

***El coaching deportivo como protagonista en el cumplimiento de los objetivos trazados por los jugadores de SPORTCAUCA F.C***

*Daniel Esteban Gaitán Gómez y Cristian Andrés España Fajardo<sup>1</sup>*

*“El talento gana partidos, pero el trabajo en equipo  
Y la inteligencia gana campeonatos”  
(Michael Jordán, 2011)*

**Resumen**

*En el campo deportivo, los jugadores deben cumplir con ciertos requerimientos día a día, los cuales, les permitan obtener ciertos logros tanto a nivel personal como de equipo. Por ende, se hace necesario que los deportistas pertenecientes al equipo SPORTCAUCA F.C conozcan cuáles son sus habilidades para potenciarlas al máximo, sin dejar de lado el autoconocimiento de sus debilidades y el cómo aprender de estas y optar por mejorarlas constantemente.*

*La investigación a desarrollar permite incentivar la participación y la permanencia de los estudiantes en la escuela deportiva SPORTCAUCA F.C. A través de la mejoras tanto de las cualidades como de las debilidades de cada uno de los deportistas, lo cual se establece a partir del coaching de liderazgo deportivo, ya que, es por medio de este, que se conocen tanto los canales sensoriales que predominan en cada jugador, como la práctica y adecuado manejo de la inteligencia emocional, la que conlleva a captar de manera adecuada y eficiente la información a nivel técnico y táctica brindada por el entrenador, ya sea durante el entrenamiento como en el juego de un determinado partido, además, les ayuda a dominar en mayor medida sus acciones, donde prevalezca la razón sobre las emociones.*

*Finalmente, este estudio tiene como propósito establecer en el equipo un aumento del sentido de pertenencia, disciplina y mejora en las relaciones dentro del grupo, acompañado de una mayor capacidad de aprendizaje, poder de decisión y adquisición de una mentalidad positiva frente al cambio, lo cual se ira retroalimentando día a día de la mano de su director técnico..*

---

<sup>1</sup> Estudiantes de la Fundación Universitaria de Popayán, Cauca, 2019.

## **Abstract**

In the sports field, players must meet certain day-to-day requirements, which allow them to obtain certain achievements both on a personal and team level. Therefore, it is necessary for athletes belonging to the SPORTCAUCA F.C team to know their abilities to maximize them, without neglecting the self-knowledge of their weaknesses and how to learn from them and choose to constantly improve them.

The research to be carried out allows to encourage the participation and permanence of students in SPORTCAUCA F.C. Through the improvement of both the qualities and the weaknesses of each of the athletes, which is established from the coaching of sports leadership, since, it is through this, that the predominant sensory channels are known in each player, as the practice and proper management of emotional intelligence, which leads to adequately and efficiently capture the technical and tactical information provided by the coach, either during training or in the game of a particular game. In addition, it helps them to dominate their actions to a greater extent, where reason prevails over emotions.

Finally, this study aims to establish in the team an increase in the sense of belonging, discipline and improvement in relationships within the group, accompanied by a greater capacity for learning, decision-making power and acquisition of a positive mentality in the face of change. which will be fed daily by the hand of its technical director.

**Palabras Clave:** Coaching deportivo, inteligencia emocional y canal sensorial.

## 1. Introducción

El deporte en la actualidad ha tenido una gran importancia para el desarrollo del ser humano en diferentes áreas como la social, económica, física y psicológica. No es para nada un secreto que a lo largo de la historia, el deporte ha tenido repercusión en la vida de las personas, sin embargo actualmente la importancia de la misma ha aumentado.

La práctica del deporte tiene influencia sobre la salud física y psicológica de las personas; ya que las personas que realizan ejercicio en general son más sanas que las que no lo hacen, previniendo y combatiendo enfermedades relacionadas con el sedentarismo, depresión, estrés entre otros; Es por esto que al implementar todo lo positivo del deporte con el liderazgo se dan a conocer cambios internos a nivel personal y externos a nivel grupal, por otra parte se hace necesario lograr que niños, jóvenes y adultos estén en un tipo de formación constante que los motive y los ayude a continuar con el buen hábito del deporte.

Parece generalizado el hecho de que en la adolescencia se produce un bajo interés por practicar actividades deportivas, por lo contrario aprovechan su tiempo libre en las actividades que no le generan beneficios en cuanto a calidad de vida, lo que puede complicar la conservación de su salud y dar lugar al mal aprovechamiento de su tiempo libre. El sedentarismo y el abandono deportivo se han convertido en una de las grandes preocupaciones de la sociedad en la que vivimos, sociedad que, para combatir dicho problema, demanda la práctica de actividad físico- deportiva como hábito saludable.

En este orden de ideas la problemática que se plantea está referida a, ¿si algunas estrategias realizadas en el coaching, incentivan la participación y la permanencia de los estudiantes en las diferentes escuelas deportivas a las cuales pertenecen?

En esta ocasión, la investigación se ha centrado específicamente con los jóvenes de la escuela deportiva SPORTCAUCA F.C ubicada en Colombia, en la ciudad de Popayán (Cauca). El proyecto se realiza con este Club Deportivo porque este se encuentra un departamento de escasos recursos a nivel deportivo, que impiden alcanzar metas a mediano y largo plazo, brindando las asesorías correspondientes, aquellas que ayuden a fomentar y explotar todas las habilidades y valores de los estudiante, para así determinar si su crecimiento personal y

deportivo encaminan hacia una actitud de liderazgo, trabajo en equipo y toma de decisiones dentro de su rol deportivo.

Generalmente al hablar de liderazgo evocamos a la memoria de líderes carismáticos que mueven multitudes como Gandhi, Pepe Mujica, Martin Luther, Juan Pablo II u otra figura similar que lo único que busca es el bien común, pero cuando hablamos de liderazgo a nivel deportivo es necesario renombrar a **Nelson Mandela** el hombre que unió a toda una nación con el deporte, **Andrea Pirlo** referente líder del fútbol italiano, **Tommy Smith y John Carlos** “Un símbolo del **Black Power** en Estados Unidos. Cuando estos atletas recibieron sus medallas de oro y bronce, respectivamente, por los 200 metros planos, alzaron un puño como protesta contra la pobreza que vivían los negros” (Rivas, 2017: 1).

En función de lo anterior, como objetivo general se plantea que mediante el coaching deportivo se logre incentivar la participación y la permanencia de los estudiantes. Con el fin de alcanzar un verdadero cambio progresivamente el cual se dará trabajando día a día con los jóvenes en cada uno de los siguientes objetivos específicos:

- ❖ implementar un cambio interno por parte del joven para tener un manejo de su inteligencia emocional y que de esta manera sea un deportista constructivo tanto en su nivel de juego como en su nivel de convivencia todo esto junto a sus líderes más cercanos.
- ❖ Identificar los canales sensoriales de los deportistas, enfocando esta información hacia su director técnico para que tenga mejores resultados a la hora de dar una charla o indicación necesaria.
- ❖ Contar con preparadores físicos, el entrenador y charlas teórico prácticas que encaminen al joven hacia sus objetivos deportivos.

Por otro lado, el trabajo de investigación se compone de tres objetivos específicos, los cuales han sido mencionados con anterioridad y que se desarrollaron de la siguiente manera: El primer objetivo aplica la metodología cualitativa, haciendo uso única y exclusivamente del método historiográfico, cuya técnica a utilizar es el análisis documental, a partir de la construcción de documentos teóricos e institucionales, los cuales permitirán conocer la importancia que tiene la inteligencia emocional como herramienta del coaching deportivo,

en el rendimiento del deportista tanto a nivel individual como grupal, donde se construya un nivel de convivencia entre compañeros de manera positiva.

En segundo lugar, el objetivo número dos, maneja una metodología cualitativa, ya que se emplea el método historiográfico, empleando artículos, informes y documentos de sitios web, los cuales permitirán identificar la relevancia que gira en torno a los canales sensoriales respecto al rendimiento y cumplimiento de objetivos trazados por parte de cada uno de los jugadores tanto a nivel general como en el caso específico de los jugadores del club SPORCAUCA F.C.

Finalmente, para el desarrollo del tercer objetivo se hace uso de la metodología cualitativa, donde se utilizan dos métodos, el primero es el historiográfico, a partir del cual se emplea la técnica de análisis documental, dado que se realiza una recolección de información proveniente de artículos, informes y documentos de sitios web, lo cual contribuye al entendimiento de la importancia del coaching en el deporte y como este potencia el rendimiento de los equipos. En segundo lugar, se hace uso del método etnográfico, a partir de la realización de entrevistas semiestructurada dirigidas a cada uno de los jugadores de SPORCAUCA F.C. Con el propósito de identificar cual es el canal sensorial predominante en cada jugador, lo cual contribuye a que el líder pueda utilizar esta información con el objetivo de generar cambios positivos y significativos en cada uno de los deportistas.

## 2. Marco Teórico

El tema que se aborda en esta investigación ha sido tratado por distintos autores. Por lo cual, se darán a conocer distintas publicaciones que han sido ordenadas de manera espacial, es decir a nivel Internacional y Nacional. Es de destacar, que estas publicaciones tienen como único propósito de aportar al desarrollo de esta investigación, puesto que en ellas se enmarcan temas respecto al coaching deportivo, la inteligencia emocional y finalmente el tema sobre los canales sensoriales y su importancia a nivel deportivo.

En el ámbito internacional, se encuentra el informe desarrollado por Pedro Danilo Ponciano Núñez bajo el nombre de “Coaching deportivo en la preparación psicológica de jugadores en baloncesto” (2015). El cual, nos ayuda a entender y conocer las diferentes concepciones que giran alrededor de coaching y coaching deportivo. Además, a través de esta publicación se entiende la importancia que tiene el coaching deportivo en el desarrollo a nivel personal como deportivo de cada uno de los jugadores. Donde, el autor establece que, El coaching es un método de concentración donde los atletas se preparan para ganar no importando el escenario. Todo el proceso será dirigido por un coach deportivo con el objetivo de aprovechar el talento personal de cada uno de los jugadores, lo cual permitirá marcar la diferencia y alcanzar mejores resultados deportivos (Ponciano, 2015: 2).

Por otra parte, a nivel internacional se destaca, la publicación realizada por Javier Martínez Ferreiro titulado “Inteligencia emocional y rendimiento deportivo en el fútbol femenino de alta competición” (2016). Este documento, permite entender el significado de inteligencia emocional y los principales aspectos que giran en torno a este, dando a conocer la relación que emana entre la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo. Donde el autor señala que la IE en el ámbito deportivo aún no recibe la atención suficiente. El interés debe ser mayor, ya que las emociones constituyen una variable determinante en el rendimiento deportivo (Martínez, 2016: 46).

Por último, en el ámbito internacional se encuentra, la publicación realizada por Paola Fascendini, el cual se titula como “Los canales sensoriales de representación sensorial y las estrategias de aprendizajes universitarios” (2018). Texto que permite entender tanto el nivel

de importancia como el concepto respecto a que es un canal sensorial y como este influye en la capacidad de procesar la información que es recibida por cada uno de las personas.

En lo que respecta a los documentos de carácter nacional se encuentra, en primer lugar, la publicación realizada por David Ricardo Farfán Bonilla, el cual se titula “EL COACHING Y SU APOORTE AL PROFESIONAL DEL DEPORTE” (2018). Donde, se expone, la evolución de cronológica del coaching, abordando así cada uno de los principales autores que abordan este tema, además de visualizar los elementos del coaching como herramienta de desarrollo para el profesional del deporte. La investigación, permite abordar de manera concisa todo lo referente al concepto de coaching deportivo.

En el marco de las investigaciones realizadas a nivel nacional, se hace necesario abordar el documento desarrollado por Danny Sebastián Gómez Acevedo, bajo el título “Desarrollo en la inteligencia emocional por medio de la interrelación personal y la estrategia didáctica arte de desplazamiento a la medida del niño (parkour)” (2014). Dicho documento, brinda diferentes nociones acerca del concepto de inteligencia emocional, y por ende de los componentes de la I.E (inteligencia emocional). Así mismo muestra como La inteligencia emocional es considerada como el más importante de los factores que intervienen en el ajuste personal, en el éxito en las relaciones personales y en el rendimiento en el trabajo. Con una inteligencia emocional desarrollada se pueden conseguir mejoras en el mundo laboral y en nuestras relaciones sociales, ya que la competencia emocional influye en todos los ámbitos importantes de la vida. (Gómez, 2014:12)

Finalmente, siguiendo los estudios que se han realizado a nivel nacional se encuentra la publicación, realizada por Juan Francisco Jácome titulado “Los analizadores sensoriales, neurociencias y deporte” (2015), donde da a conocer la importancia que tiene cada uno de los canales sensoriales en el deporte, además el autor señala que los distintos analizadores, cada uno con su aportación específica en la recogida de la información interna y externa al organismo, permiten preparar la acción y, una vez que ésta ha comenzado, controlar el curso y verificar el éxito final. Solamente la interacción, la integración y la síntesis de las distintas aferencias sensoriales permiten al individuo adquirir el sentido del movimiento. (Jácome, 2015: 2)

Una vez hecho mención de los principales textos que dieron paso al desarrollo de la presente investigación, se dará paso a especificar de manera detallada los conceptos, que giran en torno a la misma, la cual tiene por objetivo: *Analizar las estrategias del coaching con el fin de incentivar la participación y la permanencia de los estudiantes en la escuela deportiva SPORTCAUCA F.C.* dichos conceptos a abordar son los siguientes: Coaching Deportivo, inteligencia emocional y por último y no menos importante los canales sensoriales.

En primer lugar, cuando se aborda el concepto acerca de coaching deportivo, este nos lleva a múltiples significados que se establecen en torno a este concepto, por ende, según Ponciano (2015) señala que:

El coaching deportivo es un acompañamiento del aprendizaje de un verdadero equipo, aprendizaje que el mismo va dirigiendo, manteniendo el control de sus objetivos, métodos y su trayectoria. En donde el coach debe de funcionar como un facilitador permitiéndole al equipo descubrir sus propias creencias, que se cuestionen sobre sus estrategias, comportamientos improductivos, que puedan reforzar sus fortalezas y seguir el desarrollo colectivo a medio y largo plazo. (Ponciano, 2015: 13)

Otra noción respecto a coaching deportivo, se encuentra establecida por García y Jerez (2010) los cuales señalan que:

cuando se habla de coaching deportivo, se refiere a una nueva técnica de liderazgo, el cual se manifiesta en el deporte de base hasta el deporte de alto rendimiento, en el coaching deportivo se tiene como objetivo el mejorar el rendimiento de las personas para que consigan los resultados esperados y que puedan adquirir una vida de satisfacción, el coaching deportivo es dado como una técnica psicológica que está basada en las conversaciones en donde se evidencia eficacia y busca transformación para que se puede demostrar un desarrollo personal y deportivo ( deportistas, entrenadores, directivos) (Farfán, 2018: 42)

Teniendo en cuenta las nociones citadas con anterioridad respecto al concepto de coaching deportivo, este se entenderá como el tipo de liderazgo, que es generado o desarrollado por un sujeto en especial, al cual se le denomina o se le da el título coach, es de destacar, que dicha persona que ejerce esta autoridad tiene como propósito brindar y establecer tanto al equipo



como a cada uno de los deportistas o jugadores pautas, las cuales, ayuden a cada individuo a cumplir determinadas metas u objetivos que les permitan mejorar sus cualidades como puntos negativos a nivel personal como grupal. Es necesario, destacar que el coaching deportivo al igual que otros tipos de coaching no buscan simplemente una mejora de las capacidades de cada individuo sino que por el contrario se enfatiza de manera contundente en afianzar un desarrollo personal que incluya desde lo psicológico a lo netamente poco importante.

Por consiguiente, el coaching deportivo se plasma en el desarrollo de la inteligencia emocional, por ende, es necesario hacer hincapié respecto al concepto de inteligencia emocional, lo cual, nos lleva a ciertas concepciones que se generan alrededor de este concepto, para lo cual Guevara (2011), señala que:

El término inteligencia emocional, se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones. Describe aptitudes complementarias, pero distintas de la inteligencia académica, sino referidas al CI. De este modo, personas de gran preparación intelectual, pero faltas de inteligencia emocional, terminan trabajando a las órdenes de personas que tienen un CI menos, pero mayor inteligencia emocional. (Guevara, 2011: 2)

Por otra parte Ban-on (2006), afirma que la *Inteligencia emocional*:

Está compuesta por un conjunto de competencias intrapersonales e interpersonales, habilidades y facilitadores que se combinan para determinar la conducta humana. La Inteligencia emocional-social incluye las habilidades de reconocer, entender y utilizar las emociones, de relacionarse con otras personas, de adaptarse a los cambios, de resolver problemas de naturaleza personal e interpersonal, y de afrontar eficientemente las demandas y desafíos de la vida diaria. (Adsrá, 2018: 1)

Una vez hecho referencia a las concepciones citadas con anterioridad, acerca de la inteligencia emocional, esta se entenderá como el nivel de capacidad o habilidad que tiene cada individuo a nivel emocional para hacer frente a determinadas situaciones ya sean estas buenas o malas. Donde, se busca que cada persona reaccione de manera adecuada y por ende sepa darle un manejo adecuado y positivo a cada una de las emociones que surge a partir de

cada suceso. Es de destacar, que en la vida cotidiana existen múltiples situaciones que no se manejan de manera adecuada sino que por el contrario los humanos se tienden a estar en ellas de ahí que se hace necesario la ayuda de un coach que nos brinde alternativas de mejora con el fin de saber el cómo afrontar determinadas situaciones de manera positiva lo cual nos termine beneficiando a nivel personal, como lo es en el caso específico de los deportistas.

Es importante resaltar, que la inteligencia emocional, no es la única herramienta que subyace a partir del coaching deportivo y que tenga como propósito establecer mejoras tanto personales como a nivel deportivo de cada jugador o deportista, puesto que, también existe el test que ayuda a determinar cuáles son los canales sensoriales que predominan en cada jugador, dado que, una vez que se sepa, cual es el canal sensorial que prevalece en mayor medida en cada atleta, esto permite o facilita el desarrollo de alternativas que modifiquen los puntos negativos de cada atleta logrando múltiples beneficios tanto a nivel personal como grupal. Por lo tanto, se hace indispensable centrarnos en el significado de canal sensorial.

En este orden de ideas, Solomon (1997) señalan que: Los estímulos externos o informaciones sensoriales se perciben por distintos canales, bien sea por el oído, la vista, el olfato, el gusto o el tacto, podemos ver un anuncio espectacular, escuchar una canción, sentir la suavidad de un suéter de cachemira, probar un nuevo sabor de helado o bien oler un saco de cuero. Y esta información que reciben los cinco sentidos proporciona los datos brutos que finalmente generan múltiples respuestas, las cuales pueden evocar recuerdos del pasado, pueden dar tristeza, rabia, emoción, alegría, tranquilidad, etc. (Esguerra & Santa, 2008: 77)

Por otra parte, Guild & Garger (1988) señalan que un canal sensorial permite que las personas reciban y retengan determinada información. "la sensación, la percepción y la memoria constituyen lo que llamamos modalidad". Las modalidades visuales, auditivas y 21 kinestésicas/táctiles constituyen los canales sensoriales más importantes. Los aprendices auditivos usan sus voces y sus oídos como el principal modo de aprender. Recuerdan lo que oyen y lo que ellos mismos expresan verbalmente. (Galván, 2018: 20)

Por ende, con base a las dos posturas que se han abordado con anterioridad sobre canal sensorial, esta se entenderá como el medio, por el cual, las personas recibimos y procesamos determinada información. Cabe destacar, que cada persona, tiene un canal sensorial

predominante ya sea el auditivo, visual o kinestésico, por medio del cual retiene de mejor manera la información brindada por un emisor. También, es importante señalar que, el coaching deportivo puede ejercer de manera más contundente las posibles alternativas de solución a cada uno de los aspectos negativos de cada jugador, una vez, se conozca el canal sensorial que en este predomine, ya que de esta manera las pautas o la información puede ser procesada por el receptor de manera efectiva y eficaz.

En este sentido, una vez abordado los conceptos de coaching deportivo, canal sensorial e inteligencia emocional, se dará paso a dar a conocer los resultados obtenidos por medio del desarrollo de la investigación, dichos hallazgos, se presentan de la siguiente manera.

### ***3. Estudio de Campo***

En este apartado, se hará referencia de manera detallada, acerca de los aspectos fundamentales que constituyeron el desarrollo del presente trabajo de investigación, donde se busca dar a conocer la relevancia que tiene la inteligencia emocional como instrumento del coaching deportivo con miras a mejorar el rendimiento en los jóvenes deportistas tanto a nivel general como en el caso particular de los adolescentes que hacen parte del equipo de SPORTCAUCA F.C de la ciudad de Popayán. Detallando así los múltiples matices que giran en torno a la inteligencia emocional como los puntos que son favorecidos al hacer un uso adecuado de esta. Donde también se hará alusión respecto a los significados de coaching deportivo, canal sensorial e inteligencia emocional.

Teniendo como principal énfasis, la importancia que tiene el saber hacer uso de los canales sensoriales para influenciar de manera significativa en el rendimiento de los jóvenes atletas de SPORTCAUCA F.C. Demostrando así el canal sensorial que predomina en cada uno de los adolescentes, lo cual, se pudo desarrollar a partir de la estructuración y posterior realización de entrevistas dirigidas a cada uno de los adolescentes. Cabe destacar, que el trabajo de investigación tiene como propósito evidenciar la importancia que tiene, el que los deportistas entiendan que en el mundo del deporte la razón siempre debe predominar sobre las emociones, para que, de esta manera logren triunfar a nivel deportivo.

#### ***3.1 La importancia de la inteligencia como herramienta del coaching deportivo***

En el deporte, se necesita que cada jugador cumpla con ciertos requisitos que acaparen las exigencias del entrenador, donde se tenga como meta clara el logro o el triunfo de determinados campeonatos, que de una u otra manera se convierten en el objetivo colectivo del equipo y los cuales traen consigo ciertas ganancias tanto a nivel económico como personal.

De ahí que surge la importancia de la inteligencia emocional en el rendimiento de los jugadores, ya que, “en el deporte de alto rendimiento hay que tomar decisiones rápidas y adecuadas” (Pérez, 2018, p.1). Por ende, antes de adentrarnos a la importancia que se le adjudica a la inteligencia emocional respecto al rendimiento de los jugadores en el ámbito

del deporte, se debe, en primer lugar hacer referencia al significado de esta noción, la cual se entiende por GOLEMAN (1995) como:

Un sentimiento que afecta a los propios pensamientos, estados psicológicos, estados biológicos y voluntad de acción. Las 6 habilidades de la inteligencia emocional son: valorar, autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y habilidad social”. La inteligencia emocional se puede aprender y así controlar emociones tan significativas en el mundo del deporte como la ansiedad, las presiones, los miedos (estrés) y la agresividad. Que muchas veces son perturbadoras y merman el rendimiento (Martínez, Moya y Garcés, 2013, p.2).

Una vez hecho hincapié, acerca del significado de inteligencia emocional, se logra establecer que esta cumple un papel fundamental en el rendimiento adecuado de los jugadores de los diferentes clubes deportivos como lo es en caso específico de SPORTCAUCA F.C. Dado que, la mala canalización de las emociones que van desde la alegría hasta el enojo pueden incidir de manera negativa en el gesto deportivo, el cual “se compone de una serie de movimientos encadenados que se ejecutan con un objetivo final. Realizar este gesto de forma eficiente y eficaz hará que el gesto sea de más o menos calidad e influirá directamente en el resultado obtenido” (UCOTRACK, 2019, p.1).

En este sentido, el gesto deportivo hace referencia a los rangos de movimientos que realiza un deportista ya sea durante un entrenamiento o el juego en sí, movimientos que de una u otra manera influyen en el logro de determinado objetivo, el cual es trazado por el jugador ya sea a corto, mediano o largo plazo.

Por lo tanto, la inteligencia emocional busca que cada jugador dirija a través de la razón cada una de las emociones con el fin de fortalecer su rendimiento en el campo de juego. Donde se busca, que el adecuado manejo de dichas emociones alimente de manera positiva el gesto deportivo o los rangos de movimientos realizados por cada uno de los jugadores, los cuales como ya se ha mencionado anteriormente tienen como único propósito la victoria de un determinado objetivo por ejemplo: ganar un cierto campeonato o partido de fútbol etc.

### ***3.1.1 Aspectos fundamentales de la inteligencia emocional***

Dado lo anterior, es relevante señalar ciertos aspectos fundamentales que giran en torno a la inteligencia emocional, dado que, estas dimensiones permitirán entender de manera significativa la importancia que esta ejerce sobre el rendimiento de los deportistas en el fútbol. En este sentido, Goleman (1995) señala, que dentro de su enfoque acerca de la inteligencia emocional se desglosan cuatro dimensiones básicas, las cuales son:

- Autoconocimiento emocional: Esta consiste en la capacidad del reconocimiento y la designación de las propias emociones, además de tener un mayor entendimiento de los sentimientos y de aserir la diferencia entre sentimientos y acciones.
- Manejo de las emociones: Respecto al manejo de las emociones esta hace referencia a mayor tolerancia ante las frustraciones y control del enojo, mejor manejo del estrés, menos comportamiento agresivo o autodestructivo y menor soledad y ansiedad social
- Aprovechamiento productivo de las emociones: Esta dimensión alude a que los sujetos tengan más responsabilidad, mayor capacidad de concentrarse en la tarea que se tiene para cumplir, menos impulsividad y mayor autocontrol y no obstante el logro de mejores calificaciones a nivel académico.
- Empatía: Interpretación de las emociones: hace alusión a establecer una mayor capacidad para comprender el punto de vista de x o y persona y de los sentimientos de estas y no menos importante la mejora de la capacidad para escuchar a los demás
- Manejo de las relaciones personales: Por su parte, esta dimensión señala que las personas deben aumentar su habilidad para analizar y comprender las relaciones, donde haya una mejora de los conflictos y de la negociación de los desacuerdos y por ende el establecimiento de una actitud “pro-social” y armoniosa en grupo. Y finalmente la generación de una actitud mucho más democrática en el trato con los otros

Respecto a lo anterior, las dimensiones que subyacen de la inteligencia emocional son de vital importancia al momento del rendimiento de un determinado deportista, ya que, estas establecen a nivel general la obtención de los logros de los jugadores de una manera más efectiva, eficaz y eficiente, debido a que, el conocimiento de uno mismo, la automotivación, la reducción del estrés y la empatía con las demás personas que

conforman el grupo como con el entrenador, le permiten al jugador potenciar sus habilidades con el fin de obtener dichos resultados que de una u otra manera lo favorezcan a nivel deportiva.

### ***3.1.2 Aspectos potenciados por parte de la inteligencia emocional a nivel deportivo***

Una vez hecho mención, de los aspectos generales que son potenciados por parte de la inteligencia emocional en los jugadores, a continuación se hará alusión de manera detallada o específica de los cuatro aspectos que según Pérez (2018) son favorecidos por parte de la inteligencia emocional en un jugador.

1. En primer lugar a nivel emocional, la inteligencia emocional le permite al deportista mejorar la orientación al alcance de los objetivos, la competitividad, la identificación de valores del deporte y los personales, la autovaloración, el trabajo en equipo, el liderazgo, la empatía, el control de las reacciones y emociones negativas, entre otros
2. En segundo lugar, en lo que respecta al aspecto físico la inteligencia emocional le ayuda a los deportistas a saber organizarse, a no obsesionarse con el deporte, a tener momentos de descanso, a gestionar mejor el tiempo y a desarrollar y establecer hábitos adecuados de alimentación.
3. En tercer lugar la inteligencia emocional le permite a cada jugador a nivel social mejorar la relación con el equipo, entrenadores, preparadores, fisioterapeutas etc. Los cuales tienen como único propósito servir a cada deportista con el fin de que mantengan tanto su estado físico como salud en perfecto estado y claramente manteniéndoles controles con el fin de evitar posibles lesiones.
4. En último lugar, se encuentra el aspecto racional, el cual es favorecido por la inteligencia emocional, dado que esta le ayuda a cada jugador a aprender cómo funciona el juego, aspectos técnicos y tácticos que inciden de manera significativa en la/en la no victoria de un partido, ya que, como se ha visto tanto en la actualidad como en tiempos pasados, la parte física no es la única que influye de manera positiva o negativa en el logro de los partidos o campeonatos.

En este orden de ideas, se logra demostrar que la incidencia de la inteligencia emocional sobre el rendimiento de los jugadores del SPORTCAUCA F.C, es de vital importancia puesto que esta potencia las múltiples habilidades que tiene cada deportista con el único propósito de mejorar sus debilidades tanto a nivel físico como mental y de maximizar sus cualidades. De ahí, que La Inteligencia Emocional y el Deporte están íntimamente ligados, hasta tal punto que muchas de las técnicas de relajación, concentración, visualización son compartidas y cada vez más los clubes, las federaciones e incluso los entrenadores están contratando más y más profesionales para que desarrollen e implanten estas técnicas y mejorar así el rendimiento de los deportistas. (Martínez, Moya y Garcés, 2013)

Dicho esto, se hace necesario dar a conocer los procesos de coaching deportivo que se encuentran ligados a la inteligencia emocional y por medio de los cuales se puede potenciar las habilidades de cada uno de los jugadores pertenecientes al SPORTCAUCA F.C. d con miras a mejorar.

### ***3.2 Los canales sensoriales y su materialización en el ejercicio del coaching deportivo***

En el mundo del fútbol como a nivel general los seres humanos poseen un canal sensorial predominante, es decir, cada persona se conoce por percibir lo que le desean dar a entender a través de un canal sensorial en específico, como por ejemplo, a través del canal visual, auditivo o kinestésico, por lo cual, antes de hacer énfasis en la relación que emana entre el coaching deportivo y los diferentes canales sensoriales que predominan en un determinado jugador, se hace necesario e indispensable, conocer tanto el concepto como las características acerca de que es un canal sensorial como principales que giran en torno a cada uno de los canales sensoriales nombrados con anterioridad.

Por ende, cuando se alude a canal sensorial, se hace referencia al conjunto de órganos altamente especializados que permiten a los organismos captar una amplia gama de señales provenientes del medio ambiente. Ello es fundamental para que dichos organismos puedan adaptarse a ese medio. Todos los sistemas sensoriales de nuestro organismo necesitan estímulos para poder procesarlos y de este modo obtener algún tipo de información (Unknown, 2013).



En este orden de ideas, cuando se hace hincapié a la noción de canal sensorial, se hace referencia, a los diversos conductos que componen o hacen parte de cada persona, que tienen como único propósito el entendimiento o procesamiento de un determinado mensaje, a partir del cual se recoja ciertos datos que de una u otra manera sean de ayuda para cada persona.

### ***3.2.1 Tipos de canales sensoriales***

Respecto a lo anterior, existen tres tipos de canales sensoriales, que predominan como ya se ha mencionado anteriormente en cada persona, uno de ellos es el ***sistema visual***, el cual se caracteriza por procesar y registrar imágenes, por medio de vías visuales, cabe destacar que para poder consolidar de manera adecuada este registro dependerá mucho de la calidad de representación de la imagen (Unknown, 2013). Por ello, en muchas ocasiones, es difícil captar o procesar determinada información a través de este canal dado que ciertas veces las imágenes que se nos proyectan no cumplen con la calidad visual para poder ser entendidas, o en su efecto es la persona quien puede tener problemas o ciertas enfermedades que le impiden observar de manera eficiente determinada imagen con el objetivo de entender un determinado mensaje.

Siguiendo esta línea, se encuentra el ***sistema auditivo*** el cual se caracteriza por depender exclusivamente de los sonidos, los cuales a su vez, son ondas que se propagan a través del aire como consecuencia de la vibración, es de destacar, que una de las principales funciones de este sentido es mantener el equilibrio (Unknown, 2013). Es decir, el canal auditivo permite al igual que el anterior sistema la captación y eventual procesamiento de cierta información, la cual se capta a través de la escucha, sentido que es suele destacar en mayor medida en ciertas personas.

En este orden de ideas y no menos importante se encuentra el ***canal kinestésico*** el cual hace referencia a la percepción de sensaciones de contacto, presión o temperatura, cuya función es de informas de las diferentes cualidades de los contactos que se dan entre nuestro cuerpo y el entorno El sistema somato sensorial engloba 4 sentidos corporales que son el tacto, la percepción de la temperatura y el dolor. Los mensajes los podemos recibir en un amplio conjunto de receptores de diferentes tipos, distribuidos por la superficie de la piel (Unknown, 2013).

De modo que, cada uno de los canales sensoriales nombrados y explicados con anterioridad tiene como función principal la percepción y eventual procesamiento de determinada información, la cual se es brindada por ciertas personas y que tienen como objetivo lograr que cada persona capte el mensaje y lo realice de la mejor manera posible, es decir de forma eficiente, eficaz y efectiva, como lo es en el caso de los jugadores de futbol se desea que mediante el reconocimiento de cada canal sensorial predominante en cada uno de estos deportistas, se busque, que la obtención del mensaje sea de la manera más adecuada y lo cual ayude de manera significativa en la realización de determinado objetivo.

### ***3.2.2 El coaching deportivo y su relación con los canales sensoriales***

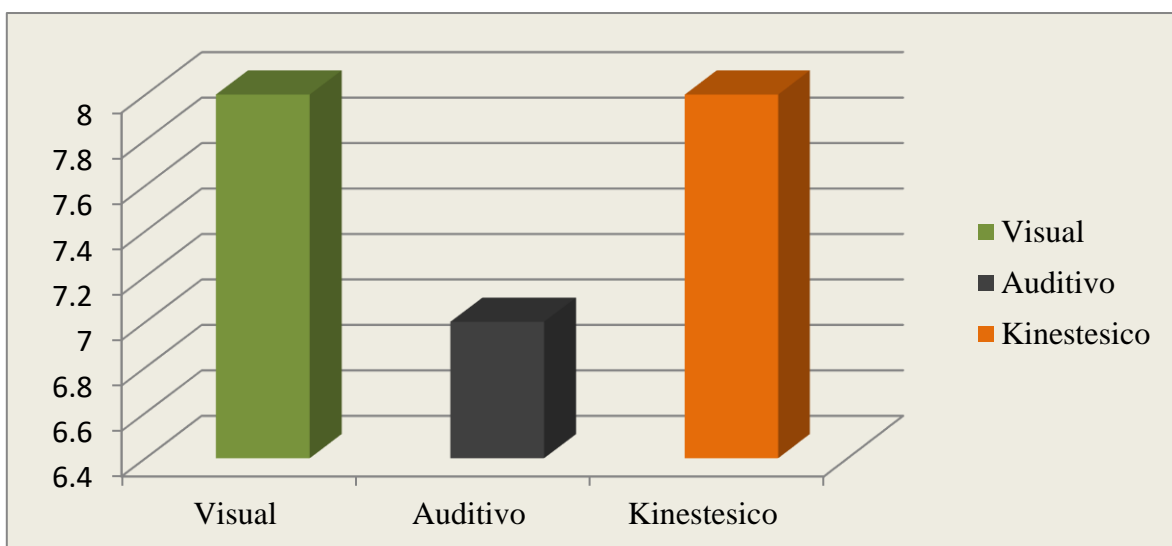
Por tal motivo, es necesario conocer la relación que emana entre el coaching deportivo y los diferentes canales sensoriales que predominan en cada uno de los deportistas, dado que esta correlación se establece a partir del conocimiento de los canales sensoriales predominantes en cada uno de los jugadores por parte del coach o entrenador, puesto que, la información que recibe cada persona llega a través de los sentidos, “la cual se transforma en acción en función de quiénes somos” (TENNISMIND, 2014). Lo que explicaría (en buena parte) porqué ante una misma situación cada uno nosotros toma una decisión o responde de manera diferente.

Por ello, es importante que el coach conozca de manera detalla cual es el canal sensorial que predomina en cada jugador, ya que, la información que se les brinde se hará ya sea por medio del sistema visual, auditivo o kinestésico. Donde se busca, dar a conocer las tácticas para ganar determinado partido o ciertos aspectos fundamentales en la práctica de este deporte. En consecuencia, los seres humanos disponen de cinco canales sensoriales: Vista, oído, tacto, olfato y gusto. De estos cinco canales los deportistas a nivel futbolístico hacen uso en la cancha (tanto jugando como entrenando) fundamentalmente tres: Vista, oído y tacto o kinestésico. (TENNISMIND, 2014) Canales sensoriales, de los cuales se ha hecho referencia en párrafos anteriores.

Una vez hecho mención de que es un canal sensorial, del concepto y de las principales sistemas sensoriales y de la relación directa que emana de estos respecto al coaching deportivo, se dará paso, a precisar cuáles son los canales sensoriales que predominan de

manera significativa en los jugadores del equipo SPORTCAUCA F.C en la ciudad de Popayán, con el único propósito de identificar cuáles son los sistemas sensoriales que predominan en cada uno de los adolescentes con el propósito de que el entrenador del club lo utilice a su favor, dado que, al conocer estos canales sensoriales se les puede transmitir de manera más adecuada y favorecedora cierta información ya sea técnica o táctica que permita ganar desde partidos hasta los diferentes campeonatos que se realicen a nivel municipal o departamental.

***¿Eres visual, auditivo o Kinestésico? El caso particular de los jóvenes deportistas de SPORTCAUCA F.C***



***Elaboración propia. Fuente: Sistema sensorial predominante en los adolescentes del SPORTCAUCA F.C***

De acuerdo con la gráfica anterior, se logra identificar que de los 23 jugadores pertenecientes al equipo SPORTCAUCA F.C, ocho jugadores se caracterizaron por tener un sistema sensorial de carácter visual. Por otra parte, se pudo establecer que de dichos deportistas siete se destacaron por tener un canal sensorial de orden auditivo. Finalmente, en lo que respecta a los adolescentes que se caracterizaron por tener un sistema sensorial kinestésico se presentaron ocho casos al igual que en los de orden visual.

En este sentido, los datos nombrados con anterioridad, evidencia que los canales que más predominan en los jugadores del SPORTCARUCA F.C son los tres, ya que, el canal visual

como auditivo y kinestésico presenta una cifra constante. Es decir, ningún sistema sensorial prevalece de manera significativa en cada adolescente.

### ***3.3 El coaching deportivo y su importancia en la participación y permanencia de los estudiantes de la escuela deportiva SPORTCAUCA F.C***

*“No podemos enseñarle nada a la gente  
Sólo podemos ayudarles  
A que descubran lo que hay en su interior”  
Galileo Galilei (2010)*

Tomando como referencia la frase anterior, El coaching es una práctica y/o herramienta te ayuda a conocerte a ti mismo, mejorar la comunicación y que pienses de una manera diferente ante problemas o cualquier situación que se pueda presentar en el día a día.

El coach no tiene como fin enseñar la teorías del tema ni tampoco definir qué se debe hacer o no hacer, mucho menos juzgar por las acciones que se realicen, el fin del coach es ayudar por medio de preguntas a llegar a una reflexión, recapacitar acerca de las dudas y los miedos que se tienen frente a algo, con el fin de que cada persona logre su objetivo propuesto, que realice sus actividades con autenticidad, constancia y seguridad al conocerse mejor, con preguntas internas como: 1. ¿Qué quieres conseguir? 2. ¿Cómo lo puedes lograr? 3. ¿Qué sentido o con qué fin haces eso?

Cuestionamiento que de una u otra manera le permiten a cada persona el ser más consciente de lo que realiza. Respecto al deporte y el coaching se puede afirmar que en estos campos se encuentran involucradas todas aquellas personas que intervienen directa o indirectamente con el jugador como por ejemplo: Entrenador, padres, psicólogo, árbitro, directivos, compañeros.

Cada una de estas personas también puede y deberían recibir coaching por lo que debemos estar motivados y alineados para alcanzar los objetivos trazados. Se implementa esta nueva herramienta de coaching deportivo en la escuela de futbol SPORTCAUCA F.C Como una diferenciación frente a las demás escuelas de la ciudad de Popayán para alcanzar un rendimiento de sus jugadores una herramienta para ayudar a facilitar el aprendizaje de los jóvenes es tener claro los siguientes temas:

Es indispensable y se podría decir que la base de todo es la *toma de conciencia* por parte del deportista, el cual, debe saber que hay muchas formas de lograr un objetivo, por eso es de

vital importancia ayudarle abrir la mente y visualizar sus metas y ubicar a dónde quiere llegar con cortos mediano y largo plazo, en este punto se aplican preguntas técnicas como (¿Para qué?, ¿el cómo?, ¿por qué?) enfocadas a los objetivos personales o grupales.

En este orden de ideas, se encuentra *el Querer*, el cual se refiere a que todo “deportista debe tener el deseo, una vez que ha localizado su objetivo y lo ha analizado, de alcanzarlo. Sin la voluntad de que suceda un cambio que lo lleve a alcanzar sus metas, este no sucederá.” (ISPORT, 2019, p.1)

En esta misma línea y no menos importante se encuentran las técnicas que recurren a las creencias para que la motivación del deportista sea la máxima. Una vez establecido y desarrollado los pasos anteriores se debe seguir el camino del *saber* (conocimiento) para poder aplicar técnicas necesarias en el coach que se esté realizando, de lo contrario no se contara con lo básico para iniciar cualquiera de los procesos.

Por último y en este caso el más importante es el *Actuar*, Hay que saber continuar con el objetivo en mente y luchando por el deseo que mueve al deportista, si no se culmina el proceso con un buen desarrollo de la actuación de nada habrá servido todo el trabajo previo.

### **3.3.1 ¿Cómo mejorar el rendimiento de los deportistas de SPORCAUCA F.C?**

Una vez enunciado lo anterior, se da paso a exponer algunas actividades o dinámicas que se implementaron en el SPORTCAUCA F.C debido a que se consideró que el trabajo en equipo es lo más importante para el desarrollo de los fines esperados. En este orden de ideas, se encuentra las siguientes actividades a realizar:

*¿Citas que te inspiran?*

Esta actividad consiste en que cada uno de los jóvenes deportistas dibuje un reloj y saque una cita en cada hora con un compañero diferente (entre menos hable con ese compañero será mucho mejor), Esto con el fin de iniciar las citas desde las 1:00 pm y la pregunta con cada uno de las 12 citas será ¿Que te inspiro?

Esta actividad permite que los participantes conozcan por medio de esa pregunta lo que las personas piensan de ellos y así iniciar un cambio interno de las cosas negativas y una motivación para reforzar eso positivo.

### *Juego de Roles*

La actividad consta en formar 2 equipos en la cual cada persona realiza una actividad distinta a la de los demás, en determinado momento de la actividad se dará un cambio de roles, papeles, personajes o como lo deseen llamar, esto con el fin de tener empatía con el otro, nos permite identificar la habilidad que tienen los participantes con el uso de la comunicación cuando hay una situación que resolver.

#### 4. *Conclusiones*

Se suele decir que es muy difícil, imposible e inalcanzable lograr lo que quieres, incluso dicen que los sueños solo eso son, es por eso que por medio del coaching deportivo que se busca ayudar a identificar los verdaderos objetivos, los cuales sean claros, definidos, alcanzables y medibles, diseñando estrategias que se vayan mejorando día a día. Es necesario resaltar que cada uno de los jugadores sabe que el éxito en el fútbol de alta competencia depende de su rendimiento, por lo cual, debe estar dispuesto aplicar diferenciadores en su preparación de nuevas metodologías que le permitan lograr una mejora significativa de su rendimiento competitivo.

Lo cual se puede lograr a través del conocimiento de cuáles son los canales sensoriales (auditivo, kinestésico, visual) que predominan en cada jugador, con el propósito, de que los deportistas puedan interpretar y desarrollar de manera acertada la información que se le es brindada por parte de entrenador, ya sea a nivel técnico o táctica, lo que sin lugar a dudas potenciara cada una de las habilidades de los jugadores y por ende del éxito del equipo a nivel de competencias y del logro de campeonatos.

Finalmente, se debe puntualizar que los jugadores deben aprender de que la diferencia entre llegar a ser un jugador exitoso o no, depende exclusivamente de la capacidad mental para controlar las cambiantes situaciones de la competencia y estar dispuestos a someterse a programas de entrenamiento mental para mejorar su motivación, la concentración y su manejo de emociones en cualquier situación a presentarse. Todo este proceso se desea realizar bajo los principios y fundamentos de la responsabilidad social hacia el deportista (Menor de edad) con valores éticos y morales comprometidos con la sociedad. Dado que, es indispensable que cada jugador haga uso y desarrollo de la inteligencia emocional, la cual lo proveerá de múltiples habilidades que de una u otra manera van a incidir de manera significativa en el rendimiento a nivel deportivo como personal.

## ***Bibliografía***

- Adsera, A (2008). El modelo de Reuven Bar-On de inteligencia emocional-social (ESI). Blogpsicoativa. Recuperado de <http://www.blogpsicopositiva.com/?itemid=369>.
- Benítez, R. (2013). ¿Cuándo empezar la iniciación al fútbol? Madrid. Segáis SL. Recuperado de <http://www.rafabenitez.com/web/es/blog/cundo-empezar-la-iniciacin-al-ftbol/2/>.
- Esguerra, A & Santa, J. (2008). EL MARKETING SENSORIAL COMO HERRAMIENTA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA IMAGEN CORPORATIVA. Bogotá. Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de <https://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/comunicacion/tesis106.pdf>.
- Farfán, D. (2018). El coaching y su aporte al profesional del deporte. Bogotá. UDCA. Recuperado de <https://repository.udca.edu.co/bitstream/11158/1781/1/El%20Coaching%20y%20su%20aporte%20al%20profesional%20del%20deporte.pdf>.
- Fascendini, P. (2018). Los canales de representación sensorial y las estrategias de aprendizajes universitarios en el ingreso a la carrera de Medicina Veterinaria. Argentina. Universidad Nacional del Litoral. Recuperado de <https://bibliotecavirtual.unl.edu.ar:8443/bitstream/handle/11185/1172/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Federación de la enseñanza. (2011). Temas para la educación. Argentina. Federación de la enseñanza. Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7866.pdf>.
- IESPORT. (2016). QUÉ ES EL COACHING DEPORTIVO Y COMO APLICARLO. Barcelona. IESPORT. Recuperado de <http://www.iesport.es/es/quienes-somos.html>.
- Jácome, J. (2015). Los Analizadores Sensoriales, Neurociencias y Deporte. G-SE. Recuperado de <https://g-se.com/los-analizadores-sensoriales-neurociencia-y-deporte-bp-D57cfb26dbab30>.
- Gómez, D. (2014). Desarrollo en la inteligencia emocional por medio de la interrelación personal y la estrategia didáctica arte de desplazamiento a la medida del



niño (parkour). Bogotá. Universidad Libre de Colombia. Recuperado de <https://docplayer.es/78862627-Titulo-nombre-del-estudiante-danny-sebastian-gomez-acevedo-universidad-libre-colombia-facultad-ciencias-de-la-educacion.html>.

- Martínez, A; Moya, F; & Garcés, E. (2013). Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación. Murcia. SCIELO. Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232013000100011](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232013000100011)
- Martínez, J. (2016). Inteligencia emocional y Rendimiento deportivo en el fútbol femenino de alta competición. Valladolid. Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/18817/Tesis1113-160915.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Organización de pacientes comunidad virtual. (2017). Te atreves a mirar en tu interior. España. HPE-ORG Pacientes. Recuperado de <https://www.hipertension-pulmonar.com/te-atreves-a-mirar-en-tu-interior/>.
- Pérez, F. (2018). La inteligencia emocional en el deporte, ¿cómo nos ayuda? Salamanca. MContigo. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/la-inteligencia-emocional-en-el-deporte-como-nos-ayuda/>.
- Ponciano, P. (2015). Coaching deportivo, en la preparación psicológica de jugadores en baloncesto. Guatemala. Universidad de San Carlos. Recuperado de [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13\\_3042.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_3042.pdf)
- Rivas, E. (2017). Los Mejores Líderes Deportivos. Muntermag. Recuperado de <http://muntermag.com/2017/05/los-mejores-lideres-deportivos/>.
- TENNIS MIND. (2014) ¿Cuál es tu canal sensorial predominante? En búsqueda de una comunicación eficaz. TENNIS MIND. Recuperado de <http://tennismind.blogspot.com/2014/11/cual-es-tu-canal-sensorial-predominante.html>.
- UCOTRACK. (2019). Gesto Técnico. Andalucía. UCOTRACK. Recuperado de <http://www.ucotrack.es/joomla/index.php/es/menu-gesto-tecnico>.
- UNICAN. (2017). Tema 2. Funciones sensoriales: sistema somato sensorial. Cantabria. UNICAN. Recuperado de <https://ocw.unican.es/mod/page/view.php?id=575>.

