



La preocupación por los resultados puede ser perjudicial para los entrenadores jóvenes

Callum Gowling^a

^a Liquid Sport Psychology, Gran Bretaña.

RESUMEN

La investigación en entrenamiento deportivo puede representar una imagen demasiado simplista de la actividad que lleva a que los entrenadores jóvenes no estén preparados para conflictos intrapersonales durante sus carreras como entrenadores (Cushion, 2006; Jones, 2009; Potrac et al., 2016). Este documento se basa en el trabajo que muestra que el entrenamiento es un desafío emocional (Thelwell, 2017; Gowling, 2019). La autoetnografía ilustra las luchas internas de los primeros autores con su efectividad percibida al intentar demostrar su valía en el contexto del entrenamiento con jugadores juniors de élite. Hay cuatro hallazgos principales (1) la narrativa del rendimiento influye en el comportamiento de los entrenadores jóvenes; (2) incapacidad para evaluar la propia efectividad, sin utilizar los resultados del jugador, ya que este único criterio puede tener un efecto emocional negativo en los entrenadores; (3) las narrativas relacionales están presentes en el entrenamiento con jugadores juniors de élite; (4) brinda a los órganos directivos oportunidades para mejorar la preparación de los entrenadores jóvenes en los desafíos intrapersonales relacionados con el entrenamiento.

INTRODUCCIÓN

Los investigadores argumentan que la formación de entrenadores no utiliza de forma efectiva la gran experiencia que tienen los entrenadores para formar a los nuevos entrenadores, dejándolos poco preparados para la naturaleza compleja de su rol (Cushion, Armor, & Jones, 2003). Los nuevos enfoques de la investigación, como la autoetnografía, alejan la investigación de las teorías abstractas sobre el entrenamiento, hacia una práctica y cultura "descrita de manera más íntima y sugerente del entrenamiento" mediante el uso de relatos de entrenamiento en primera persona (Geraity, 2014, p. 206). La escritura vulnerable y altamente personalizada seguida de un análisis teórico es una forma efectiva para que los entrenadores existentes comuniquen sus experiencias e informen sobre la práctica. La autoetnografía puede contribuir a la literatura educativa de los entrenadores de tenis a través de una visión gráfica de los desafíos emocionales a los que los entrenadores de tenis se pueden enfrentar.

El objetivo de este artículo es proporcionar una experiencia en primera persona de una relación de entrenamiento con un tenista junior de élite (nivel junior ITF) e ilustrar cómo una excesiva dependencia de los resultados (narrativa de rendimiento) influyó en mis comportamientos durante el entrenamiento. La narrativa de rendimiento es una historia de dedicación decidida al rendimiento deportivo, excluyendo otras áreas del yo y las

relaciones (Douglas y Carless, 2012). Desde la perspectiva de la narrativa del rendimiento, las ganancias, los resultados y los logros son muy relevantes y se vinculan estrechamente con el bienestar mental, la identidad y la autoestima del narrador. La historia de la narrativa del rendimiento es coherente con el deporte es vida y la vida es deporte, y la narración del rendimiento impregna gran parte de la participación deportiva de los jugadores junior de élite (Dacyshyn, 1999). La historia ilustra mis primeras experiencias como entrenador de tenis tratando de demostrar que, como entrenador, entrenaba a tenistas junior de élite. Me obsesioné con ganar como la medida principal de mi efectividad como entrenador. Sufriendo con los resultados de los jugadores y sin una forma alternativa de evaluar mi efectividad como entrenador, experimenté luchas con la autoestima, y esto afectó a la relación entrenador-jugador al ser incapaz de hacerle frente.

MÉTODO

La autoetnografía trata sobre mis pensamientos y experiencias personales entrenando a un tenista junior de élite. Presento historias muy personales como tres entradas secuenciales en un diario, que ilustran una serie de eventos importantes durante la relación de entrenamiento con Sarah (nombre cambiado por anonimato).

La autoetnografía analítica utiliza el yo como un medio para un fin teórico. Los autores comunican su experiencia a través de historias e incluyen una interpretación directa de sus historias. La

Palabras clave: Autoetnografía, desafíos emocionales, entrenadores jóvenes.

Recibido: 10 Junio 2020

Aceptado: 02 Septiembre 2020

Autor correspondiente: Callum Gowling, Gran Bretaña. Email: tennisplus.manu@gmail.com

interacción entre la historia y la interpretación conduce a una comprensión teórica. Este artículo cuenta una historia sobre mis luchas emocionales durante un período difícil en la relación de entrenamiento. Después de un período de inmersión en los datos, se hizo evidente que los pilares y la estructura que mantenían unidas las historias era la narrativa del rendimiento y cómo lo viví a través de mi identidad de entrenador.

RESULTADOS

Presento los resultados como extractos de un diario de entrenamiento personal, en el que se reflejan los eventos del día y cómo yo, como entrenador, intenté dar sentido a mis experiencias.

Historia 1 – Los resultados me muestran que estoy fracasando

Ahora mismo estoy luchando en la pista. Los resultados no han sido excelentes y los cambios que he realizado en el juego de Sarah no están funcionando. Ahora me preocupa si los cambios son los correctos. ¿Soy yo o es ella? ¿No puedo evitar preocuparme por lo que piensan sus padres sobre mi entrenamiento? Las mejoras parecen ser más difíciles de alcanzar y el éxito temprano que tuvimos juntos parece un recuerdo lejano. Su padre quiere reunirse conmigo y estoy convencido de que se va a deshacer de mí.

Fui a su casa mientras Sarah estaba en la escuela y su mamá estaba en el trabajo. El hecho de que no hubiera nadie más lo hizo aún más aterrador. Obviamente, esto no va a ser bueno, me va a arrancar a tiras por todos los malos resultados. Charlamos mientras tomábamos un café y charlamos educadamente sobre de Sarah y su tenis. Después del primer café, se levanta, vuelve a sentarse y hay un silencio incómodo. Aquí viene la bala.

Me dice que tienen problemas económicos y está pensando en hacer su casa más pequeña para ayudar a pagar el tenis. Mi cerebro se aceleró, pensando en lo que vendría después. Seguramente, él me va a decir ahora que la van a enviar a una academia e invertir en "un entrenamiento mejor"... Esas palabras nunca llegaron. No estaba seguro de si él quería tranquilizarme diciéndome que yo era el hombre adecuado para el trabajo o si quería que le dijera que su hija dejara de jugar al tenis. Solo soy un entrenador de tenis, ¿debo saber cómo responder en esta situación?

Él me dijo que apreciaba mucho el trabajo que yo estaba haciendo, y que yo tenía un efecto positivo en el camino de su hija más allá de la pista de tenis. Él me quería a mi como entrenador sin importar lo que ocurriera. Yo pensé, "¿Aprecia el trabajo que estoy haciendo? ¡Ella está perdiendo!"

Historia 2 – Mi incapacidad para hacer frente

Recogí a Sarah del colegio y la llevé al centro de entrenamiento. Yo tenía una clase antes con otro jugador. Pude ver a Sarah sentada y charlando sin importarle nada. "¿Y el calentamiento? Comienzas en 20 minutos y no pareces suficientemente preparada". En ese momento mi atención no está en la clase, estoy lleno de frustración debido a la falta de disciplina. Faltan 10 minutos para su clase, sigue sin moverse... "¡Vamos Sarah, muéstrame algo! Cuando acabo mi clase estoy muy frustrado con Sarah. ¿Qué le

digo? No puedo ser responsable de que pierda tiempo de colegio y no muestre disciplina. ¿Qué pensarán sus padres de esto? ¿Esto es solo un divertimento? ¡Haz algo!

Sarah entró en la pista, ajena a mi estado de ánimo. Me imaginaba a todos sus rivales y cuáles serían sus calentamientos en la misma situación. Realizándolo con antelación, enérgico, dinámico, organizado, disciplinado ... Perfecto. Le describí la escena a Sarah, exagerando sobre lo que imaginé que sería el calentamiento perfecto y luego lo comparé con lo que había visto de ella. Ella claramente sentía que estos días sin ir al colegio no eran más que una oportunidad para divertirse sintiéndose importante. ¡Salir del colegio solo para sentarse y conversar con quien sea! ¡Que vergüenza! He hecho todo este esfuerzo para traerte aquí por el tenis y esto es lo que haces.

Terminé mi crítica y salí para que Sarah saliera sola de la pista. Tenía los ojos rojos y no me miró. Cuando salí de la pista, la frustración desapareció de mi cuerpo, dejando solo vergüenza. ¿Quién estaba diciendo eso? ¿Realmente soy esa persona? Me sentí desplomado en la sala del club; desinflado, en conflicto, decepcionado y sintiéndome reflejado en el comportamiento que acababa de tener. Repasé todos los estereotipos negativos de entrenadores de rendimiento que había creado a lo largo de los años cuando jugué. Marqué cada casilla.

Historia 3: comprender que los resultados no lo son todo.

Esa última sesión tuvo bastantes consecuencias. Perdí la confianza y el respeto de sus padres y Sarah está trabajando actualmente con otro entrenador. Cada vez que la veo es un recordatorio de lo idiota que fui en ese momento y lo egoísta que me había vuelto. ¿A quién ayudaron realmente mis acciones? Me da vergüenza.

Todavía veo a Sarah, pero ella claramente se siente incómoda, ahora solo nos saludamos de forma educada. La incomodidad solo me hace sentir peor por mi comportamiento. La vi hoy y se iba a una ITF. En un momento entre mis clases sentí la necesidad de aclarar las cosas antes de que se fuera.

La llamo. Cuando ella se acerca, me siento enfermo. Enfermo ante la idea de tener que disculparme ante una adolescente por mis acciones como un supuesto adulto maduro. Esto me hizo sentir realmente humillado.

No guardo nada. No estoy tan seguro de que nada de esto esté en ningún manual de entrenamiento, "cómo disculparte con tus ex jugadores", pero es todo lo que sé. Admite tus errores y trata a todos como a ti te gustaría que trataran. Sarah me mira a los ojos y no parece disgustarse, lo que había imaginado antes de comenzar con la disculpa. Una vez que eliminé la mayoría de las suposiciones dolorosas, que simplemente aludían a mis propias inseguridades como entrenador, las expresiones faciales de Sarah comenzaron a relajarse, y se parecía más a la persona que solía entrenar. Con un aire de travesura a su alrededor. "Está todo bien Cal. Ahora, puedes hablar con mi papá y llevarme de vuelta a la pista contigo otra vez, porque él me está agobiando".

DISCUSIÓN

Las historias en este artículo ayudan a que comprendamos el proceso de entrenamiento de varias maneras:

Primero, las historias muestran que la narrativa del rendimiento influyó de forma importante en mi actitud como entrenador y tenía una preocupación por los resultados positivos porque creía que esto probaría mi competencia. Un período de malos resultados significó que percibí mi entrenamiento de forma negativa y creí que otras personas del entorno del tenis me juzgarían como alguien ineficaz. Estas historias van en la misma línea que la investigación que dice que los nuevos entrenadores dependen demasiado de los resultados como prueba de su efectividad (Peet et al., 2013; Cassidy et al., 2016) y que los juicios públicos positivos de otros en el tenis dominan los pensamientos y las acciones diarias de los jóvenes entrenadores (Kelchtermans, 2009a).

En segundo lugar, las historias muestran cómo la dependencia excesiva de los resultados como fuente de confianza puede dañar la autoestima y la confianza durante los períodos de malos resultados. Las historias muestran una interacción entre la narrativa de rendimiento y las inseguridades de un joven entrenador de tenis cuando intenta desarrollar una identidad socialmente reconocida como un entrenador efectivo. Los malos resultados y mi inseguridad resultante produjeron comportamientos negativos en el entrenamiento con Sarah. Las historias son congruentes con la investigación que destaca el estrés del entrenador y el posible impacto negativo en las relaciones entrenador-deportista (Thelwell et al., 2017).

Tercero, las historias muestran evidencia de un entrenador joven que está aprendiendo una nueva narrativa de entrenamiento. Las narrativas relacionales usan la atención y la conexión para evaluar las relaciones efectivas de entrenamiento en lugar de centrarse en los resultados (Douglas y Carless, 2012). Las historias ayudan a mostrar que los jugadores, entrenadores y padres usan diferentes criterios para evaluar las relaciones en el entrenamiento. Por ejemplo, la atención, la conexión y la duración de la relación son marcadores de relaciones de entrenamiento exitosas, así como de ganar. El artículo se basa en el trabajo que destaca que los entrenadores involucrados en el deporte juvenil deben usar el deporte de manera efectiva para satisfacer las necesidades de los deportistas, "en lugar de simplemente asumir que empujarlos a través de las experiencias deportivas de alguna manera mágica, dará como resultado resultados positivos para todos" (Armor, 2013, p. 20).

Finalmente, este documento ofrece a los órganos directivos oportunidades para mejorar la formación de los entrenadores jóvenes para los desafíos intrapersonales relacionados con el entrenamiento. Hay algunos significados de mis experiencias compartidos mundialmente, que pueden tranquilizar a los nuevos entrenadores o con experiencia sobre sus propias experiencias de entrenamiento.

CONCLUSIÓN

Mi historia mostró cómo la narrativa del rendimiento influyó en mi temprana carrera como entrenador. Mi intento de crear una reputación positiva como entrenador efectivo me causó problemas con la autocomprensión profesional y las relaciones con una jugadora. Mi historia muestra que utilicé la narrativa de rendimiento para formar mi rol de entrenador de tenis, y esto influyó en que me preocupara por los resultados de los torneos. Las interacciones con Sarah y sus padres contradecían la narrativa de rendimiento, pero mi adherencia rígida a la narrativa de

rendimiento resultó en comportamientos negativos en el entrenamiento que contribuyeron a la ruptura de la relación. Mi historia también muestra cómo la reflexión sobre el entrenamiento me ayudó a aprender y comprender una nueva narrativa relacional en el contexto del entrenamiento de élite juvenil. Espero que las descripciones en profundidad de mis historias de entrenamiento sean un catalizador para más autoetnografías en el entrenamiento de tenis, lo que llevará a representaciones más realistas del entrenamiento.

REFERENCIAS

- Armour, K. (2013) *Sport Pedagogy: An Introduction for Teaching and Coaching*. Abingdon: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9781315847108>
- Cushion, C. (2006). Modelling the Complexity of the Coaching Process. *International Journal of Sports Coaching*, Vol 2 (4), pp 395 – 400, <https://doi.org/10.1260/174795407783359650>
- Cushion, C.J., Armour, K.M. and Jones, R.L. (2003). *Coach Education and Continuing Professional Development: Experience and Learning to Coach*, *Quest*, 55, 215-230, <https://doi.org/10.1080/00336297.2003.10491800>
- Dacyszyn, A. (1999). When the balance is gone. In J. Coakley and P. Donnelly (Eds.) *Inside sports*, (pp.214–222). London: Routledge.
- Douglas, K. & Carless, D., (2012). Stories of success: Cultural narratives and personal stories of elite and professional athletes, *Reflective Practice: International and Multidisciplinary Perspectives*, 13:3, 387-398, <https://doi.org/10.1080/14623943.2012.657793>
- Geraity, B. T. (2014) 'Autoethnography. In L. Nelson, R. Groom, & P. Potrac, (Eds) *Research Methods in Sports Coaching*, pp 205 – 216. Abingdon: UK, Routledge.
- Gowling, C. (2019). Understanding the pressures of coaching: In sights of young UK coaches working with elite junior tennis players. *ITF Coaching & Sport Science Review*, Vol 79, pp 19 – 21.
- Jones, R. L. (2009) Coaching as caring (the smiling gallery): accessing hidden knowledge, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14:4, 377-390, <https://doi.org/10.1080/17408980801976551>
- Kelchtermans, G. (2009a). Who I am in how I teach the message: Self-understanding, vulnerability, and reflection? *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 15(2):257-272, <https://doi.org/10.1080/13540600902875332>
- Peel, J. Cropley, B. Hanton, S. & Fleming, S. (2013) Learning through reflection: values, conflicts, and role interactions of a youth sport coach, *Reflective Practice*, 14:6, 729-742, <https://doi.org/10.1080/14623943.2013.815609>
- Potrac, P., Jones, R. Nelson, L. (2014). Interpretivism. In: Nelson, L. Groom, R. Potrac, P., (ed.), *Research Methods in Sports Coaching*, Abingdon: UK, Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203797549-4>
- Thelwell, R. Wagstaff, C. R. D. Chapman, M. T. and Kenttä, G. (2017) Examining coaches' perceptions of how their stress influences the coach-athlete relationship, *Journal of Sports Sciences*, 35:19, 1928-1939, <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1241422>

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2020 Callum Gowling



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/). Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumendelicensia - Textocompletodelalicensia](#)