



**Federação Portuguesa de Ténis**  
**Simpósio Ibérico 2011**

**Preparación mental de los jugadores:**  
**Desarrollo de competencias psicológicas de los tenistas – un camino a largo plazo**

**Por Dr. Miguel Crespo**  
**Responsable de investigación para el desarrollo**  
**Federación Internacional de Tenis**

**1. Introducción**

- a. Términos de referencia
- b. Conocer a tus jugadores
- c. ¿Qué necesitan?
- d. ¿Cómo ayudarles?
- e. Conclusiones

**2. Términos de referencia**

- a. Etapas del desarrollo del tenista
- b. Desarrollo psicológico del tenista
- c. Entrenamiento de las habilidades mentales

**3. Jugadores de hasta 10 años**

- a. Conocerlos
- b. ¿Qué necesitan?
- c. ¿Cómo ayudarles?

**4. Jugadores de hasta 14 años**

- a. Conocerlos
- b. ¿Qué necesitan?
- c. ¿Cómo ayudarles?

**5. Jugadores de hasta 18 años**

- a. Conocerlos
- b. ¿Qué necesitan?
- c. ¿Cómo ayudarles?

**6. Jugadores profesionales**

- a. Conocerlos
- b. ¿Qué necesitan?
- c. ¿Cómo ayudarles?

**7. Conclusiones**