

Filosofía del entrenador: "¿Por qué hacemos las cosas como las hacemos?"

Garry Cahill

Irlanda.

RESUMEN

La filosofía del entrenador se ha convertido en objeto de gran atención entre los investigadores y los profesionales del deporte. Más que las certificaciones formales de los entrenadores, ahora se cree que hay muchos factores que influyen en la filosofía y los comportamientos de los entrenadores deportivos. En primer lugar, este artículo examina algunas de las investigaciones actuales relacionadas con la formación de la filosofía personal del entrenador. En segundo lugar, el artículo pretende animar a los entrenadores de tenis a reflexionar sobre la filosofía personal para obtener una mayor comprensión de los sistemas de creencias y valores que sustentan su trabajo como entrenador.

Palabras clave: entrenamiento, tenis, filosofía, deporte.

Recibido: 1 septiembre 2021

Aceptado: 6 octubre 2021

Autor correspondiente: Garry Cahill. Email: cahillgarry@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

El mundialmente conocido entrenador de tenis Nick Bollettieri describió una vez cómo construyó la filosofía de la Academia basándose principalmente en las lecciones aprendidas de "mis años como paracaidista". Más concretamente, definió cómo "si reúnes a los mejores (como los paracaidistas), tienes la posibilidad de elevar el nivel de cualquier cosa que hayas hecho, ya sea en el deporte o en cualquier cosa de la vida" (Barlett, 2012). Su filosofía se basaba en la especialización temprana y la ética del trabajo. En este ejemplo, la creencia filosófica simplista (influenciada por sus años en el ejército) condujo a muchos campeones de tenis de torneos de Grand Slam. Aunque el ejemplo de Bollettieri pueda parecer poco sofisticado, el tema de la filosofía del entrenador puede ser un poco más complejo.

Sin comprender los principios filosóficos, los entrenadores no se cuestionan cómo sus creencias y valores influyen en su actividad diaria. Como resultado directo, el comportamiento puede volverse demasiado específico para la situación, demasiado reactivo (Cassidy, Jones y Potrac, 2015). Algunos autores sugieren que la "filosofía" de un entrenador sustenta su trabajo como tal y es crucial para entender su comportamiento (Cassidy et al., 2015; Jenkins, 2010; Lyle, 2002). De hecho, si determinar la filosofía personal puede beneficiar al entrenamiento, como entrenadores, debemos considerar opciones para facilitar este descubrimiento. Sin embargo, en la práctica, el papel de un entrenador de tenis suele ser aplicado, y los entrenadores a menudo ven poco valor en la evaluación de la filosofía, ya que intentan hacer frente a los aspectos más tangibles de la práctica del entrenamiento, como el contenido y la organización de las sesiones (Nash, Sproule y Horton, 2008).

En este contexto, el objetivo de este artículo es, en primer lugar, proporcionar a los entrenadores una mayor comprensión de los fundamentos teóricos de la filosofía del entrenamiento.



En segundo lugar, este artículo pretende proporcionar a los entrenadores de tenis un proceso práctico de reflexión para facilitar el descubrimiento de esta filosofía.

La filosofía del entrenamiento

Ha habido varios intentos de definir la filosofía del entrenamiento. Por ejemplo, Jenkins (2010) describe la filosofía del entrenamiento como aquellas creencias, principios y valores que guían el comportamiento y caracterizan la práctica del entrenamiento. Del mismo modo, Hogg (1995) describe la filosofía del entrenamiento como un conjunto de principios fundamentales o un marco de valores que guían al entrenador en la toma de decisiones y el comportamiento. Sobre la base de estas descripciones, parece que la filosofía es un atributo personal construido sobre las creencias individuales o el sistema de valores. En segundo lugar, este sistema de creencias y valores influye en los comportamientos y las decisiones del entrenador. En

pocas palabras, las creencias filosóficas influyen en por qué hacemos las cosas de la manera en como las hacemos en la pista de tenis.

Además, a pesar de estas descripciones, vale la pena señalar que la filosofía del entrenador no es un estado estable de pensamiento. En otras palabras, la filosofía de uno puede cambiar con el tiempo. Por ejemplo, como entrenadores de tenis, nuestras creencias y comportamientos pueden adaptarse regularmente durante nuestra carrera como entrenadores. Es inverosímil que los entrenadores enseñen lo mismo desde su primera clase de tenis hasta su jubilación. Por ejemplo, según Barlett (2012), la filosofía de enseñanza de Bollettieri cambió drásticamente desde 1978 hasta hoy: más concretamente, de favorecer inicialmente el enfoque tradicional de toda la pista al moderno juego de potencia en los últimos tiempos. Por lo tanto, a pesar de las definiciones expuestas, la filosofía puede ser un viaje personal en constante cambio.

Del mismo modo, la mayoría de las definiciones de la filosofía del entrenamiento describen los fundamentos generales y la influencia de la propia filosofía en el comportamiento. Sin embargo, parece plausible que los entrenadores necesiten una mayor comprensión de cómo se establece inicialmente esta filosofía desde una perspectiva práctica. Resulta interesante que el establecimiento y la adaptación de la filosofía personal tengan una base muy arraigada en un amplio entorno de fuentes, en particular, no sólo en la vía tradicional de la educación formal del entrenador.

Adquisición de conocimientos sobre el entrenamiento

A lo largo de la última década, muchos autores han estudiado la cadena epistemológica de los entrenadores de alto rendimiento para comprender mejor dónde han adquirido sus conocimientos de entrenamiento. La epistemología es la postura de un individuo sobre el aprendizaje y el conocimiento; la cadena epistemológica (CE) es esencialmente el vínculo entre la filosofía de un individuo, las creencias sobre el aprendizaje y el comportamiento resultante (Grecic y Collins, 2013). Curiosamente, los hallazgos sugieren que los entrenadores obtienen sus conocimientos de numerosas fuentes en lugar de depender totalmente de los cursos formales tradicionales de entrenamiento (Stoszowski y Collins, 2014; Mallett, Rossi y Tinning, 2007). Como resultado de una profunda revisión de la literatura realizada por Cushion et al. (2010), se destacó que los entrenadores adquieren conocimientos de tres fuentes principales: específicamente (a) Informal (experiencia, tutoría, práctica reflexiva); (b) no formal (intervenciones de comportamiento del entrenador); y (c) formal (programas de pensamiento). Por lo tanto, como entrenadores de tenis, aprendemos de varias fuentes, pero muchas de nuestras percepciones y comportamientos se producen automáticamente.

En particular, nuestra experiencia puede influir significativamente en cómo hacemos o vemos las cosas dentro de nuestra actividad como entrenadores, aunque muchas de estas percepciones y comportamientos sean tácitos por naturaleza y se basen en creencias, perspectivas y sistemas de valores personales (Nonaka y Takeuchi, 1995, p.7). Un reciente estudio específico sobre el tenis realizado por Anderson et al. (2021) exploró las filosofías de los entrenadores de tenis de alto rendimiento y los enfoques del diseño del entrenamiento. Sus resultados sugieren que los entrenadores pueden interactuar con limitaciones sociales y

culturales consistentes que crean una "forma de vida" en el tenis. Las creencias de los entrenadores y, a su vez, el diseño del entrenamiento pueden, por tanto, reflejar las limitaciones sociales, culturales e históricas que existen en el tenis tanto a nivel internacional como nacional. Cushion et al. (2003) tienen una opinión similar y afirman que los entrenadores han establecido hábitos muy arraigados debido a experiencias pasadas. Estas experiencias pasadas pueden ir desde los valores inculcados desde la infancia, las interacciones sociales a la propia experiencia como entrenadores y jugadores.

En línea con la investigación de Cushion, algunos autores creen que nuestra experiencia de desarrollo nos moldea como entrenadores. Por ejemplo, un estudio de Williams y MacNamara (2020) describió cómo la experiencia de desarrollo influyó en la filosofía que sustenta la práctica de los entrenadores de jugadores con talento. Además, el propósito de su actividad estaba orientado a influir en el desarrollo de los jóvenes más allá del deporte. Esta investigación quizás explique por qué es común en el tenis ver a jugadores con estilos de juego similares a los de su entrenador. La experiencia como jugador también puede influir positivamente en nuestra toma de decisiones como entrenador, ya que tenemos la ventaja añadida de la perspectiva de un jugador (Jones, Armour y Potrac 2003). En resumen, nuestra propia experiencia de desarrollo puede influir potencialmente en nuestra forma de pensar y, lo que es más importante, en nuestros comportamientos como entrenadores.

Adecuación de los comportamientos a la filosofía

Al considerar los comportamientos del entrenador, es fundamental tener en cuenta el trabajo de Adler (1956), en el que planteaba la hipótesis de que los estados internos, como los valores, no podían observarse separados de la acción. Por lo tanto, lo que la gente hace es todo lo que se puede saber sobre sus valores. Considerando este punto desde una perspectiva práctica del tenis y relacionándolo con la actividad diaria, los valores carecen de sentido a menos que los mostremos diariamente a través del comportamiento como entrenadores. Hoy en día, al entrar en los centros de entrenamiento deportivo de alto rendimiento en Europa, se observa que los valores de los entrenadores suelen figurar en letras grandes, pero rara vez van acompañados de comportamientos cotidianos intencionados. Por ejemplo, el hecho de que palabras como "disciplina" estén pegadas por toda la pared no significa que los jugadores vayan a ser automáticamente más disciplinados. Además, las palabras en sí mismas pueden percibirse de muchas maneras diferentes y, por tanto, entenderse de forma distinta de una persona a otra. El reto para nosotros, como entrenadores, es primero dar un paso atrás en las intensas exigencias de nuestra actividad diaria para reflexionar y establecer nuestras creencias filosóficas.

Algunos investigadores, como Lyle (2002), afirman que los entrenadores no tienen suficiente comprensión filosófica para articular los verdaderos valores que sustentan sus pensamientos y comportamientos. Reflexionar sobre nuestra filosofía puede generar una mayor claridad en torno a estos valores y comportamientos subyacentes. Aunque no sea parte de la formación formal de los entrenadores, el simple hecho de tomarse el tiempo para escribir una filosofía personal permite a los entrenadores identificar y aclarar lo que es importante para ellos personalmente (Cassidy, Jones y Potrac, 2015).

EJEMPLO PRÁCTICO

A continuación, se presenta un breve ejemplo personal de algunos principios fundamentales que sustentan mi filosofía de entrenamiento. Para ayudar a identificar estos principios, puede ser útil considerar las preguntas que aparecen a continuación. Asimismo, desde un punto de vista práctico, es útil hacer coincidir estos principios con los comportamientos esperados como entrenador.

Posibles preguntas de reflexión

- "¿En qué creo como entrenador y por qué?"
- "¿Cómo pueden mis creencias influir en mis deportistas?"
- "¿Qué cambio de comportamiento debería ver?"

Tabla 1

Ejemplo de principios de entrenamiento.

Principios de Entrenamiento	Como
"Quitar gradualmente el estabilizador" (Autonomía)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Decir menos, preguntar más 2. Escuchar a mis jugadores 3. Animar a los jugadores a participar en su formación
"Tareas primero, ganar después" (Basada en el rendimiento)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Establecer los objetivos del partido en función de las tareas 2. Estructuras del entrenamiento, los objetivos se basan en las tareas, la selección del grupo se basa en las tareas 3. Mostrar regularmente la mejora en las tareas
"Cada jugador es un Proyecto individual dentro de un equipo" (Enfoque individual)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cada jugador tiene un perfil de objetivo individual 2. Hacer un esfuerzo por conocer a cada persona tanto dentro como fuera de la cancha 3. Proporcionar feedback personal a cada jugador durante las sesiones
"El tenis es una forma de vida" (El aspecto social del deporte)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizar regularmente eventos para los jugadores y los padres fuera del centro de entrenamiento 2. Emparejar a los jugadores para que entrenen regularmente fuera del programa de entrenamiento 3. El entrenamiento siempre tiene un elemento de diversión, especialmente en las primeras etapas de la trayectoria
"Las sesiones de entrenamiento están relacionadas con la filosofía del juego" (Basada en el juego)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Relacionar el contenido lo más cerca posible al juego 2. Los bloques técnicos nunca superan los 20 minutos 3. Recrear la presión tanto como sea posible durante una sesión de entrenamiento

CONCLUSIÓN

Comprender nuestra filosofía de entrenamiento nos proporciona una hoja de ruta en la que basar nuestras estructuras de entrenamiento. Si no entendemos por qué hacemos las cosas como las hacemos, corremos el riesgo de volvernos reactivos y carecer de una estructura clara. El aprendizaje es constante y está influenciado por un amplio abanico de fuentes. Sin embargo, la reflexión es el pegamento que en última instancia hace que este aprendizaje se mantenga. Por último, como entrenadores, nunca podemos olvidar la cita de Julio César de que "la experiencia es la maestra de todas las cosas".

REFERENCIAS

Adler, F. (1956). The Value Concept in Sociology. *American Journal of Sociology*, 62(3), 272-279. doi:10.1086/222004

Anderson, E., Stone, J. A., Dunn, M., & Heller, B. (2021). Coach approaches to practice design in performance tennis. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17479541211027294.

Barlett, M. (2012). The Nick Bollettieri Tennis Academy: A late-twentieth-century history of tennis, youth specialisation, and entrepreneurship.

Cassidy, T., Jones, R. L., & Potrac, P. (2015). *Understanding sports coaching: The pedagogical, social and cultural foundations of coaching practice*. Routledge.

Cushion, C. J., Armour, K. M., & Jones, R. L. (2003). Coach education and continuing professional development: Experience and learning to coach. *Quest*, 55(3), 215-230.

Cushion, C., Nelson, L., Armour, K., Lyle, J., Jones, R., Sandford, R., & O'Callaghan, C. (2010). *Coach learning and development: A review of literature* (pp. 1-104). Leeds: Sports coach UK.

Grecic, D. & Collins, D. (2013): The Epistemological Chain: Practical Applications in 533 Sports, *Quest*, 65(2), 151-168

Hogg, J. (1995). The ability to develop and live out your coaching philosophy. In J. Hogg (Ed.), *Mental skills for swim coaches* (p. 12.2-12.20). Edmonton: Sport Excel Publishing.

Jones, R. L., Armour, K. M., & Potrac, P. (2003). Constructing expert knowledge: A case study of a top-level professional soccer coach. *Sport, education and society*, 8(2), 213-229.

Jenkins, S. (2010). Coaching philosophy. In Lyle, J., & Cushion, C. (eds.). *Sports coaching: Professionalisation and practice* (pp. 233-242). NY: Churchill, Livingstone.

Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*. London: Routledge.

Nash, C. S., Sproule, J., & Horton, P. (2008). Sports coaches' perceived role frames and philosophies. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 3(4), 539-554

Nonaka, I., Takeuchi, H. (1995). *The knowledge-creating company, how Japanese companies create the dynamics of innovation*, Oxford University Press

Mallett, C., Rossi, A., & Tinning, R. (2007). *Coaching knowledge, learning and mentoring in the Australian Football League: A final research report submitted to the Australian Football League Research Board*.

Stoszowski, J. and Collins, D. (2014)' Article Communities of practice, social learning and networks: Exploiting the social side of coach development by Taylor & Francis in *Sport, Education and Society*, *Sport, Education and Society*, 19(6), pp. 773-778. Available at: http://clok.uclan.ac.uk/11662/1/P1_Clok_version.pdf.

Williams, G. G., & MacNamara, Á. (2020). Coaching on the Talent Pathway: Understanding the Influence of Developmental Experiences on Coaching Philosophy. *International Sport Coaching Journal*, 8(2), 141-152.

Copyright © 2022 Garry Cahill



Esta obra está bajo una licencia internacional [Creative Commons Atribución 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.

[CC BY 4.0 Resumen de licencia](#). [CC BY 4.0 Texto completo de la licencia](#)

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)

