
Alcaraz, S. (2011). Herramientas para desarrollarse como entrenadores con credibilidad [Reseña del libro de Janssen, J. & Dale, G. (2006). *The seven secrets of successful coaches: How to unlock and unleash your team's full potential*. Cary, North Carolina: Winning the Mental Game.]

El título del libro deja claro el objetivo que persigue: proponer herramientas para ayudar a que cada entrenador pueda desarrollar su máximo potencial y, en consecuencia, el de sus jugadores. Pero no sólo a entrenadores va dirigido el libro, puesto que es también una lectura muy

recomendada para psicólogos del deporte, padres e incluso para todo aquél que quiera mejorar en su tarea de liderar un grupo.

Y es que si a la experiencia de los autores en el desarrollo personal, tanto en el ámbito de las organizaciones como en el deportivo,

se añadía la ayuda de entrenadores reconocidos y ampliamente laureados por sus trayectorias deportivas, el resultado tenía que ser presumiblemente positivo. Así, el libro no sólo es útil y práctico sino que además es ameno y de fácil lectura, apoyado constantemente por

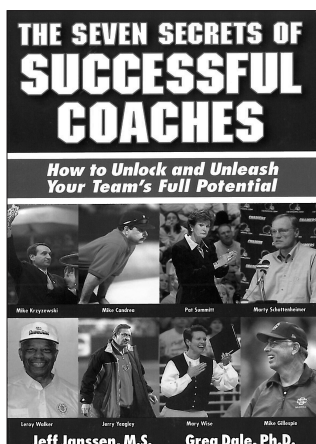
REVISTAS Y LIBROS

frases y experiencias de esos entrenadores, hecho que ayuda a interiorizar las ideas planteadas por los autores. Además, en el libro se ofrecen ejercicios de autoconocimiento así como preguntas de autorreflexión, envolviendo las ideas planteadas con un manto de aplicabilidad práctica que lo hace aún más provechoso.

Un pequeño “pero” que se puede poner a este volumen es el sesgo cultural que sufre debido a que procede, y presumiblemente está dirigido, a la cultura estadounidense. Aunque poco a poco más parecidos, el sistema deportivo de Estados Unidos y el de otros países, como puede ser el español, siguen estando estructurados de forma distinta. Es por eso que la realidad descrita en el libro puede no ser parecida, en algunos casos, a la de los lectores de este libro. Aún así, tanto los consejos, como los conceptos y técnicas explicadas en el libro son extrapolables a estos otros contextos, y por lo tanto, son válidos para ser utilizados en éstos.

La estructura del libro gira en torno al proceso de llegar a ser un entrenador con éxito,

lo cual pasa según el criterio de los autores, por desarrollarse como un entrenador con credibilidad. Acorde con lo descrito en el libro, los entrenadores creíbles tienen las cualidades necesarias para generar que sus deportistas respeten y crean tanto en ellos como en sus planteamientos. El libro presenta claramente dos partes: los primeros capítulos introducen los aspectos generales del desarrollo de esta credibilidad, y presentan las siete cualidades que debe poseer un entrenador para ser



percibido como creíble: tener un carácter fuerte, ser competente, estar comprometido, preocuparse por sus deportistas, generar confianza en ellos, ser buen

comunicador y ser consistente. La segunda parte del libro entra a profundizar, en capítulos independientes, en cada una de estas cualidades.

La parte introductoria contiene seis capítulos. El primero de ellos plantea que ser un entrenador exitoso no es sólo tener muchos conocimientos sobre el juego ni se basa tampoco en ganar partidos y competiciones; es tener un impacto positivo en la vida de los deportistas, tanto dentro del propio deporte como fuera de él. El capítulo dos recoge esta misma idea y explica que para ser un entrenador fructuoso es necesario ganarse el respeto de los deportistas. Además, en él se explican las ventajas de ser un entrenador creíble en vez de un entrenador controlador y coercitivo. El tercer capítulo esboza los beneficios de ser un entrenador con credibilidad, que no se reducen a tener mejores resultados en la competición sino que también incluyen, por ejemplo, mejorar la motivación y la autoconfianza de los deportistas y obtener una mayor satisfacción con el propio trabajo. El capítulo cuatro introduce las siete cualidades



que un entrenador debe poseer para ser un mentor creíble y propone que los entrenadores deben tener en cuenta tanto los aspectos racionales como emocionales en su interacción con los deportistas. El quinto capítulo explica los distintos periodos en la vida de un entrenador a lo largo de los cuales va desarrollando su credibilidad. El sexto capítulo, el último de lo que podríamos considerar la parte introductoria, plantea un ejercicio de reflexión para tomar consciencia de la propia manera de entrenar, para así poder localizar aquellas áreas en las que se flaquea y poder trabajar para mejorarlas.

La segunda parte del libro, como se ha comentado anteriormente, se centra en explicar en profundidad las siete cualidades que debe reunir un entrenador para poseer credibilidad a ojos de sus deportistas, dedicando un capítulo a cada una de ellas. El capítulo siete expone qué implica ser un entrenador de carácter fuerte: (a) poseer unos valores éticos en lo que se fundamente su trabajo, para hacer siempre aquello

correcto, (b) ser honesto con los deportistas y seguir aquello que les ha planteado o prometido, como por ejemplo el rol que tendrán dentro del equipo, y (c) tener en cuenta el carácter de los jugadores, no sólo para ayudarles a desarrollarlo sino también para añadir los jugadores adecuados durante el proceso de selección de nuevas piezas para el equipo. El capítulo ocho plantea que un entrenador competente es aquél que no sólo conoce el juego, sino que además es competente en todos los ámbitos que rodean el deporte. Asimismo, este capítulo expone las ventajas de ser creativo y ávido de conocimiento como parte de la filosofía de entrenamiento, y de saber reconocer los propios errores. El noveno capítulo explica, principalmente, los cuatro componentes que hacen que un entrenador esté comprometido: (1) tener una visión positiva, dirigida al éxito de los deportistas, (2) tener pasión por entrenar, (3) trabajar duro, y (4) ser competitivo. El capítulo diez explica los aspectos que definen un entrenador

preocupado por sus jugadores, entre los que destacan anteponer los deportistas por delante del resto de cosas y tratarlos de forma holística, como un todo, y no sólo como deportistas. El capítulo once, por su parte, plantea siete pasos para desarrollar la confianza de los deportistas en sí mismos. Además, ofrece consejos para mantener esta confianza y explica la forma adecuada de dar feedback y corregir a los deportistas para no dañarla. En el capítulo doce se expone la necesidad de ser un buen comunicador para conectar con los propios deportistas. Según lo mostrado en el capítulo, esto pasa por mantener una comunicación abierta y directa con ellos, los deportistas, y que ésta parta de una base proactiva donde escuchar su opinión sea una prioridad. Además, el capítulo describe brevemente cómo debe ser la comunicación entrenador-deportistas antes, durante y después de la competición. En el capítulo trece se describe la séptima, y última, cualidad de un entrenador creíble, la consistencia. Y ésta implica no dejarse llevar por el propio estado de ánimo,





REVISTAS Y LIBROS

controlar las emociones y ser constante con la disciplina que se pide a los deportistas. Aún así, también remarca que aunque es necesario ser consistente con la propia filosofía de entrenamiento, es necesario tener cierta flexibilidad y ser capaz de adaptarse a los cambios.

Por último, el capítulo final del libro plantea la reflexión de cómo quisiera un entrenador que fuera su legado y cómo cree que será recordado. Esto también ayuda a que el lector se vea motivado para mejorar en las siete cualidades que los

autores le habían planteado.

En resumen, y aunque el libro pueda tener cierto sesgo cultural, es una propuesta muy recomendable para mejorar en la tarea de liderar un grupo. En él, destacarían principalmente tres puntos fuertes. El primero es la forma en que está planteado, muy estructurada, de modo que facilita la interiorización de las ideas que en él se exponen. El segundo es la participación de entrenadores reconocidos, explicando sus experiencias y dando consejos, que hace amena su lectura y ayuda a ver la utili-

dad de los conceptos que plantean los autores. Por último, los ejercicios de reflexión hacen que los consejos del libro tengan aplicabilidad inmediata y ayudan al conocimiento de uno mismo, punto indispensable para poder empezar con el proceso de mejora personal.

RECENSIONADOR

Saül Alcaraz Garcia
Universitat Autònoma
de Barcelona

