



Perfeccionismo orientado hacia otros, relación entre el entrenador y el jugador y rendimiento en tenis

John Hollowell, Richard Buscombe^a, & Andy Preston

^a Universidad de East London, Londres, Reino Unido.

RESUMEN

El perfeccionismo orientado hacia otros describe una preocupación con la expectativa de que otros logren estándares de rendimiento excesivamente elevados. La proyección de expectativas poco realistas del uno al otro dentro la relación entrenador-jugador puede alterar la relación de trabajo e impactar sobre la experiencia del atleta en el deporte. El presente estudio utiliza el Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI) para explorar los impactos del perfeccionismo orientado hacia otros en el entrenamiento tenístico, desde el punto de vista del entrenador. Después de llevar a cabo entrevistas semiestructuradas con un entrenador de nivel alto del Reino Unido, dos temas superiores surgieron: “los impactos negativos del perfeccionismo orientado hacia otros de los entrenadores” y “la redefinición de la palabra ‘perfeccionismo’”. Las conclusiones de este estudio ponen de relieve intervenciones posibles como la identificación de posibilidades por futuras investigaciones.

Palabras clave: perfeccionismo orientado hacia otros, entrenamiento, expectativas, rendimiento.

Recibido: 15 Marzo 2019

Aceptado: 29 Abril 2019

Autor correspondiente: Richard Buscombe, SD 1.16, Docklands Campus, Escuela de Deporte de la Salud y Biociencias, Universidad de East London, University Way, Londres, Reino Unido. Email: r.m.buscombe@uel.ac.uk

INTRODUCCIÓN

Según Cockerill y Jowett (2002), la relación entrenador-jugador sirve como plataforma en que el entrenador y el jugador interactúan de manera única para lograr rendimientos, éxito y satisfacción. Tal relación como en este ejemplo se mantiene sobre la base de que las acciones de un individuo afectan el comportamiento de otro y, a su vez, influye la manera de actuar de ese individuo respecto al individuo original. Sobre esta base, todos los factores que influyen la manera de comunicar (cómo y qué) de un individuo a otro también estarán implicados en la determinación de la evolución y los resultados probables de las interacciones sociales.

El perfeccionismo, definido como “el establecimiento de estándares de rendimiento excesivamente elevados junto con una tendencia a hacer autoevaluaciones excesivamente críticas” (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; p.450) es uno de los factores que pueden influir en las interacciones y, por consiguiente, en las relaciones entre el entrenador y el jugador de tenis. Hasta la fecha, el perfeccionismo ha sido visto desde la perspectiva de un atleta y ha sido considerado un carácter personalista relacionado tanto con la mala adaptación (e.g., el agotamiento profesional) y resultados mejor adaptados (compromiso). El perfeccionismo ha sido

descrito a través de dos aspectos, a saber ‘las preocupaciones perfeccionistas’ y ‘la lucha perfeccionista’.

Se considera generalmente que la lucha hacia el perfeccionismo es adaptivo en el mundo del deporte, permitiendo la aspiración para ser un buen ejemplo, atención al detalle, compromiso con el entrenamiento, y un deseo de mejorar. Sin embargo, se ha demostrado que un perfeccionismo excesivo puede correlacionarse con un aumento de las posibilidades por el uso de drogas para mejorar el rendimiento (Flett & Hewitt, 2005). Se ha demostrado que las preocupaciones perfeccionistas definidas como “las preocupaciones sobre cometer errores, tener miedo a las evaluaciones sociales negativas, el sentimiento de discrepancia entre una expectativa y un rendimiento y reacciones negativas a imperfección” (Gotwals et al., 2012; p. 264) pueden correlacionarse con la motivación de ego, la evitación del dominio y una variedad de emociones negativas (e.g. sentimientos negativos, ansiedad e ira) (Hill, Mallinson-Howard, & Jowett, 2018).

El concepto del “perfeccionismo orientado hacia otros” ha recibido una consideración limitada de la investigación pero se refiere crucialmente a la exigencia para perfección

transmitida por un individuo a otro (Hewitt & Flett, 1991). Perfeccionistas que exigen la perfección de otros crean expectativas elevadas para otros y les comparan constantemente con los estándares muy elevados que establecen. Hace una década, Flett y Hewitt (2005) destacaron el papel posible que el perfeccionismo orientado hacia otros puede desempeñar en el entrenamiento, poniendo en cuestión de la aplicación de esta teorización hacia el deporte, pidiendo, por ejemplo “¿en qué momento sucede que las exigencias perfeccionistas de entrenadores, contribuyen a una pérdida de motivación en los atletas?” (p.17).

Las publicaciones actuales considerando la relación entrenador-jugador es dominado por datos y análisis cuantitativos. Sin embargo, las relaciones en deporte reflejan las de sociedades más amplias en la medida en que son definidas por complejidades y matices que no pueden ser cuantificados. En este sentido, parece que el impacto de las tendencias perfeccionistas de un individuo en la relación entrenador-jugador sea una zona a la que puede ser adecuada investigaciones cualitativas. Sellars, Evans & Thomas (2016) subrayaron recientemente este tema, afirmando que: “una confianza en diseños de investigaciones cuantitativas ha resultado en una visión limitada en la percepción de los atletas de los impactos del perfeccionismo en el deporte” (p.220). El Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI) es un enfoque que se presta para la comprensión de *Novel Phenomena* (Malhotra, 2015). Mediante la exploración de una experiencia con una profundidad genuina, informaciones importantes pueden ser aportadas y puede así abrir otras perspectivas de exploración. La falta de publicación actual sobre cómo el perfeccionismo impacta la relación entrenador-jugador convierte AFI en métodos de investigación cualitativos, que puede ser empleados en el estudio.

Esa revista corta tiene como objetivo explorar la influencia percibida en el perfeccionismo orientado a otros al centro de la relación entrenador-jugador, desde el punto de vista de un entrenador de tenis. De esta manera, se espera que esa revista tanto aumentará la conciencia del entrenador con respeto al fenómeno como pondrá de relieve algunos resultados asociados con el perfeccionismo orientado a otros en el entrenamiento.

MÉTODO

Participantes

El muestreo en AFI se concentra en lo pequeño y es muy determinado, y dado que el trabajo hasta ahora es exploratorio y ilustrativo, solo una muestra pequeña fue utilizado. Los participantes fueron elegidos porque tenían experiencias importantes y perspectivas relacionadas con el tema del estudio. La aprobación ética para dirigir esta investigación fue otorgada por el Comité Ética de la institución del investigador principal del proyecto. Los participantes vienen de varios clubes de tenis de Londres, el Reino Unido, y fueron contactados por correos electrónicos y después tenían una entrevista.

El entrenador X es un hombre PTR (Registro Profesional de Tenis, Professional Tennis Registry por sus siglas en inglés, sistema estadounidense de certificación) certificado y

entrenador de nivel 4 de la LTA (la asociación británica de tenis, Lawn Tennis Association por sus siglas en inglés). Ha jugado en numerosos torneos en el Reino Unido y en eventos futuros de la ITF y también ha sido entrenador durante 29 años. La entrenadora Y es una mujer y un instructor certificado de la PTR. La entrenadora Y tiene un nivel 3 de la LTA y más de 17 años de experiencia en el mundo tenístico. El entrenador Z es un hombre, es un profesional de nivel certificado del PTR con una licencia de nivel 4 de la LTA. ese entrenador tiene una experiencia de 43 años en el tenis y 20 años de experiencia en la educación de otros entrenadores como instructor certificado.

Todos estos 3 entrenadores son del Reino Unido (RU) y han tenido la mayoría de sus experiencias en el Reino Unido.

PROCEDIMIENTO

Ese estudio llevó a cabo numerosas entrevistas individuales semiestructuradas durando 25-40 minutos. Antes de que las entrevistas empezaron, los participantes habían firmado autorización y habían recibido copias electrónicas o impresas de información sobre el estudio y las informaciones de los contactos para la investigación. Se registraron las entrevistas utilizando un dispositivo de grabación de audio. Cada entrevista tuvo lugar en diferentes espacios privados y planeados en varios clubes de tenis de Londres.

Cada grabación de audio fue transcrita textualmente y revisada por los entrenadores para asegurar que el texto reflejara correctamente el mensaje esperado. Siguiendo esto, la información fue leída e interpretada con temas que formaron parte de la misma información. Después de la finalización del análisis de la información, toda la información privada electrónica y la información digital e impresa fue destruida, y nada de la información personal fue guardada por más tiempo que se necesitaba para los propósitos para que fueron recogidos.

EL ANALISIS DE LA INFORMACION

El IPA fue desarrollado por Smith (1996) y tiene sus orígenes en la hermenéutica y la fenomenología. La información de ese estudio fue analizada desde un método de enfoque ascendente, lo que quiere decir que en lugar de aplicar teorías actuales a la información recogida, códigos/temas fueron generados desde la misma información. Los códigos generados de la información son el resultado del proceso de IPA con los investigadores mezclando las descripciones y percepciones generadas desde la cuenta del participante. El análisis IPA utiliza numerosos ciclos de lectura y de toma de notas para ayudar al investigador sumergirse en la información. Cuando los temas son extraídos, cada inferencia que se dibuja desde la información se hace con gran cautela, y con una conciencia contextual de los factores cultural, social y otros, en lo cual el estudio se refiere.

RESULTADOS & DEBATES

Tema superior I:

'Los aspectos negativos del 'perfeccionismo orientado a otros' de los entrenadores

Los entrenadores señalaron en gran parte los aspectos negativos del perfeccionismo orientado a otros en la pareja entrenador/jugador. Curiosamente, esto se hizo más evidente en narrativos cuando se reflejaba sobre la carrera competitiva del entrenador, y no fue señalado como problema en la metodología actual de los entrenadores. Esto puede indicar una falta de conciencia, o también, una reticencia a aceptar el papel que las tendencias perfeccionistas del entrenador pueden desempeñar en la influencia del jugador.

El entrenador respondió:

"Pues, tenía un entrenador que era extremadamente atento a los detalles, siempre quería la perfección y presionada mucho a los jugadores. Y pienso que tuvo un impacto negativo en nuestro rendimiento porque siempre estábamos preocupados por hacer algo malo ... personalmente, yo era más nervioso y sé que los otros eran nerviosos también."

La entrenadora Y indicó que un impacto negativo en la relación entrenador-jugador fue el resultado de una pérdida de respeto. "Pienso que perdí el respeto para ella, lo que es una cosa muy importante para mí entre el entrenador y el jugador". Cockerill & Jowett (2002) ponen de relieve que para lograr una relación saludable entre el entrenador y el jugador, la gratitud y el respeto para el otro como individual es esencial. Este escenario ilustra de qué manera la lucha perfeccionista del entrenador puede impactar la relación entre el atleta y el entrenador y así alterar la alianza de trabajo de un atleta.

El entrenador Z sugirió que entrenadores pueden "perder la motivación/interés en el entrenamiento tenístico a causa de sus experiencias negativas en medioambientes perfeccionistas". Esta cita toca al potencial de perfeccionismo institucional de ser transmitido por expectativas de los padres, de los entrenadores o también de patrocinadores en todos tipos de medioambientes. Una gran cantidad de literatura ya existe que pone de relieve la necesidad de crear un clima donde el énfasis está en el esfuerzo y el dominio de la tarea. Esta estructura necesita permear a lo largo del ambiente de rendimiento, creando una cultura de soporte y de aceptación para los jugadores y los entrenadores, sabiendo que a veces las cosas no van a ser como previstas.

La entrenadora Y describe cómo a veces durante su carrera de jugadora, la mirada de su entrenadora tuvo el potencial de hacerla sentir mal y emocionalmente extremadamente ansiosa". Continúa a decir:

"Algunos fueron capaces de afrontar la situación mejor que otros. Yo era alguien que ... Yo soy muy sensible por lo que tomaré la retroalimentación muy personalmente y de cierto modo, la pondré en mis hombros y me afectaría a mí por supuesto, mientras que había otras mujeres quienes no eran muy preocupadas por eso, no tanto como yo"

El extracto toca a la presencia de diferencias individuales en la manera de que se interpreten los comentarios de

entrenadores perfeccionistas y de qué manera los atletas afronten los rendimientos negativos. Esto pone de relieve la necesidad para entrenadores de ser conscientes de sus tendencias perfeccionistas.

Tema superior II:

'Dar otra definición al perfeccionismo'

Reflejándose en algunos atletas quienes han trabajado con ello y la relación que mantuvieron, el entrenador X comentó:

"Había una chica con quien trabajaba, y todos los otros entrenadores la conocían y comentaban de ella entre sí que era importante que ella supiera que no se puede esperar la perfección en tenis.

.... Era una bailarina, lo que era interesante porque bailar le enseña a intentar lograr la perfección, así supongo que se intenta perfeccionar un movimiento.

..... cuando ella perdió, lo encontró muy muy difícil de entender porque estaba cometiendo un error. Así, decía, por qué perdí eso? Por qué estaba - por qué no lo puedo hacer? Por qué no jugo bien? Y era nuestro papel decirle que eso es el tenis."

Cuando la joven atleta proyectó su idea de la perfección, que se estableció en baile, al tenis, esto causó incertidumbre y frustración. La naturaleza del tenis es tal que algunos factores exteriores al juego afectan los resultados, así siempre existen elementos fuera del alcance del jugador. La idea de un reglamento exterior - o simplemente de la existencia de factores fuera de nuestra alcance - provoca disturbios en algunos tipos de personalidad. Conciencia por parte del jugador y el entrenador puede ayudarles a racionalizar estos sentimientos tanto en el atleta como en el entrenador y así promover la adaptación en momentos en que la perfección no es accesible.

El estudio del desarrollo de los atletas polideportivos y la transferencia de su idea de perfección de un deporte al otro también parece interesante para futura investigación. Los entrenadores de tenis tal vez beneficiaran de un conocimiento de cómo las expectativas de perfección son intrínsecamente transmitidas en diferentes deportes. De esta manera, el tenis puede aprender de los deportes de equipo, porque la idea de éxito reside más en el esfuerzo colectivo, así todos son dependientes de los otros para alcanzar la victoria.

Para concluir, el entrenador X ofrece un consejo benevolente a los otros entrenadores:

"Un entrenador siempre debería estar atento a la manera que tiene el atleta de describir su juego durante los entrenamientos y los partidos, abrir el diálogo es muy importante. Un perfeccionismo muy elevado debe ser desafiado desde una edad temprana por medio de la educación a través de discusiones con el jugador trabajando para entender y sustituir su percepción errónea del cumplimiento de la perfección".

Este estudio tenía como objetivo la promoción de la conciencia al papel que puede desempeñar el perfeccionismo dentro de la relación entrenador/jugador et del desarrolla del

jugador de tenis. Futuras investigaciones podrían interesarse a las situaciones en las que las combinaciones perfeccionistas acercan al entrenador y su jugador y la influencia de estas combinaciones sobre diferentes parámetros. Los estudios también podrían considerar otros agentes como los padres y cómo sus tendencias a la perfección impactan el desarrollo de sus niños en un ambiente deportivo. Así, las tendencias perfeccionistas de los padres/entrenadores deberían unirlos al jugador de tenis para que este aspecto esencial del desarrollo funciona correctamente y eso por el bien del jugador.

REFERENCIAS

- Cockerill, I., & Jowett, S. (2002). Incompatibility in the coach-athlete relationship. *Solutions in Sport Psychology*, (16-30). London: Thompson Learning.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2005). The Perils of Perfectionism in Sports and Exercise. *Current Directions in Psychological Science*, 14(1), 14-18, <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00326.x>
- Frost, R., Marten, P., Laharat, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468, <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G. H., & Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory, and mixed evidence. *Canadian Psychology*, 53, 263-279, <https://doi.org/10.1037/a0030288>
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hill, A. P., Mallinson-Howard, S. H., & Jowett, G. E. (2018). Multidimensional perfectionism in sport: A meta-analytical review. *Sports, Exercise & Performance Psychology*, 7(3), 235-270, <https://doi.org/10.1037/spy0000125>
- Malhotra, N. (2015). An investigation into therapists' experience of learning about transference (Doctoral dissertation). Retrieved from; bps.org.uk
- Sellars, P.A., Evans, L. and Thomas, O. (2016). 'The Effects of Perfectionism in Elite Sport: Experiences of Unhealthy Perfectionists', *The Sport Psychologist*, 30(3), 219-230, <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0072>
- Smith, J. A. (1996). Beyond the divide between cognition and discourse: Using interpretative phenomenological analysis in health psychology. *Psychology & Health*, 11(2), 261-271, <https://doi.org/10.1080/08870449608400256>

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2019 John Hollowell, Richard Buscombe, & Andy Preston



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](#)