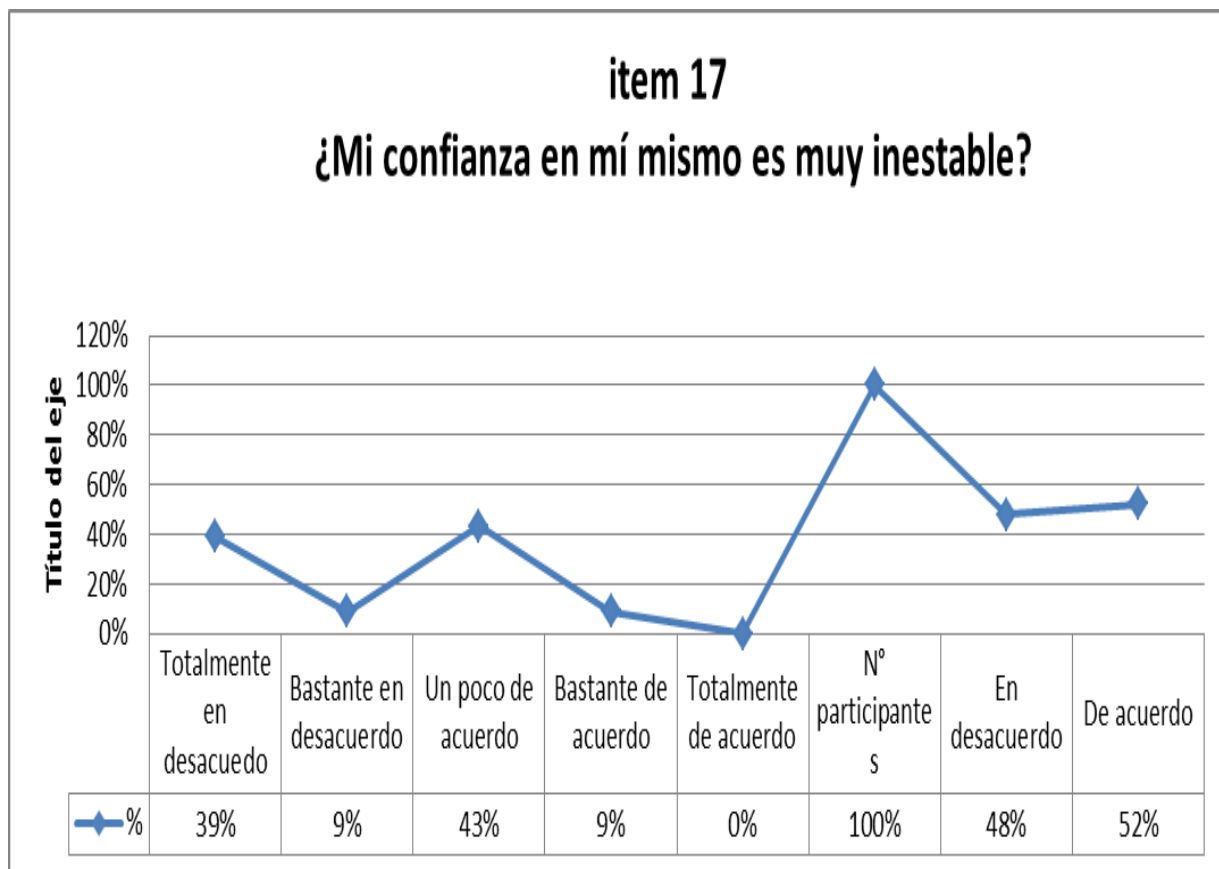
Gráfica 3. Ítem 13, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 13, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario en el 65 % en promedio, manifiestan estar de acuerdo, que su autoconfianza disminuye cuando inician mal en una competencia, en relación con la conducta del entrenador, puede ser que la atención centrada en los errores de los futbolistas y la rigidez con la que interviene, estén influenciando para que la confianza de los jugadores descienda rápidamente.



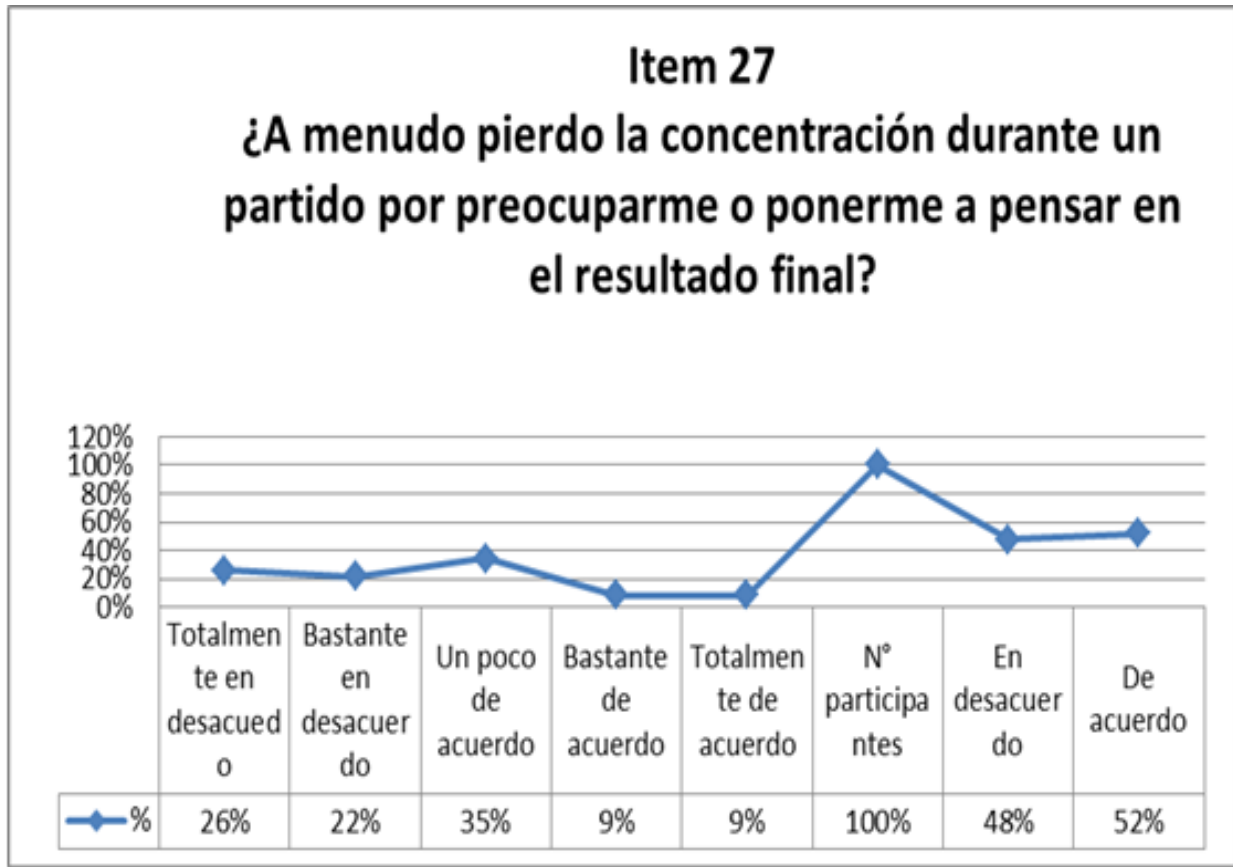
Gráfica 4. Ítem 15, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 15, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 57% en promedio, están en desacuerdo, en seguir jugando aunque se trate de sus peores actuaciones. Lo cual nos permite suponer que una mala actuación puede generar una respuesta punitiva del entrenador ante los errores, lo cual, parece imponer miedo al fracaso y afectar la confianza de algunos jugadores.



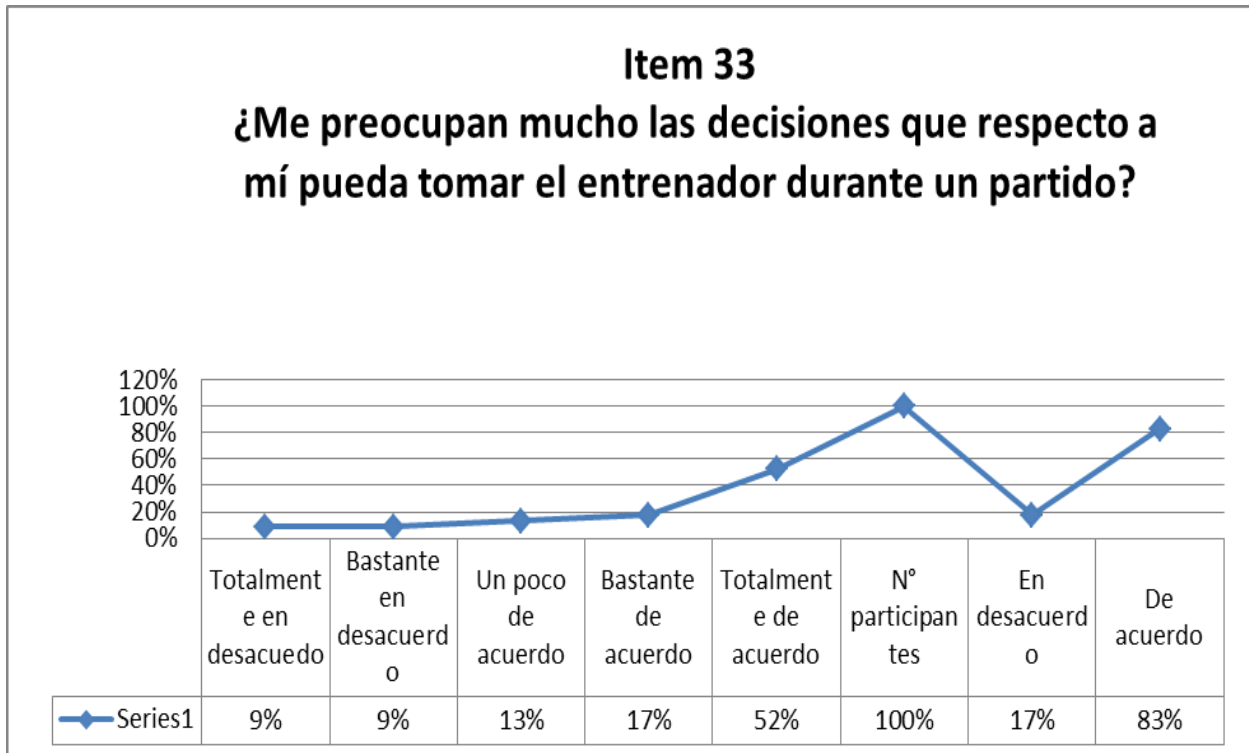
Gráfica 5. Ítem 17, evaluación de la autoconfianza

La gráfica muestra como resultado del ítem 17, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 52% en promedio, están de acuerdo, que su confianza en sí mismos es inestable, lo cual permite suponer que las conductas inadecuadas y la falta de refuerzos positivos por parte del entrenador pueden impactar y disminuir la autoconfianza.



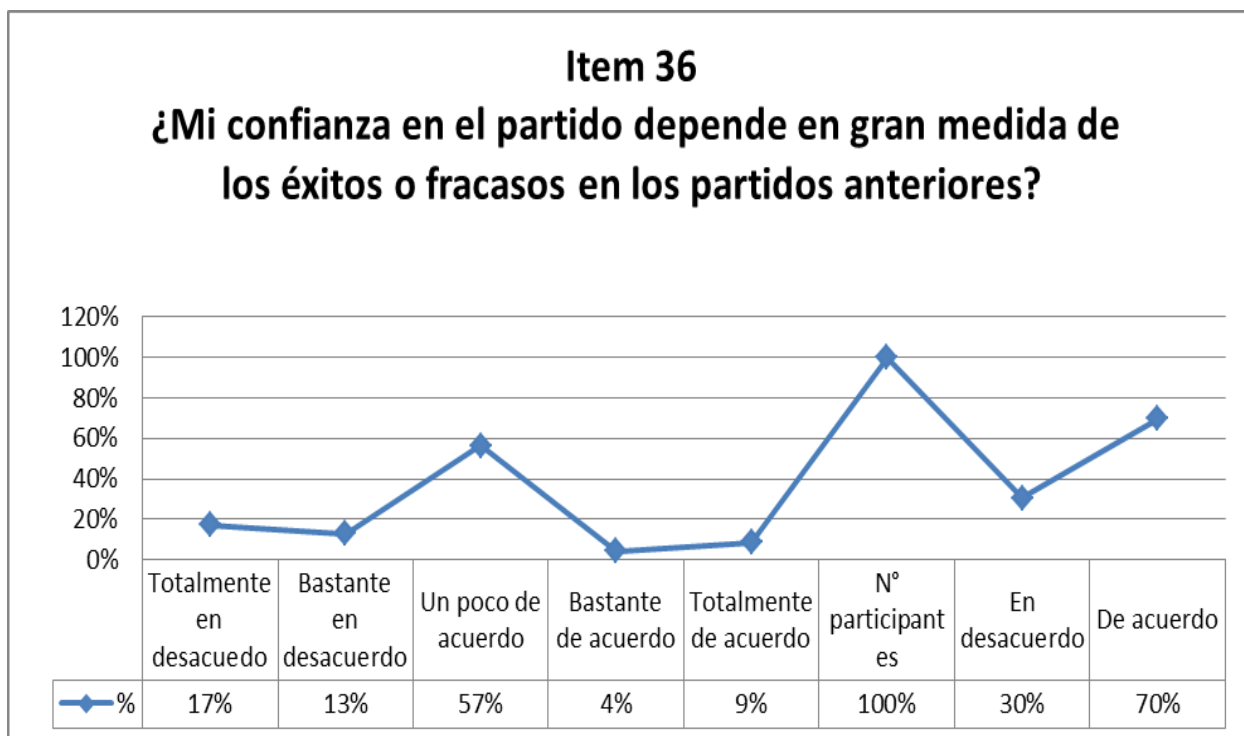
Gráfica 6. Ítem 27, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 27, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 52% en promedio, manifiestan estar de acuerdo, que a menudo pierden la confianza en un partido por pensar en el resultado, lo que indica, que el entrenador puede estar generando descenso de la confianza durante los partidos por fijar las metas en los resultados y no en la tarea.



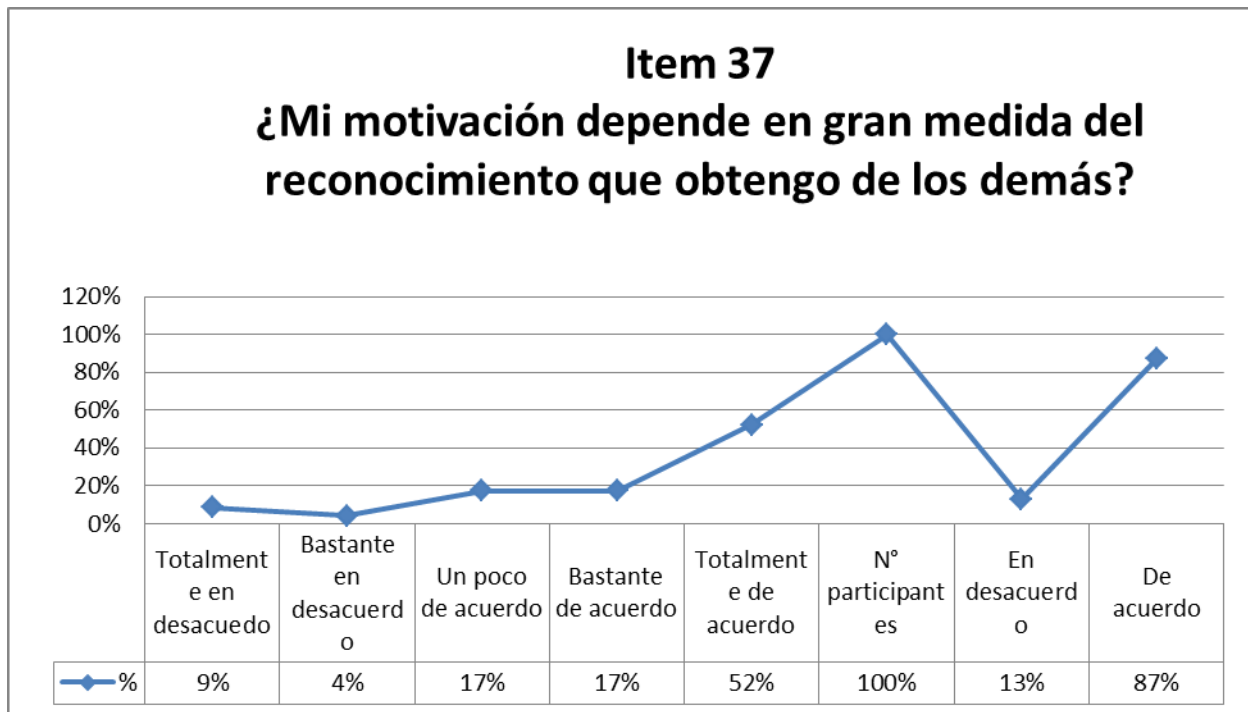
Gráfica 7. Ítem 33, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 33, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 83 % en promedio, están de acuerdo, que suelen tener preocupaciones con respecto a las decisiones que tome el entrenador durante un partido, esto puede relacionarse con la ansiedad e inquietud y la reacción ante un error que manifiesta el entrenador en las competencias y la ausencia de conductas alentadoras ante un los errores tácticos.



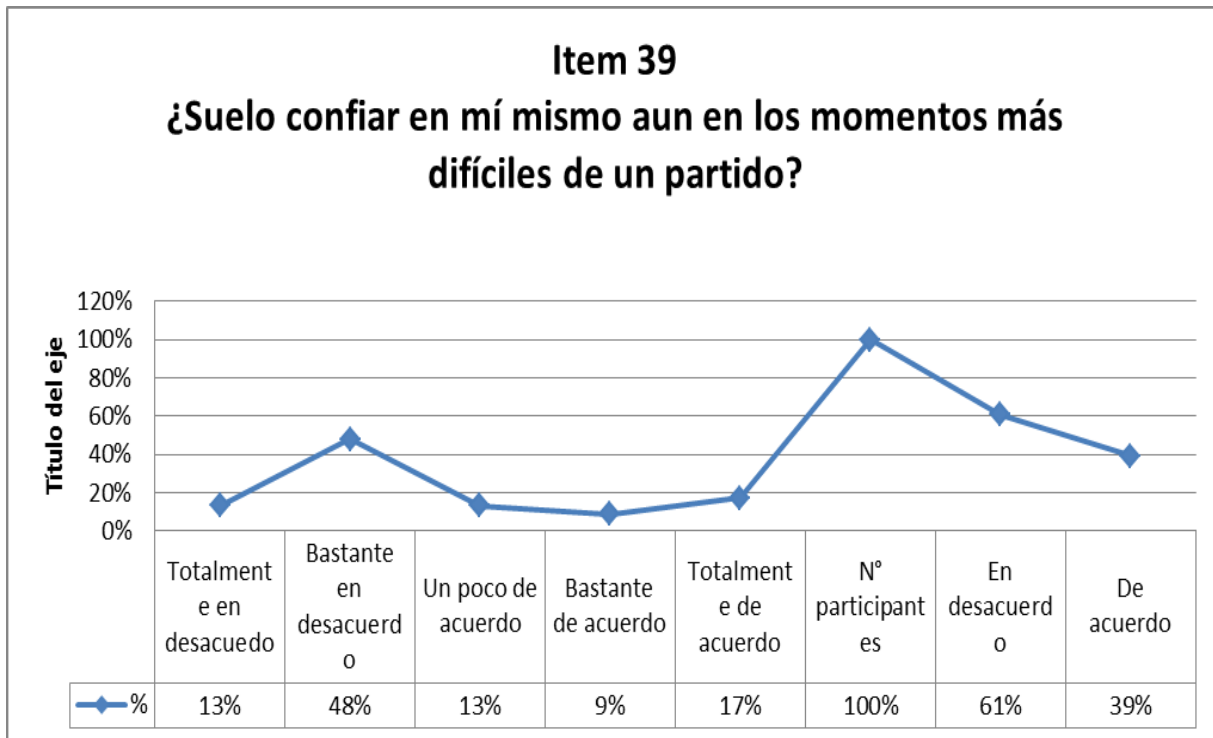
Gráfica 8. Ítem 36, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 36, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 70% en promedio, manifiestan estar de acuerdo, que su confianza en las competencias suele estar mediadas por los éxitos o fracasos de los partidos anteriores, lo que supone que el entrenador centra su atención en conductas rígidas de punición basadas en los resultados y/o fracasos obtenidos más que en el esfuerzo y la disposición de los futbolistas



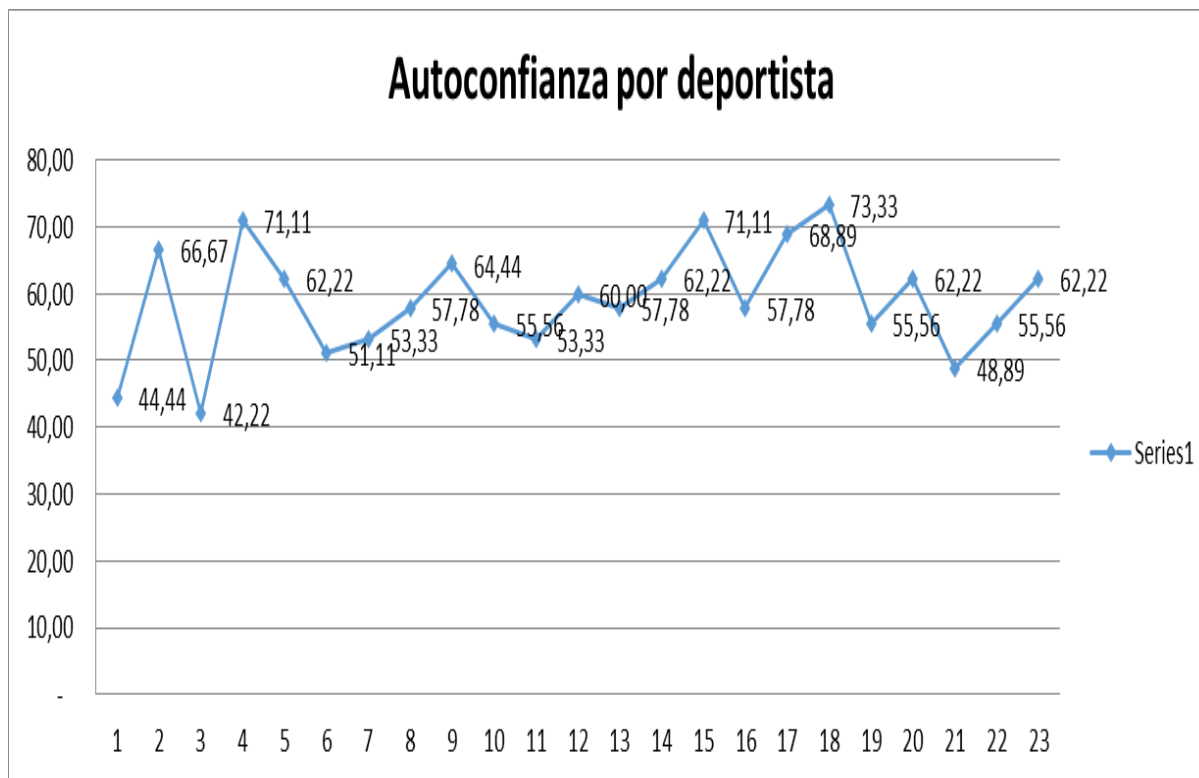
Gráfica 9. Ítem 37, evaluación de la autoconfianza.

La gráfica muestra como resultado del ítem 37, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 87 % en promedio, manifiestan estar de acuerdo que el reconocimiento de sus logros es importante para su desempeño y motivación, lo cual, comparado con las conductas del entrenador hacia la ausencia de reforzadores puede estar mediando para que sus deportistas se sientan desmotivados y sin la suficiente confianza para su desempeño deportivo.



Gráfica 10. Ítem 39, evaluación de la autoconfianza

La gráfica muestra como resultado del ítem 36, que de 23 deportistas que se les aplicó el cuestionario el 61 % en promedio, manifiestan estar en desacuerdo, es decir, que no pueden confiar en sí mismos aun en los momentos difíciles de una competencia, puede que la ansiedad del entrenador y la intolerancia a la frustración durante los partidos, este interfiriendo en que los futbolistas tiendan a sentirse inseguros de su autoconfianza en medio de los momentos más complejos de una competencia.



Gráfica 11. Evaluación de la autoconfianza por deportista.

En la gráfica se muestra el nivel de autoconfianza de los futbolistas, teniendo en cuenta que la puntuación máxima es de 45, estos se encuentran ubicados entre el 42% y el 73% en promedio, lo que indica que su autoconfianza está en un nivel medio. Ese nivel les permite mantener unos buenos resultados, superar momentos críticos, aunque, se considera pertinente que el entrenador trabaje en pro de fortalecer aspectos que incrementen su nivel para que el desempeño sea óptimo y así minimizar riesgos.

7. Presupuesto

Tabla 4			
<i>presupuesto</i>			
RECURSOS	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Cartulina	15	\$500	\$7500
Marcador permanente	5	\$1200	\$6000
Marcador borrrable	5	\$1200	\$6000
Resma	1	\$12000	\$12000
Lapicero	10	\$700	\$7000
Tijera	1	\$1300	\$1.300
Cuaderno de notas	3	\$1000	\$3.000
Sacapuntas	1	\$300	\$300
Borrador	3	\$300	\$900
Papel bond	5	\$300	\$1500
Carpeta	3	\$1000	\$3000
Fotocopias	420	\$50	\$21.000
Total			\$75.500

8. Conclusiones

Como resultado de la aplicación del cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo C.P.R.D, adaptado se pudo analizar que los niveles de autoconfianza de los 23 deportistas estudiados marcan un promedio en total por equipo del 60 % lo que revela que es estable.

Teniendo en cuenta lo que plantea Nicolás (2009), cuando explica que la confianza no es algo que se posea o no, sino que va a variar a lo largo de un continuo la cual se puede encontrar en diferentes puntos en determinados momentos. Lo anterior, lleva a suponer, que Los resultados de los dos instrumentos utilizados tienen una relación no muy distante, ya que las conductas del entrenador descritas en la tabla de criterios de la observación, se muestra situada en un estilo de entrenamiento Tradicional: de mando directo, modificación de mando directo y asignación de tareas. Silverman (1991). Donde el entrenador solo se centra en la tarea y el resultado, además de adoptar una conductas punitivas, restrictivas, perfeccionista, que podían estar influyendo en que la autoconfianza de los futbolistas se vuelva fluctuante ya que se encuentra en un nivel medio, vulnerable ante las situaciones externas e interviniendo en el logro de las tareas o metas propuestas.

Finalmente, los resultados que arroja la investigación determinan cierta relación entre la autoconfianza y la conducta del entrenador, puesto que la interacción entrenador deportista no es la más adecuada, dada las características comportamentales basadas en ejecución mando directo, no se promueve la creatividad, la participación espontanea, el desarrollo de habilidades



psicológicas, no se evidencia buenas relaciones empáticas interpersonales, solo se refleja un ambiente de ejecuciones técnicas centradas en promover el desarrollo de destrezas técnicas, tácticas y ejecutivas en función de alcanzar objetivos inmediatos en el rendimiento deportivo para la obtención de resultados a corto plazo.



9. Recomendaciones

Teniendo en cuenta los hallazgos obtenidos donde se establece en cierto modo, la influencia negativa, que puede tener el entrenador, en consecuencia a las conductas manifiestas en los distintos espacios de interacción con el deportista como son los entrenamientos y la competencia, y la puntuación revelada en la aplicación del cuestionario de características psicológicas, donde se dispone de una valoración que sitúa la autoconfianza de los 23 deportistas en la media, es pertinente plantear estrategias que permitan el fortalecimiento de esta variable estudiada, a fin de que, aumente y no disminuya, no solo por la necesidad de potencializar habilidades futbolísticas, sino que también, desde la perspectiva psicológica en el deporte se proceda a la intervención para instaurar en los entrenadores competencias para la aplicación de técnicas que promuevan el bienestar físico, táctico, ejecutivo y psicológico de los niños y adolescentes que están en procesos formativos en las distintas instituciones dedicadas a el deporte.

Por lo anterior, con esta investigación se hace necesario la preparación psicológica de los entrenadores deportivos de la Corporación Fútbol Club Barcelona, implementando programas de capacitaciones que estén enfocadas a dotar a estos de los conocimientos, estrategias y herramientas necesarias para poder optimizar el rendimiento de sus deportistas tanto individualmente como en grupo. Como también, también favorecerá la autorrealización, desarrollo psicológico y social de los niños y adolescente en función de promover ambientes de seguridad confianza en sí mismo.



Asimismo se les sugiere a los entrenadores que utilicen técnicas de intervención psicológicas, que no solo contribuirá a mejorar el rendimiento de los deportistas sino que también favorecerá la autorrealización, desarrollo psicológico y social de los niños y adolescentes en función de promover ambientes de seguridad confianza en sí mismos.

Dar a conocer al grupo técnico de la Corporación Fútbol Club Barcelona la importancia que ejerce la autoconfianza en la fortaleza mental de los deportistas y como la autoconfianza se afecta a través de la conducta del entrenador.

Hacer estudios posteriores extensivos a las distintas categorías deportivas de la Corporación Fútbol Club Barcelona, para determinar los niveles de autoconfianza que posee cada uno de los deportistas, y detectar necesidades para fortalecer esta característica psicológica de los deportistas.

Referencias Bibliográficas.

Bandura (1977) citado por: González Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz Sánchez, M. L., & Romero Granados, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. Recuperado desde: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311132628012>

Buceta, J., López, A., Pérez, M., Vallejo, M y del Pino, M. (2002). Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema Revista de psicologías publicadas en español*, Vol. 15 (2). Recuperado desde: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=1057>

Buceta, J. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. (1ª. Edición) Editorial Dykinson Madrid.

Buceta, José María. (1998) "*Psicología del Entrenamiento Deportivo*". Madrid: Editorial Dykinson. P134-137.

Buceta, José María. *Cuestiones actuales en la aplicación de la Psicología al deporte de competición*. [En línea] 1993. [Citado el 16 mayo. 2016]. Disponible desde: http://www.palestraweb.com/zona_libre/publicaciones/PUBLICACIONESdivulgativas3

Carrascosa (2003) citado por: González Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz Sánchez, M. L., & Romero Granados, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311132628012>

Causa E. (2007). El entrenamiento mental. Una aproximación hacia el entrenamiento mental en el tenis. *Portal deportivo ciencia, deporte y actividad física*. Disponible en: http://www.portaldeportivo.cl/lista_articulos.php?id_sec=3

Coldeportes. Instituto Colombiano del Deporte. [En línea].2016. [Citado el 10 de abril 2016]. Disponible desde: http://www.portaldeportivo.cl/lista_articulos.php?id_sec=1

Congreso de la República de Colombia. Ley 181 por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Santa fe de Bogotá. Enero 18 de 1995.

Dosil (2004) citado por: González Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz Sánchez, M. L., & Romero Granados, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311132628012>

Hernández Sampieri Roberto. Metodología de la investigación. 1 Ed. Editorial McGraw-Hill Interamericana, México, 1997. 850 p. Ciencias Humanas Y Sociales. ISBN: 968-422-931-3. P231.

Loehr, James E. *La excelencia de los deportes, como alcanzarla a través del control mental*. Argentina. Editorial Planeta, 1990.

López, I. S. L. (2011). Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Recuperado de: <https://scholar.google.com.co/scholar?um=1&ie=UTF-8&lr&q=related:nSEspAw2HzWjhM:scholar.google.com/>

Marqués, M., Nonohay, R., Koller, S., Gauer, G., & Cruz, J. (2015). El estilo de comunicación del entrenador y la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 47-54.

Nicolás (2009) citado por: González Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz Sánchez, M. L., & Romero Granados, S. (2015). *La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: revisión de estudios*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311132628012>

Pulido, F. (2011). *Motivación y Autoconfianza en Deportistas*. Consultado el 07 de abril de 2016. (en red). Disponible en: <http://defidepor25.ugr.es/acrd/alumnos/document/clases/14.pdf>

Telletxea (2007) citado por: González Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz Sánchez, M. L., & Romero Granados, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31113262801>

Sampieri, R.H., Collado, C.F & Baptista, M.D.P. (2010) *Metodología De La Investigación*. México: Mc Graw Hill.

Santiago López-López, I., Jaenes-Sánchez, J. C., & Cárdenas-Vélez, D. (2013). Adaptación para futbolistas (CPRD-F) del cuestionario " características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo"(CPRD). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 21-30.

Smith, R. E., Smoll, F. L., y Hunt, E. B. (1977). *A system for behavioral assessment of athletic coaches*. *Research Quarterly*, 48, 401-407.



Sousa, C., Viladrich, M. C., & Torregrosa, M. (2007). *Efectos del Programa de asesoramiento personalizado a entrenadores (PAPE) en el compromiso deportivo y el abandono de futbolistas jóvenes. European Journal of Human Movement, (19), 97-116. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte* Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274220371006>



10. Anexos

AREA DE PSICOLOGÍA

C.B.A.S. (Adaptado)

DEPORTE _____

FECHA _____

INSTRUCTIVO: Resolver los puntos propuestos en la siguiente guía a partir de la observación detallada.

Tenga en cuenta los siguientes aspectos:

- Adquirir previamente un permiso para realizar la observación.
- Estar cerca de las personas durante el entrenamiento para escuchar un poco las conversaciones relacionadas con las indicaciones de los entrenadores y preguntas o apelaciones de los deportistas
- Guardar silencio durante toda la sesión para no interrumpir
- Es conveniente que los deportistas sepan qué se está haciendo pero no se recomienda que esto suceda en las sesiones previas a una competencia
- Tomar nota de aspectos relevantes pero en lo posible estar mirando siempre el entrenamiento y llenar los registros luego.

CONDUCTA DEL ENTRENADOR EN LA COMPETENCIA.

1. Durante el partido el entrenador le va recordando las diferentes tácticas que deben seguir los deportistas (les recuerda cómo defender, cómo atacar, cómo colocarte en el campo)

2. El entrenador felicita cuando los futbolistas hacen una buena jugada (un buen pase, una buena defensa)



3. El entrenador anima a los jugadores cuando cometen un error (sacar, pasar, defender)

4. El entrenador explica cómo actuar, cuando cometen un error cuando les dice qué hacer para corregirlo.

5. ¿El entrenador se enoja cuando fallan en algo?

6. Cuándo se enoja:(empuja, insulta, golpea a los deportistas grita, regaña, manotea, mira feo)

7. El entrenador da instrucciones después de que los deportistas cometen un error

8. Cuando el entrenador da instrucciones lo hace (grita, cambia por otro, regaña, empuja)

9. El entrenador ignora los errores que cometen durante el partido (no hace comentarios positivos, ni negativos)

10. Si algún jugador se eleva durante el partido ¿el entrenador le llama la atención para que atienda a sus instrucciones.



11. El entrenador anima durante el partido.

12. Cuando el entrenador realiza cambios ¿da instrucciones sobre las tácticas a seguir?

13. El entrenador se distrae durante el partido (habla de cosas que no son del partido con otras personas, mira para la tribuna).

14. ¿El entrenador le habla mucho a los árbitros?

CONDUCTA DEL ENTRENADOR EN LOS EJERCICIOS DEL ENTRENAMIENTO

1. El entrenador explica los objetivos de cada ejercicio.

2. El entrenador explica las reglas de funcionamiento de cada ejercicio.

3. El entrenador mira a los deportistas cuando se dirige a ellos.

4. El entrenador hace de Modelo para mostrar la conducta-objetivo.



5. El entrenador centra su conducta verbal en el objetivo del ejercicio.

6. El entrenador da instrucciones precisas (y no dispersas).

7. El entrenador se centra en la conducta de los deportistas (no en resultados).

8. El entrenador se centra en los estímulos antecedentes relevantes.

9. El entrenador utiliza preguntas cuando los deportistas ya conocen la información relevante.

10. El entrenador discrimina entre la decisión y la ejecución.

11. El entrenador aporta Feedback inmediato y constructivo.

12. El entrenador utiliza, correctamente reforzamiento social.

13. El entrenador aplica correctamente, programas de reforzamiento castigo.

14. El entrenador juzga el rendimiento utilizando criterios apropiados.



15. El entrenador da ánimos a los deportistas.

**POR FAVOR COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS PREGUNTAS
CON UNA SOLA RESPUESTA. ¡GRACIAS!**

C. P. R. D. – FUTBOL.

Cuestionario de “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento

Deportivo en

Fútbol”.

Instrucciones:

Conteste, por favor, a cada una de las siguientes cuestiones, indicando *en qué medida se encuentra de acuerdo* con ellas. Como podrá observar existen *seis* opciones de respuesta. Elija la que desee, según se encuentre más o menos de acuerdo, marcando con *una cruz* el lugar correspondiente. En el caso de que no entienda lo que quiere decir exactamente alguna de las preguntas, marque con una cruz en la última columna.

Totalmente en Desacuerdo	Bastante en Desacuerdo	Un poco de Acuerdo	Bastante de Acuerdo	Totalmente de Acuerdo	No Entiendo
()	()	()	()	()	()

PREGUNTAS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalment e De Acuerdo	No Entiendo
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.						
2. Mientras duermo, suelo “darle muchas vueltas” al partido en el que voy a participar.						
3. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar a jugar en un partido.						
4. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.						
5. No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo.						
6. A menudo estoy “muerto de miedo” en los						

momentos anteriores al comienzo de mi participación en un partido.						
7. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.						
8. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.						
9. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy jugando un partido.						
10. Durante mi actuación en un partido, mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.						
11. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en un partido.						
12. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo antes de que comience un partido.						
13. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.						
14. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.						
15. Generalmente, puedo seguir jugando con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.						
16. Cuando me preparo para jugar un partido, intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.						
17. Mi confianza en mí mismo es muy inestable.						
18. Cuando mi equipo pierde, me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.						
19. Cuando cometo un error en un partido me pongo muy ansioso.						
20. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en el fútbol.						
21. El fútbol es toda mi vida.						
22. A menudo pierdo la concentración durante los partidos como						

consecuencia de las decisiones de los árbitros que considero desacertadas y que van en contra mía o de mi equipo.						
23. Cuando cometo un error durante un partido, suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien de entre los espectadores.						
24. El día anterior a un partido me encuentro habitualmente demasiado nervioso o preocupado.						
25. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo, es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.						
26. En los partidos suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes.						
27. A menudo pierdo la concentración durante un partido por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.						
28. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.						
29. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de un partido.						
30. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.						
31. Cuando finaliza un partido analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado del partido por separado).						
32. A menudo pierdo la concentración en el partido a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.						

33. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante un partido						
34. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.						
35. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada partido.						
36. Mi confianza en el partido depende en gran medida de los éxitos o fracasos en los partidos anteriores.						
37. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.						
38. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante el partido.						
39. Suelo confiar en mí mismo aun en los momentos más difíciles de un partido.						
40. Estoy dispuesto a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.						

POR FAVOR COMPRUEBA SI HA CONTESTADO A TODAS LAS PREGUNTAS ANTERIORES CON UNA SOLA RESPUESTA.