

INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL TENIS



Prof.: Iciar Eraña de Castro
Coordinadora Área de Psicología de Maestría de Tenis
Profesora de Psicología en CaFyd en la Universidad Europea de Madrid

ESQUEMA



1.- SITUACIÓN DEL TENIS EN ESPAÑA

2.- PLANTEAMIENTOS PREVIOS A LA INTERVENCIÓN

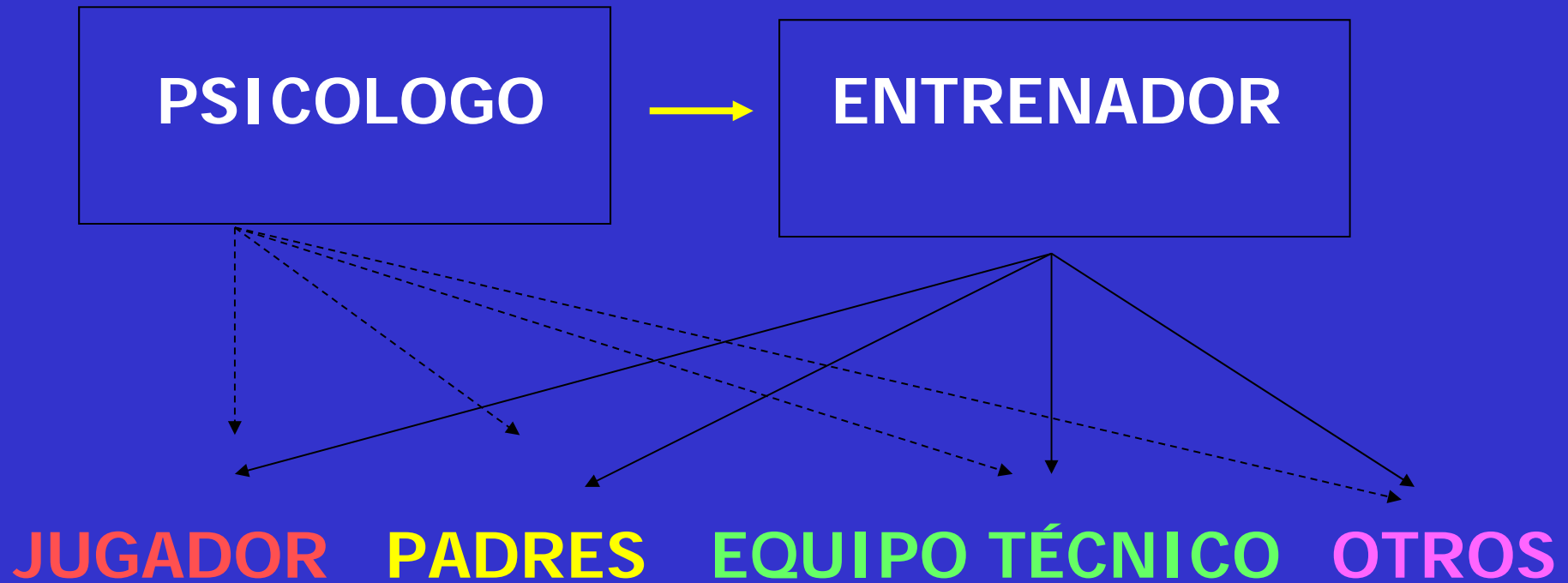
3.- EVALUACIÓN

4.- INTERVENCIÓN MULTIDISCIPLINAR
(jugador, técnicos, padres, compañeros,....etc.)

1. SITUACIÓN DEL TENIS EN ESPAÑA

- **LA TRADICIÓN** (más de un millón de practicantes y primera potencia mundial)
- **AMPLIO ABANICO DE EDAD DE PRÁCTICA** (edad temprana de la profesionalización)
- **PAPEL DE LOS CLUBES, FEDERACIONES, DIRECTIVOS, etc.**
- **EVOLUCIÓN EN LA FORMACIÓN DE TÉCNICOS**

2.- PLANTEAMIENTOS PREVIOS TRABAJO PSICOLÓGICO



- TRABAJO DEL PSICÓLOGO (EQUIPO)

- CONOCER EL ORIGEN DE LA CONSULTA**
- CLARIFICAR EXPECTATIVAS (adecuar)**
- REFORZAR EL CONTROL**

- ROL DEL ENTRENADOR EN EL TRABAJO PSICOLÓGICO CON LOS JUGADORES

- ELABORAR EL PERFIL DEL JUGADOR**
- TRABAJAR Y MEJORAR ADHERENCIA**
- PLANIFICAR LA COMPETICIÓN**
- PREPARACIÓN DE LA COMPETICIÓN**
- ANÁLISIS DE LA COMPETICIÓN**

Entrenador como promotor de:

- El rendimiento deportivo
- La satisfacción del jugador

Jugador que a través del tenis pretende:

- Beneficios físicos, técnicos y tácticos
- Beneficios económicos, sociales, etc
- Beneficios psicológicos: bienestar

IMPORTANCIA DE RESPETAR LOS "TIEMPOS"

3. EVALUACIÓN

- **CARACTERÍSTICAS DEL DEPORTISTA**
- **NECESIDADES PSICOLÓGICAS:**
 - ✓ **Fases y objetivos del entrenamiento**
 - ✓ **Planificación de la competición**

NECESIDADES DEL ENTRENAMIENTO

➤ REDUCIR EL ABSENTISMO

➤ APROVECHAMIENTO DEL ENTRENO

- ✓ Conductas de adherencia
- ✓ Percepción de control
- ✓ Percepción de competencias
- ✓ Comunicación
- ✓ Sistema de creencias, etc...

TRABAJO FUERA Y DENTRO DE LA PISTA!!!!!!

NECESIDADES DE LA COMPETICIÓN

a) PLANIFICACIÓN DE LA COMPETICIÓN

- Globalización
- Individualización
- Practicidad
- Determinación de objetivos
- Combinación de dificultad

b) COMPETICIÓN: preparación, competición y post competición

4. INTERVENCIÓN: DEPORTISTAS

- ✓ Es un deporte individual
- ✓ No existen suplentes, ni tiempos muertos
- ✓ Relación con el entrenador
- ✓ Hay un adversario real
- ✓ El adversario juzga si la bola entra
- ✓ Sistema de puntuación
- ✓ Longitud de los partidos
- ✓ Dedicación de tiempo y esfuerzo
- ✓ Implicación de los padres: autoestima en juego



4. ENTRENAMIENTO A PADRES



- * **Facilitar la comunicación positiva**
- * **Reforzar las conductas favorables**
- * **Enseñar a manejar las propias emociones**
- * **Reconocer la importancia de ser un buen modelo**