



PERFIL PSICOLÓGICO DEL JUGADOR DE TENIS. ASPECTOS PRÁCTICOS PARA EL ENTRENADOR

MIGUEL CRESPO

**Departamento de Desarrollo
Federación Internacional de Tenis**





Índice

- Introducción
- Objetivos de la conferencia
- Perfil de Rendimiento del Tenista
 - Definición
 - Características
 - Objetivos
 - Tipos de Perfiles
- Perfil Psicológico del Tenista
 - Fases
 - Ejemplos:
 - Básico
 - Detallado
- Aplicaciones Prácticas
- Ventajas
- Conclusiones





Introducción

- Tema importante
- De moda en las Ciencias del Deporte
- No sólo para los aspectos psicológicos
- También necesario para todos los temas relacionados con el trabajo con jugadores de competición
- Aplicación práctica inmediata
- Favorece el trabajo sistemático





Objetivos de la charla

- Definir lo que se entiende por “Perfil” del jugador
- Presentar algunos ejemplos sobre distintos tipos de perfiles
- Presentar instrumentos para la elaboración aplicada y práctica de perfiles psicológicos de tenistas



Perfil de Rendimiento del Tenista

Definición

Perfil:

Conjunto de rasgos peculiares que caracterizan a una persona

Perfil de

rendimiento

del tenista:

Características específicas que definen el rendimiento del jugador



Perfil de Rendimiento del Tenista Características

- La elaboración del perfil del jugador es una fase de todo proceso de planificación y periodización del entrenamiento
- Se trata de la fase inicial
- Consiste en analizar las características del jugador
- Determinar los puntos fuertes y débiles
- Saber ¿QUÉ? Vamos a trabajar



Perfil de Rendimiento del Tenista Proceso



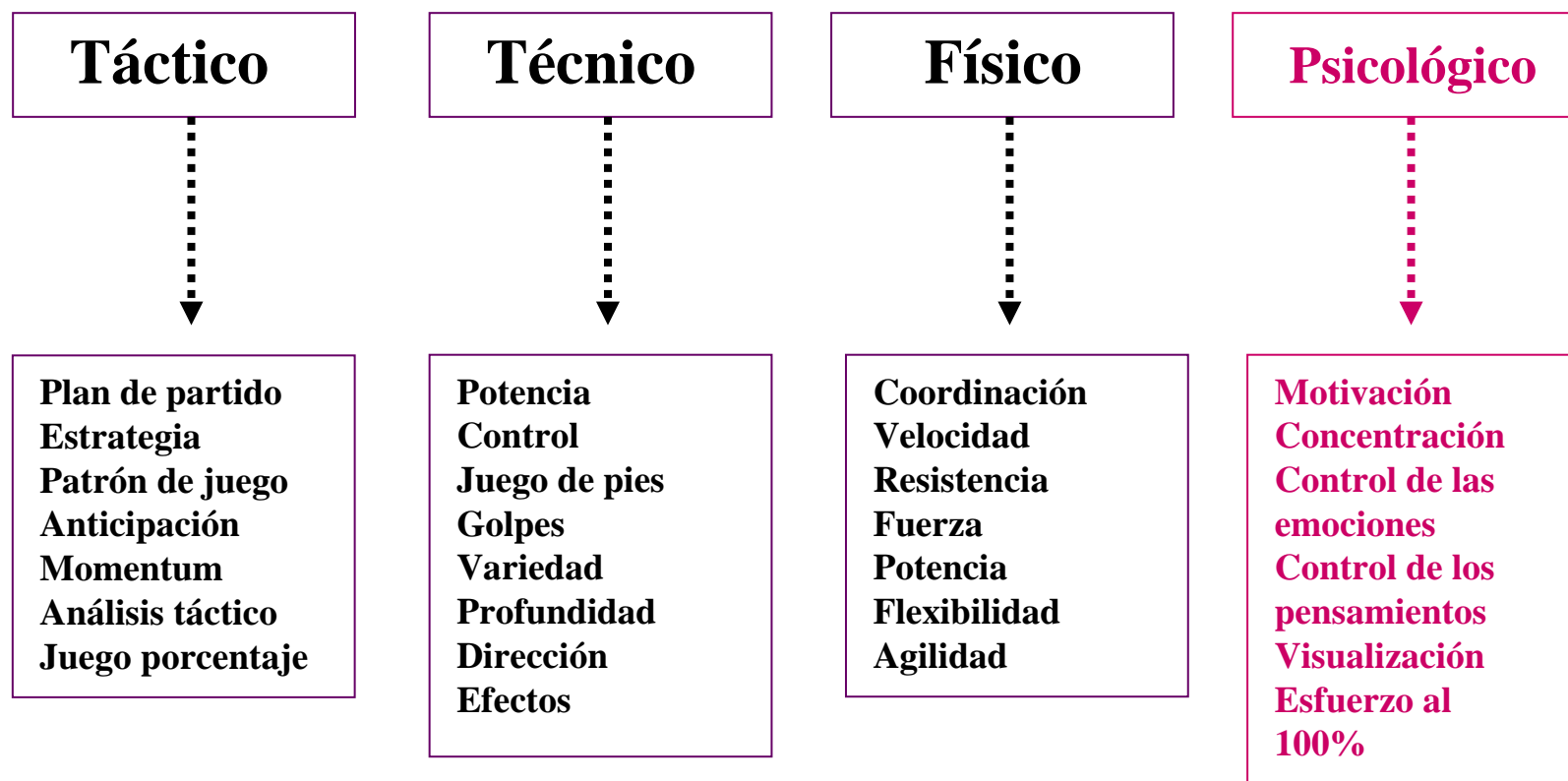
Perfil de Rendimiento del Tenista Objetivos

- Ayudar a identificar los aspectos que deben entrenarse;
- Aumentar la motivación del tenista y su compromiso con el programa de entrenamiento;
- Controlar los cambios que se produzcan con el tiempo.

Jones (2001)



Perfil de Rendimiento del Tenista Tipos





¿Qué necesito? / ¿Qué necesita mi jugador?

Aspectos Técnico/Tácticos

Otros Aspectos

Aspectos Físicos

**Nombre del
tenista**

Aspectos Psicológicos





Análisis de la situación del jugador

Puntos Fuertes

Amenazas

Puntos Débiles

Nombre del
tenista

Oportunidades





Perfil Psicológico del Tenista

Modelos

- Cuestionarios
- Evaluación del Entrenador (Observación)
- Auto-Evaluación del Jugador
- Comparación





Perfil Psicológico del Tenista

Cuestionarios

- **AUTO-CONFIANZA:**
 - Estado de Confianza en el Deporte (SSCI) y Rasgo (TSCI) (Vealey, 1988)
- **AUTO-EFICACIA:**
 - Auto-eficacia (Bandura)
- **MOTIVACIÓN (ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS/ PERSPECTIVAS DE METAS) Y CLIMA MOTIVACIONAL:**
 - TEOSQ (Duda, 1989);
 - PMCSQ-2 (Walling & Duda, 1993).
- **ANSIEDAD:**
 - CSAI-2 (Martens, Vealey, & Burton, 1990)
 - STAI (Spielberger)
- **ATENCIÓN:**
 - Test de Estilos Atencionales e Interpersonales (TAIS, Nideffer, 1976).
 - Test de Estilos Atencionales e Interpersonales en Tenis (Van Schoyck & Grasha, 1981)
- Etc.





Perfil Psicológico del Tenista

Evaluación del Entrenador

- Evaluación General
- Evaluación durante Partidos





Perfil Psicológico del Tenista

Auto-evaluación: ¿Cómo hacerla?

- Consideraciones preliminares
- Determinar las características psicológicas necesarias para el éxito en el tenis
 - Fase A
 - Fase B
 - Fase C
- Comentarios (diálogo jugador – entrenador)
- Gráficos
- Revisión





Perfil Psicológico del Tenista

Consideraciones Preliminares

- Hacer participar al tenista en el proceso
- Convencerle de la necesidad del perfil de rendimiento para dirigir el entrenamiento hacia las áreas específicas más necesitadas
- Es importante que el tenista crea en el entrenador
- Indicarle que la información es confidencial
- No hay respuestas correctas o incorrectas
- Tienen que ser honestas para conseguir un resultado productivo
- El perfil se basa en las sensaciones actuales del jugador

Butler y Hardy (1992)





Perfil Psicológico del Tenista

Los ingredientes del éxito

- FASE A: Preguntar al tenista:
- En tu opinión ¿Cuáles son las características o cualidades PSICOLÓGICAS fundamentales que ha de tener un jugador para llegar al máximo en tenis?
- Dedicar 5-10 minutos a escribir las cualidades o características que el tenista piense que son importantes
- Si el tenista se bloquea se le pueden hacer sugerencias para que sea él quien decida
- Generalmente se suelen identificar de 15 a 20 características

Butler y Hardy (1992)





Perfil Psicológico del Tenista

Auto-Evaluación

- FASE B: En una escala de 0 (nada importante) a 10 (muy importante), el jugador puntúa la importancia que cada característica tiene para él
- FASE C: El tenista utiliza la misma escala de 0 a 10 para puntuar lo que piensa de sí mismo (autoevaluación) en relación con un estado ideal de 10 (autoevaluación ideal).
- Luego simplemente se calcula la diferencia entre ambas escalas
- Cuanto mayor sea la diferencia, mayor es la necesidad de entrenar esa área

Butler y Hardy (1992)





Perfil Psicológico del Tenista

Auto-Evaluación

Ejemplo del perfil psicológico de rendimiento de un tenista					
Característica	A	B	C	(B-C)	Diferencia (B-C) x A
Confianza	10	10	8	2	20
Concentración	10	10	6	4	40
Centrarse tras un fallo	10	10	5	5	50
Divertirse	9	10	8	2	18
Actitud relajada	8	10	7	3	24



Perfil Psicológico del Tenista Auto-Evaluación

- En el caso particular de este tenista parece que sería conveniente entrenar dos aspectos:
 - Centrarse tras los errores
 - Centrarse en general





Perfil Psicológico del Tenista

Auto-Evaluación

¿CUÁN BUENO CREO QUE SOY PARA...

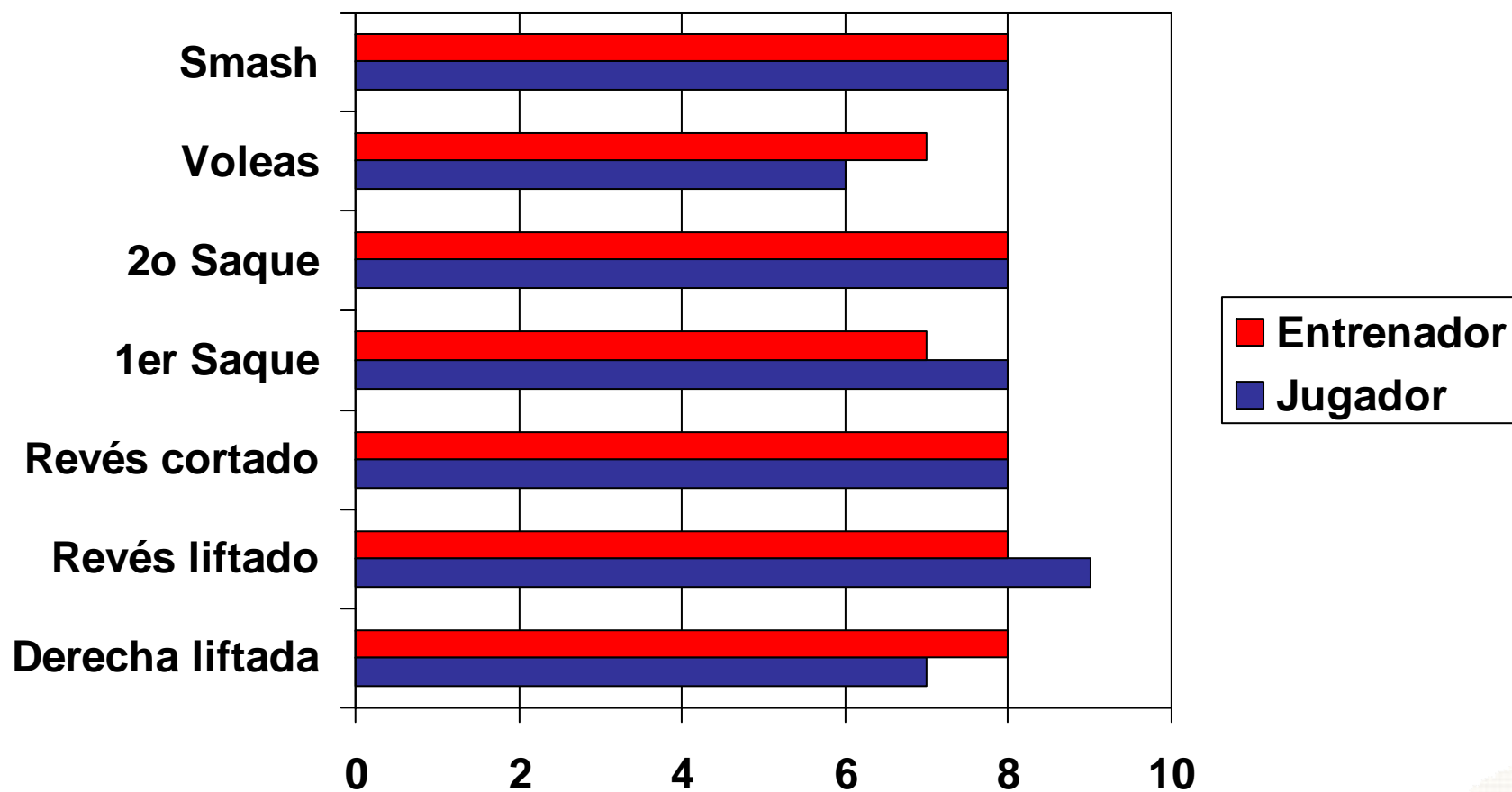
- Motivarme a mí mismo (1 – 10): _____
- Prepararme para el partido (1 – 10): _____
- Centrarme durante el partido (1 – 10): _____
- Controlar los ojos (1 – 10): _____
- Tener la cabeza alta (1 – 10): _____
- Andar con confianza en pista (1 – 10): _____
- Controlarme cuando juego (1 – 10): _____
- Luchar a tope cuando juego (1 – 10): _____



ITF Perfil de Rendimiento del Tenista

Comparación

Comparación entre las evaluaciones del jugador y del entrenador



Perfil de Rendimiento del Tenista Comentarios

- Al finalizar la auto-evaluación es conveniente plasmar los resultados de forma gráfica
- Así pueden ser comprendidos mejor por el jugador
- De esta forma se pueden utilizar para la fase de comentarios
- Es una buena forma de mantener el diálogo entre el jugador y el entrenador





Perfil Psicológico Básico del

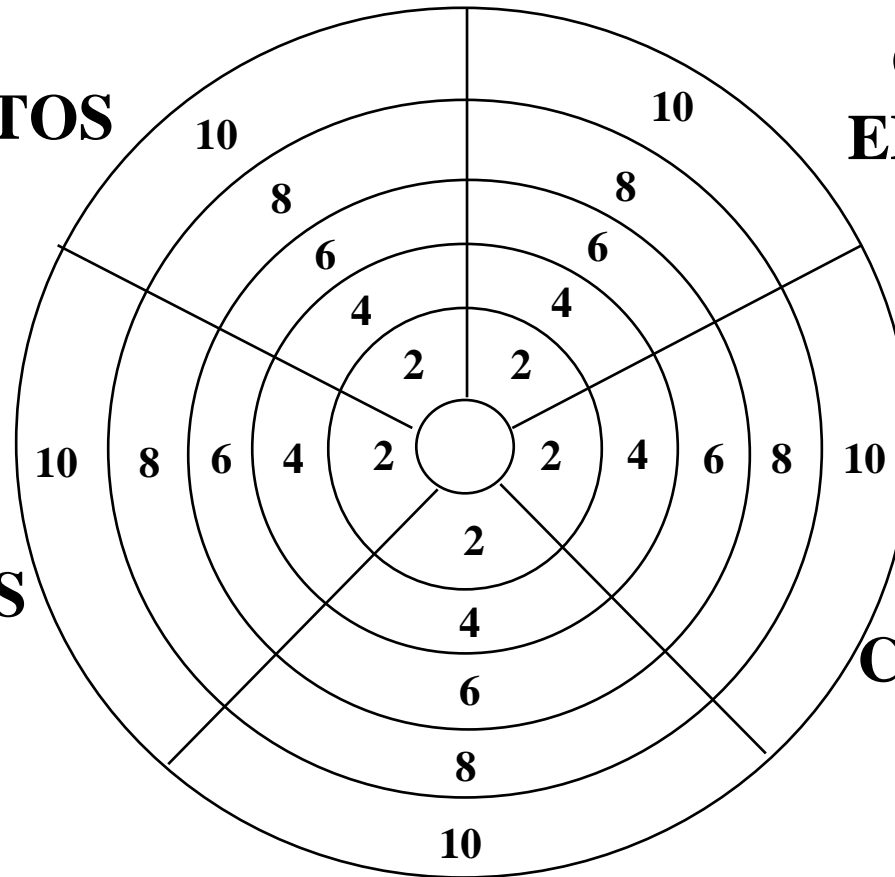
Tenista

**CONTROL
DE
PENSAMIENTOS**

**CONTROL
EMOCIONAL**

**CONTROL
DE
CONDUCTAS**

CONCENTRACIÓN

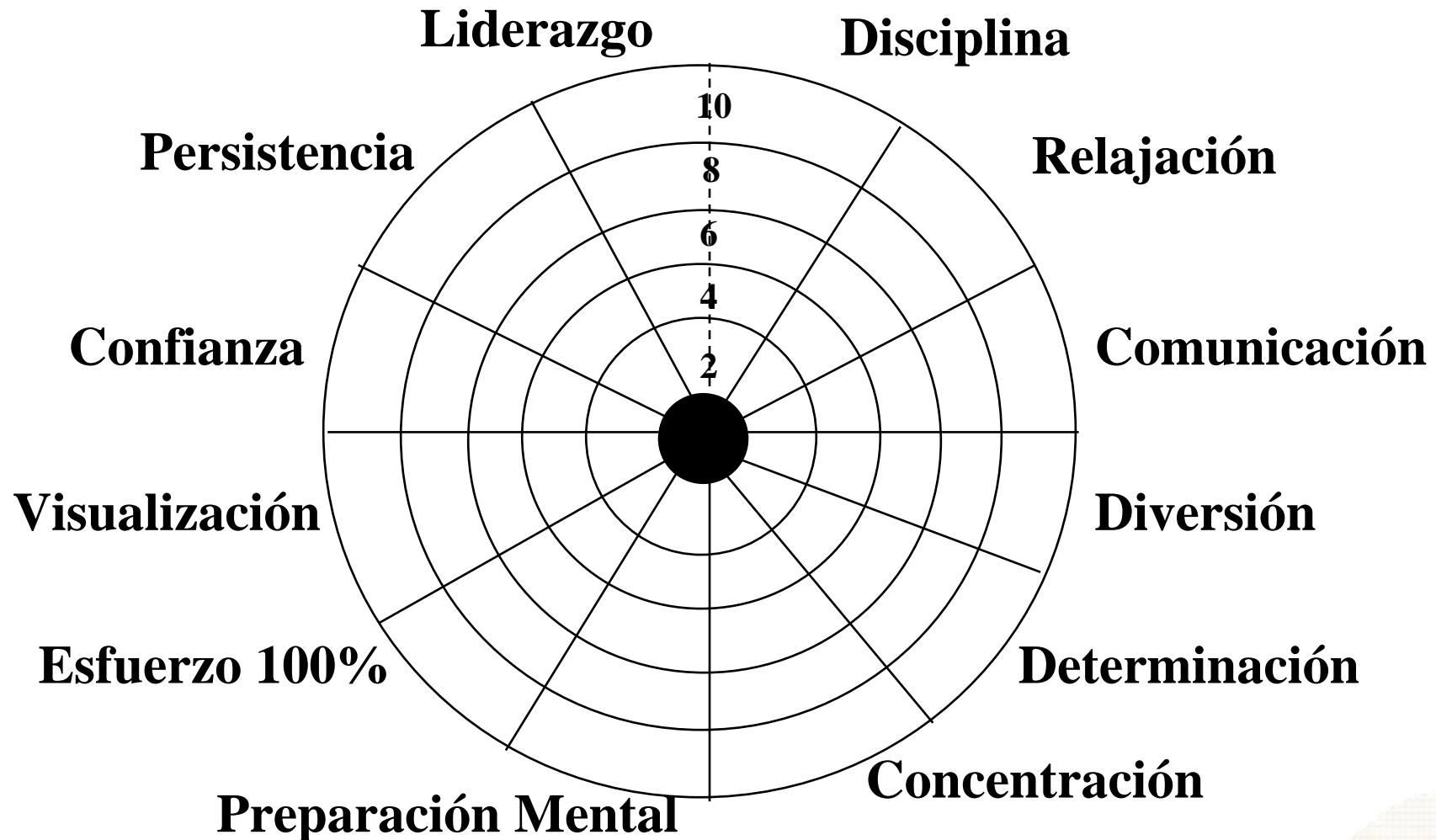


MOTIVACIÓN





Perfil Psicológico Detallado del Tenista



Perfil de Rendimiento del Tenista

Revisión

- Es conveniente revisar el perfil con cierta asiduidad o cuando el jugador así lo solicite
- Hay que indicar al tenista que el perfil es algo abierto al que pueden agregarse características continuamente para hacerlo más completo
- De esta forma el entrenamiento será más dirigido y adaptado a las necesidades específicas e individuales del jugador

Perfil de Rendimiento del Tenista

Revisión

- El perfil también se puede utilizar para controlar la mejora del entrenador y la calidad del entrenamiento
- Si el trabajo es adecuado las diferencias entre lo que se considera ideal y lo que el tenista cree que necesita mejorar se reducirán
- Revisar el perfil también ayuda a que el tenista se motive más

Perfil de Rendimiento del Tenista

Ventajas

- Puede ayudar a entrenadores y técnicos a comprender mejor a los tenistas pues:
 - Identifica los puntos fuertes y débiles percibidos;
 - Clarifica las visiones que el tenista y del entrenador sobre aspectos clave para el alto nivel, al tiempo que resalta las diferencias;
 - Establece áreas en las que el tenista puede tener ciertos problemas en mejorar (en caso de que las diferencias no se reduzcan);
 - Proporciona un medio para controlar el progreso;
 - Resalta las diferencias de opinión entre la evaluación del rendimiento por parte del entrenador y del tenista.



Perfil de Rendimiento del Tenista

Conclusiones

- Se trata de un instrumento particularmente útil para diseñar y planificar el entrenamiento específico de las cualidades técnicas, tácticas, físicas y psicológicas
- Para que funcione correctamente es crucial involucrar al jugador en el proceso
- También facilita la comunicación entrenador-jugador pues fomenta el diálogo y el intercambio de opiniones o percepciones distintas