



Comprender las presiones del entrenamiento: la percepción de los entrenadores jóvenes del Reino Unido que trabajan con tenistas juniors elites

Callum Gowling^a

^a Liquid Sport Psychology, Reino Unido.

RESUMEN

A pesar de la creciente investigación sobre el entrenamiento deportivo, nuestra comprensión de cómo es entrenar de los tenistas juniors elites es aún insuficiente. Este estudio se propuso examinar la experiencia vivida por 8 entrenadores del Reino Unido con menos experiencia, y describir qué significa ser entrenador de tenistas junior de nivel elite. Un Análisis Fenomenológico Interpretativo de 8 entrenadores con menor experiencia (1 - 4 años de experiencia) proporciona una descripción de cómo es el entrenador de tenistas junior de elite. El estudio demostró que (a) el auto-empleo hace que el entrenamiento sea competitivo, (b) los entrenadores menos experimentados se sorprendieron ante la naturaleza de la interacción parental, y (c) los entrenadores con menor experiencia tuvieron que lidiar con la realidad del entrenamiento, lo cual desencadenó la desilusión con éste. Los resultados de la investigación inciden en la epistemología del entrenamiento deportivo problemático y en evolución, y destacan la necesidad de una formación para mejorar la preparación de nuevos entrenadores iniciando sus carreras. Los resultados presentan oportunidades a los entes gobernantes para informar la literatura de formación de entrenadores y ayudar a éstos a auto-sustentarse en un rol desafiante desde el punto de vista emocional.

Palabras clave: Análisis fenomenológico interpretativo, entrenamiento, jugadores elite, actitudes.

Recibido: 30 Mayo 2019

Aceptado: 10 Septiembre 2019

Autor correspondiente: Callum Gowling, Liquid Sport Psychology, Reino Unido. Email: callumgowling@btinternet.com

INTRODUCCIÓN

Entonces, ¿cómo es ser entrenador de tenis? El hecho de trabajar al aire libre, estar al sol, hacer ejercicio regularmente, ganarse la vida ayudando a los demás, y trabajar en el deporte que amas, hace que el entrenamiento tenístico sea una gran carrera. No obstante, como ocurre con otras profesiones que implican ayuda (maestros, enfermeros, médicos), los entrenadores de tenis enfrentan retos que pueden afectar sus vidas personales, sus relaciones profesionales, su motivación laboral y su bienestar mental.

Los entrenadores de tenis son artistas por su propio derecho pues deben manejar el desarrollo y el rendimiento de sus atletas por medio de las habilidades de comunicación, presentación y psicológicas (Kelly et al., 2018). Para ser efectivos, los entrenadores deben mantener su bienestar mental, a fin de poder observar y responder a las características únicas de sus atletas. Los problemas que afectan el bienestar mental de los entrenadores de tenis pueden incidir en su entrega a la hora del entrenamiento, su motivación, la relación con su jugador y su propia auto-estima.

Además, los períodos de estrés prolongados llevan al agotamiento (burnout), momento en el cual los entrenadores dejan de disfrutar de su profesión y la abandonan (Lundkvist et al., 2012).

Este artículo incluye las experiencias de entrenadores del Reino Unido, con menos de 4 años de experiencia, y plantea algunos de los desafíos que han encontrado. Por ejemplo, el entrenamiento de tenis es competitivo, pues muchos entrenadores del RU trabajan por cuenta propia. La naturaleza del empleo independiente de los entrenadores torna difíciles las relaciones profesionales positivas, ya que necesitan sostener su ingreso con el auto-empleo. La comprensión de los desafíos que enfrentan los entrenadores, y la incidencia de tales desafíos sobre sus actitudes pueden ayudar tanto a educadores como a entes gobernantes a preparar nuevos entrenadores para el futuro. Este informe asevera que los entrenadores jóvenes encuentran que su rol es competitivo y desafiante debido a los conflictos diarios con los padres. La evidencia sugiere que los entrenadores con experiencia inferior a tres años deben lidiar con la

competición profesional y con conflictos en el entrenamiento, lo cual acarrea desilusión.

MÉTODO

Este estudio fue un análisis fenomenológico interpretativo (IFA) de 8 entrenadores de tenis con menos experiencia, que trabajaron con jugadores junior elite en el Reino Unido. Los participantes fueron 7 masculinos y 1 participante femenina, entre 23 y 36 años. Los participantes trabajaron en las siguientes áreas; Escocia (1), Norte de Inglaterra (3), Midlands (1), Sur de Inglaterra (2), y Gales (1). Los entrenadores con menos experiencia tenían 1- 4 años de experiencia con juniors elites (Flett et al., 2012). Los participantes estaban trabajando con tenistas junior de elite y contaban con calificaciones de entrenamiento de nivel 4 o 5 de la LTA. Los jóvenes tenían entre 11 y 18 años, lo que corresponde al sistema de competiciones con pelota amarilla de la LTA. La elite junior se definió por la competición a nivel nacional y superior (Rees et al., 2016). Las entrevistas llevadas a cabo en este estudio fueron semi-estructuradas y el objetivo fue comprender cómo es para los participantes entrenar a tenistas junior elite. Las entrevistas duraron entre 1,5 y 3,5 horas y se grabaron en audio. Dichas entrevistas fueron transcritas verbatim, impresas y analizadas según el procedimiento para IPA.

RESULTADOS

Los resultados demuestran que: (a) el auto-empleo hace que el entrenamiento sea competitivo, (b) los entrenadores menos experimentados se sorprendieron ante la naturaleza de la interacción parental, y (c) los entrenadores con menor experiencia tuvieron que lidiar con la realidad, lo cual desencadenó la desilusión con el entrenamiento.

El auto-empleo hace que el entrenamiento sea competitivo

Los participantes encontraron que el entorno de entrenamiento era desafiante y describieron el auto-empleo como algo que hacía que el entrenamiento fuese competitivo. El auto-empleo les daba la libertad de trabajar con quienes quisieran y elegir sus horarios de trabajo, pero también creaba dificultades de interacción con otros entrenadores. Amy describió al auto-empleo diciendo que hace que el entrenamiento sea competitivo:

“Muchos entrenadores son auto-empleados, si fuesen empleados, quizás estarían más en la misma línea. Hay mucho ego, y todos se sienten muy importantes, pues son auto-empleados.... Es así cómo el ego y las cosas se descontrolan, pues estás preocupado por ti mismo y por tus ingresos”.

La competición entre los entrenadores fue un tema constante y el auto-empleo pareció ser un factor determinante de esta competitividad. Dijo Phil: “Creo que ellos (los entrenadores) sienten que en lugar de tener en cuenta los intereses de los niños, todo se reduce a una competición (entre entrenadores). Cada uno está luchando por su negocio”.

Se podría suponer que para el auto-empleo hacen falta individuos que vean a los demás como competidores. Los participantes tuvieron que lidiar con la naturaleza del auto-empleo y equilibrarlo con la búsqueda de ayuda por parte de los otros entrenadores. Peter dijo: “Me encantaría poder ir a otro centro y hablar sobre mis jugadores”. Pero si ellos (otros entrenadores) me diesen una solución que funcione, querrían el crédito, o querrían quedarse con mi jugador”. El auto-empleo significa que los participantes ven a sus colegas como rivales.

Apoyar una comunidad de entrenamiento cohesiva era desafiante para los participantes pues los otros entrenadores representaban una amenaza para sus ingresos. Dijo Nathan: “no puedes hablar con otros entrenadores sobre tus inquietudes pues pierdes imagen. Ellos (los entrenadores) son tu competencia, ¿no es cierto?” El auto-empleo continúa incidiendo sobre las conductas de los participantes, creando actitudes de desconfianza hacia otros entrenadores.

Los entrenadores menos experimentados se sorprendieron ante la naturaleza de la interacción parental

La evidencia sugirió que los participantes se sorprendieron ante la naturaleza de su interacción con los padres de sus jugadores. Cuando comentaron la interacción con los padres, los participantes describieron conflictos de manera regular. Por ejemplo, dijo Josh:

“¿Se sienten los padres menos inclinados a criticar a los entrenadores de mayor edad, pues son mayores que los padres, o porque son entrenadores nacionales y quieren algo de ellos? Quisiera decir a estos padres, “¿Quién demonios piensas que eres?”

Como es de esperar, los padres son una parte importante de la realidad de los entrenadores de tenis, son quienes traen a sus niños a entrenar. Los participantes expresaron sorpresa constante ante la naturaleza de sus interacciones con los padres. Nathan dijo: “¿Por qué los padres tienen tanta voz en el tenis? porque en otros deportes no lo hacen. El tenis es el deporte en el que los padres sienten que pueden decir: no estoy contento contigo”. La falta de experiencia que tenían los participantes podría significar que se sentían incómodos con las interacciones parentales, y que estas experiencias provocaban la ansiedad de los entrenadores.

Los participantes describieron las actitudes paternales como extremas en un continuo, ya sea muy positivo o muy negativo. Josh dijo “cuando un jugador gana, los padres están realmente felices, cuando pierde, mi entrenamiento es una basura”. Los participantes describieron continuamente a los padres como difíciles de satisfacer, o buscando resultados instantáneos, lo cual les creaba incertidumbre, puesto que no se sentían capaces de sostener los resultados positivos y mantener felices a los padres.

Los entrenadores con menor experiencia tuvieron que lidiar con la realidad del entrenamiento, lo cual desencadenaba la desilusión con éste

Los participantes se sintieron incómodos con el entorno de entrenamiento y desde los inicios de sus carreras mostraron señales de cuestionarse su participación. Por ejemplo, dijo Josh: “No me veo haciendo esto (entrenamiento) después de

los 30-35 años. ¡Ya me habría vuelto loco! Espero producir un jugador, viajar junto con el en gira y dejar detrás a esos padres y estas quejas”.

La preocupación principal para los participantes seguía siendo la competencia y el conflicto con los padres. Con menos de 4 años de experiencia en entrenamiento en el contexto elite, los participantes parecieron estar mal preparados para lidiar de manera efectiva con sus experiencias. Nathan dijo: “El mundo del entrenamiento de tenis es muy extraño. ¡Todos (padres y entrenadores) se odian entre sí! Tanta agresividad y tantas personas que se roban jugadores entre sí. Padres que se quejan y entrenadores que te apuñalan por la espalda. ¡Jesús! ¡Qué trabajo arduo!”

Los retos del entrenamiento de tenis incidían negativamente en la satisfacción laboral de los participantes y, en consecuencia, se cuestionaban si querían continuar siendo entrenadores. Dijo Phil: “No es un trabajo tan bueno como cuando recién empiezas, creo”. Eso es lo preocupante. ¿Cuántos entrenadores como yo dicen lo mismo? Ya no me gusta más (el entrenamiento). Debe haber montones (de entrenadores) diciendo esto”.

Las estrategias de afrontamiento son un factor importante en la vida laboral de todos los profesionales, para poder sostener su estado mental frente a los desafíos. Estas estrategias necesitan tiempo para desarrollarse (Thelwell et al., 2010; Kelly et al., 2018) y los participantes del estudio tuvieron que luchar abordar sus desafíos de manera efectiva, tuvieron problema con la satisfacción laboral y la motivación para entrenar.

COMENTARIO

Los datos de este estudio destacan varios problemas que enfrentan los entrenadores de tenis menos experimentados en sus actividades diarias.

En primer lugar, este estudio menciona el auto-empleo como un factor significativo en las opiniones de los participantes sobre otros entrenadores, y se asoció con la desconfianza de otros colegas. Los participantes describieron las actitudes negativas hacia otros entrenadores y esto fue generalmente asociado con el auto-empleo. Los participantes temían tener una reputación menos favorable que los demás, que pudiera afectar sus ingresos directamente (Cassidy et al., 2016).

Segundo, los participantes describieron actitudes de intolerancia hacia la participación paterna en el tenis elite. Las interacciones paternas son una fuente de estrés (Knight y Harwood, 2009) y este estudio muestra actitudes de desconfianza hacia los padres. Los participantes describieron evitar la interacción paterna y destacaron la incomodidad con la participación de los padres.

Tercero, los participantes se sentían inseguros con sus experiencias de entrenamiento y describieron la desmotivación sufrida al no poder lidiar con sus experiencias. Los entrenadores menos experimentados describieron conflictos internos con la satisfacción laboral, y esto tuvo un

efecto negativo sobre su motivación para permanecer como entrenadores de tenis (Kelchtermans; 2009a; 2009b).

CONCLUSIÓN

Los resultados sugieren que los entrenadores menos experimentados requieren apoyo emocional desde el inicio de sus carreras como entrenadores. Bandura dijo: “Es difícil lograr demasiado cuando se lucha con la auto-duda” (1997, p. 118) y este estudio mostró la evidencia de que los participantes dudaban. Los resultados apoyan las afirmaciones de que la formación podría utilizar los puntos de vista de los entrenadores experimentados de manera más efectiva, para así preparar a los nuevos practicantes para sus roles (Cushion, Jones y Armour, 2003). Los participantes estaban ansiosos por los desafíos que enfrentaban en sus actividades diarias, y sus ansiedades tuvieron un efecto negativo sobre su motivación para entrenar (Bleach, 2019).

La formación de los nuevos entrenadores en mecanismos de afrontamiento utilizados por profesionales experimentados, ayudaría a: (a) mejorar la consciencia de que los entrenadores experimentarán retos emocionales en sus carreras; y, (b) permitir que nuevos entrenadores seleccionen las estrategias de afrontamiento que hayan funcionado para otros entrenadores.

REFERENCIAS

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman & Company.
- Bleach, C., (2019). *Fragile Learning: The Influence of Anxiety, Psychodynamic Practice*, 25:1, 86-90, DOI: [10.1080/14753634.2018.1499038](https://doi.org/10.1080/14753634.2018.1499038), <https://doi.org/10.1080/14753634.2018.1499038>
- Cassidy, T. Jones, R. & Potrac, P. (2016). *Understanding Sports Coaching: The pedagogical, social and cultural foundations of coaching practice*. Third edition. New York: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203797952>
- Cushion, C.J., Armour, K.M. & 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>
- Flett, R. Gould, R. Griffes, K. & Lauer, L. (2012). *The views of more versus less experienced coaches in undeserved communities*. *International Journal of Coaching Science*, Vol 6 (1), pp 3 – 26.
- 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>
- Kelchtermans G. (2009b) *Career Stories as Gateway to Understanding Teacher Development*. In: Bayer M., Brinkkjær U., Plauborg H., Rolfs S. (eds) *Teachers' Career Trajectories and Work Lives. Professional Learning and Development in Schools and Higher Education*, vol 3. Dordrecht: Springer
- Kelly, S. Thelwell, R. Barker, J. B. & Harwood, C. G. (2018). *Psychological support for sport coaches: an exploration of practitioner psychologist perspectives*, *Journal of Sports*

- Sciences, 36:16, 1852-1859, DOI:
10.1080/02640414.2018.1423854,
<https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1423854>
- Knight, C. J. & Harwood, C. G. (2009). Exploring Parent-Related Coaching Stressors in British Tennis: A Developmental Investigation, *International Journal of Sports Science & Coaching* Volume 4, Number 4, p 545 – 565, <https://doi.org/10.1260/174795409790291448>
- Lundkvist, E. Gustafsson, H. Hjälm, S. & Hassmén, P. (2012). An interpretative phenomenological analysis of burnout and recovery in elite soccer coaches, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4:3, 400-419, DOI: 10.1080/2159676X.2012.693526, <https://doi.org/10.1080/2159676X.2012.693526>
- Rees, T. Hardy, L. Gullich, A. Abernethy, B. Cote, J. Woodman, T. Montgomery, H., Laing, S. & Warr, C. (2016). The Great British Medalists Project: A Review of Current Knowledge on the Development of the World's Best Sporting Talent. *Sports Med*, Vol 46, pp 1041 – 1058, <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0476-2>
- Thelwell, R. C., Weston, N. J., & Greenlees, I. A. (2010). Coping with stressors in elite sport: A coach perspective. *European Journal of Sport Science*, 10, 243e253, <https://doi.org/10.1080/17461390903353390>

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2019 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.

[Resumen de licencia - Texto completo de la licencia](#)