



UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
FACULTAD DE ARTES Y EDUCACIÓN FÍSICA  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

RELACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LA ENTRENADORA Y EL  
RENDIMIENTO DEPORTIVO, EN GIMNASIA RÍTMICA EN EL CLUB STELLA , EN  
GIMNASTAS DE CATEGORÍA PRE-INFANTIL E INFANTIL

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y  
RECREACIÓN

PROFESORA GUÍA: ELISA ARAYA CORTEZ  
AUTORA: NATALIA PATRICIA MEDINA EPUÑAN

SANTIAGO DE CHILE, MARZO DE 2018

Autorizado para

**Sibumce Digital**

# **Autorización**

2018, Natalia Patricia Medina Epuñan.

Se autoriza la reproducción total o parcial de este material, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, siempre que se haga la referencia bibliográfica que acredite el presente trabajo y su autor.

## **Dedicatoria**

A mi madre Patricia, por entregarme la vocación educadora, enseñarme a vivir y enseñar desde el amor, y apoyarme incondicionalmente en todos los momentos.

A mi hermana Constanza, por ser quien me impulsa a buscar un mejor futuro para nuestra sociedad.

A mi padre José Luis, por apoyarme y entregarme su amor sin importar las distancias.

A Raimundo, por estar a mi lado y darme las fuerzas para continuar sin importar los obstáculos que se presenten, por tanta paciencia, por ser mi compañero y mi confidente.

A mi familia, por darme las energías para terminar cada proceso y por estar pendientes en todo momento.

A mis amigos, mi segunda familia, por entregarme todo el amor y el apoyo que necesité para este proceso, por estar a mi lado presencial y virtualmente en todo momento y por vivir junto a mi cada emoción durante todo este tiempo.

A Ana, por iluminarme, prestarme su ayuda desinteresada y apoyarme en los momentos más difíciles de este proceso.

A todos los profesores y futuros profesores de esta universidad, por entregarme la esperanza de un cambio real, y por no bajar los brazos en las luchas que nos atañen desde la vocación de cada uno de nosotros.

## **Agradecimientos**

Se agradece a Club Stella, La Florida por facilitar los medios para hacer posible este estudio, en especial a Jeannette Contreras por los conocimientos entregados y por la paciencia e interés que mostró en colaborar durante la investigación.

A cada uno de los profesores que me formaron como pedagoga y que impulsaron silenciosamente la búsqueda de nuevas formas de enseñanza en todo ámbito de la vida, y que en cada uno de los momentos que compartí junto a ellos fueron capaces de mantener la llama de la educación viva en mi corazón.

# Tabla de Contenido

Resumen.....	1
Introducción.....	3
Capítulo 1.....	5
<u>1.1 Planteamiento del Problema.....</u>	<u>5</u>
1.1.1 Descripción del problema.....	5
1.1.2 Delimitación del problema.....	6
1.1.3 Identificación de variables.....	8
1.1.4 Formulación del problema.....	8
1.1.5 Hipótesis.....	8
1.2 Objetivos.....	9
<u>1.3 Justificación.....</u>	<u>10</u>
Capítulo 2.....	11
2.1 Marco Teórico.....	11
2.1.1 ¿Qué es la inteligencia?.....	11
2.1.2 ¿Qué es la inteligencia emocional?.....	11
2.1.3 ¿Cómo se mide la inteligencia emocional?.....	16
<u>2.1.4 La observación.....</u>	<u>19</u>
<u>2.1.5 ¿Qué observar?.....</u>	<u>19</u>
2.2 Marco Referencial: Antecedentes.....	22
2.2.1 La inteligencia.....	22
<u>2.2.2 La inteligencia emocional.....</u>	<u>29</u>
2.2.3 La gimnasia rítmica.....	32
<u>2.2.4 La psicología deportiva.....</u>	<u>38</u>
Capítulo 3.....	44
3.1 Metodología.....	44
3.1.1 Tipo de investigación.....	44
3.1.2 Diseño de la investigación.....	44
3.1.3 Definición de variables e indicadores.....	45
3.1.4 Población y muestra.....	46
3.1.5 Enfoque del trabajo.....	47
3.1.6 Método de trabajo.....	47
<u>3.1.7 Instrumentos de recolección de datos.....</u>	<u>48</u>
Capítulo 4.....	53
4.1 Análisis de Datos.....	53
4.1.1 Test de Inteligencia Emocional.....	53
4.1.2 Observación del Entrenador Deportivo.....	55
4.1.3 Focus Group.....	62
4.1.4 Rendimiento de las gimnastas en competencia.....	63
Tabla de resultados de gimnastas en competencias.....	63
Tabla de resultados de gimnastas en competencias.....	64

4.2 Discusión.....	65
4.3 Conclusiones.....	67
Referencias Bibliograficas.....	69
Anexos.....	71
Anexo 1: Test de Inteligencia Emocional TMMS-24.....	72
Anexo 2: Instrumento de Observación del Entrenador Deportivo.....	74
Anexo 3: TMMS-24 Respuestas de Jeannette Contreras.....	77
Anexo 4: TMMS-24 Respuestas de Giovanna Cucoch-Petraello.....	78
Anexo 5: Observación del Entrenador Deportivo, instrumento final: Jeannette Contreras..	79
Anexo 6: Observación del Entrenador Deportivo, primer instrumento: Jeannette Contreras .....	83
Anexo 7: Observación del Entrenador Deportivo, instrumento final: Giovanna Cucoch.....	87
Anexo 8: Observación del Entrenador Deportivo, primer instrumento: Giovanna Cucoch. .....	91
Anexo 9: Tabla de resultados de gimnastas en competencias.....	95
Anexo 11: Focus Group con Gimnastas.....	97

## Resumen

Es posible inferir que la inteligencia emocional resulta un factor determinante en los procesos de enseñanza – aprendizaje, tan presentes en fases tempranas del deporte competitivo. Sin embargo, poco se ha registrado al respecto. Pero ¿existe real relación entre esta inteligencia y los resultados efectivos obtenidos en el deporte?

Mediante el registro observacional se pretende, en primera instancia, describir indicadores presentes en las entrenadoras de tal modo de clarificar los rasgos preponderantes en ellas, para luego establecer, por medio de análisis descriptivo, el nivel de relación entre dichos aspectos y los resultados obtenidos.

El estudio se llevará a cabo mediante evaluaciones, mediciones, observaciones y registros, a través de los cuales se buscará analizar la relación de los factores mencionados anteriormente.

Las categorías seleccionadas son Pre-infantil (9-10 años) e Infantil (11-12 años), debido a la importancia que reside la fase de aprendizaje en la especialización posterior de las deportistas.

Se establecerá el nivel de relación, así como, a su vez, abrimos debate a nuevas interrogantes en torno a, por ejemplo, enfoques holísticos dentro de la temprana formación deportiva.

**Palabras Clave:** Inteligencia Emocional, Rol del entrenador, Rendimiento Deportivo.

## Abstract

It is possible to infer that emotional intelligence is a determinant factor on the teaching-learning process. Nevertheless there is not much registered about it. But, is there a real relation between this intelligence and the effective results obtained in sports?

Through observation register we pretend, in a first instance, to describe the indicators present on the coaches so we can clarify the preponderant traits on them, and we can establish, through descriptive analysis, the level of relationship between this aspects and the obtained results.

This study is going to be made by evaluations, measurements, observations and registers, through the ones we look for analyze the relationship in the factors mentioned before.

The selected categories are Pre-infantil (9-10 years old) and Infantil (11-12 years old), due to the importance that this learning phase has in the subsequent specialization of athletes.

We will establish the relationship and we will open debate to new questions around, for example, holistic approaches on the early sportive education.

**Key Words:** Emotional Intelligence, Coach's role, Sports performance.

## Introducción

La presente investigación se enmarca dentro de los planteamientos de Daniel Goleman sobre Inteligencia Emocional y sobre cómo su presencia o ausencia en los entrenadores pueden afectar el rendimiento deportivo.

En Chile, la Gimnasia Rítmica Deportiva se desarrolla como una actividad secundaria, no existen deportistas dedicadas únicamente a esta disciplina, debido al poco apoyo de las autoridades relacionadas al deporte para ellas. Así mismo, la edad de las atletas que compiten activamente no suele superar los 20 años, ya que no se les ofrece un apoyo monetario suficiente que les permita realizar esta actividad a modo de trabajo remunerado o las facilidades para estudiar y competir, exigiéndoles así que complementen el deporte con sus estudios y/o trabajo, aumentando el estrés y generando una alta tasa de deserción.

Del mismo modo, los y las entrenadores/as, se ven en la situación de exigir un rendimiento a las gimnastas durante los acotados tiempos de entrenamiento, por lo cual, suelen caer en estrategias de enseñanza-aprendizaje poco pedagógicas e incluso de maltrato. Dichos maltratos se viven a nivel mundial, ya que la búsqueda de mejorar el rendimiento y obtener deportistas de élite a toda costa, termina por cegar a los docentes, en muchos casos debido a la altísima exigencia laboral.

La idea de una educación integral, sin violencia y menos estresante en cuanto al deporte, nace desde los ideales de convertir las actividades deportivas en una parte activa de esta sociedad, que ayude a mejorar la calidad de vida de los individuos que las practican, para lograr esto, uno de los pilares fundamentales es ir eliminando paulatinamente los factores que generan la deserción temprana en los deportistas de las distintas disciplinas. Uno de ellos es el estrés que genera en estos la alta carga emocional que implica practicar un deporte en el alto rendimiento.

Entonces ¿Cómo se logra disminuir este estrés para los atletas de alto rendimiento de para que se sientan más seguros y seguras de sus capacidades? Como se ha mencionado

anteriormente, es la carga emocional y psicológica que les transmiten sus propios entrenadores uno de los puntos a tratar.

Este estudio busca reflexionar en torno a la idea que se pueden obtener los mismos resultados, e incluso mejores, a través del uso de la inteligencia emocional como herramienta para la enseñanza del deporte.

Para desarrollar esta investigación, y tras la elección de la población y la muestra, se recogieron datos sobre inteligencia emocional y psicología deportiva hallados en la literatura, para conocer el tema y lograr seleccionar un instrumento de medición de inteligencia emocional, que permita conocer el nivel de ésta en las entrenadoras del club estudiado.

Posteriormente, para obtener más información, se confeccionó un instrumento de observación de terceros, enfocado a los entrenadores deportivos, en busca de evaluar los aspectos pedagógicos y de psicología deportiva predominantes en los entrenadores deportivos. Este instrumento se elaboró buscando que pueda ser utilizado en cualquier disciplina deportiva y que además cualquier persona pueda realizar la evaluación, sin necesariamente estar ligado a esta actividad.

En la última etapa de la investigación se realizó un focus group con las gimnastas seleccionadas para la muestra, a fin de determinar cómo perciben que influye la inteligencia emocional de sus entrenadoras en su desempeño competitivo.

Toda esta información permite conocer el contexto en el que estas deportistas trabajan habitualmente, así como la forma en que sus entrenadoras se desempeñan en relación a la inteligencia emocional, entregando así un acercamiento hacia la temática de inteligencia emocional en entrenadores.

# Capítulo 1

## 1.1 Planteamiento del Problema

### 1.1.1 Descripción del problema.

En el ámbito deportivo se está constantemente en la búsqueda de nuevas técnicas de entrenamiento, que permitan mejorar el rendimiento deportivo y lograr hacer más eficientes y provechosos las sesiones en cada una de las fases del deporte competitivo.

En este contexto, en países como China, se pueden observar aún en diversos deportes conductas de los entrenadores que actúan bajo un paradigma anticuado, en el cual, se termina por dañar al deportista provocando lesiones físicas y psicológicas que, en muchos casos, culminan en una alta tasa de deserción temprana del deporte. Lo podemos ver en videos como <https://www.youtube.com/watch?v=Ot3d8Anb11Y>, “*Así entrenan en China, un horror.*”, que se encuentra fácilmente al buscar sobre el tema en la plataforma Youtube.

En Chile el deporte competitivo no está tan desarrollado; existen pocos recursos destinados a la formación de deportistas de alto rendimiento ya que las federaciones funcionan con poca regulación y poco presupuesto, en consecuencia, las familias de los jóvenes deportistas deben correr con gastos que en muchos casos exceden la capacidad monetaria familiar, terminando por dejar a potenciales campeones y talentos en el total anonimato, sin ser descubiertos en su totalidad.

De este modo, los y las deportistas de alto rendimiento y sus entrenadores y entrenadoras se exponen a situaciones de constante estrés y frustración. Esto puede llevarlo a desviar su forma de entrenamiento, en búsqueda de resultados y de efectividad, utilizando un paradigma autoritario, anticuado, doloroso y estresante para el deportista.

### **1.1.2 Delimitación del problema.**

La investigación se focalizará en estudiar la relación entre la inteligencia emocional del/la entrenador/a deportivo/a, específicamente en gimnasia rítmica y el rendimiento deportivo de sus gimnastas. Para este estudio, se revisarán las investigaciones existentes sobre la psicología del entrenador y sobre inteligencia emocional en adultos siendo, a través de un instrumento de medición de la Inteligencia Emocional y la generación de un instrumento de observación de terceros para medir la capacidad de los entrenadores en tres distintos aspectos, se contrastará la información para observar si existe efectivamente o no una posible relación entre las variables estudiadas.

Lo que se busca con esta investigación es establecer esta relación entre el comportamiento basado en la Inteligencia Emocional del entrenador y el rendimiento deportivo, con la finalidad de proponer comportamientos más adecuados de manera de lograr establecer una práctica más eficaz.

El avance de la tecnología ha dado una gran importancia a los medios de comunicación masivos, los cuales son utilizados para la propagación de información, permitiendo así, que salgan a la luz hechos que antes permanecían en secreto, lo cual, hacía posible mantener prácticas poco éticas, sin que éstas fueran cuestionadas.

Hoy en día, se puede revisar una variedad de videos en internet, dejando en evidencia a niños que lloran en los duros entrenamientos, tomando como ejemplo los trabajos de flexibilidad, que llevan al deportista a la lesión muscular y a veces articular. También existen registros de abuso verbal y actitudes poco pedagógicas, incluso golpes al momento de exigirle la actividad requerida al deportista.

Tomando en cuenta esta información, es que es de suma importancia avanzar en cuanto a estrategias de entrenamiento y buscar la mayor cantidad de relaciones psicológicas y sociológicas que puedan afectar este proceso, con el fin de una mejoría del estado emocional y psicológico de los deportistas y así, los entrenadores puedan elevar el rendimiento desde una

enseñanza no violenta, y como consecuencia, una mejora en la cantidad de deserción deportiva temprana, así como la calidad de vida de ambas partes.

La información a utilizar en la investigación será principalmente el libro “La Inteligencia Emocional” de Goleman, el cual contiene información histórica y actual sobre el tema a investigar, además de establecer definiciones y conceptos claros, los cuales serán utilizados durante todo el proceso investigativo.

En cuanto al instrumento de medición de Inteligencia Emocional, se utilizará el TMMS-24 de Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004), ya que, este cuestionario permite evaluar la Inteligencia Emocional en adultos, de forma concreta, en tres aspectos que involucran las habilidades sociales que serán útiles para la vida y las relaciones interpersonales, y ha sido comprobada su efectividad e índice de correlatividad. Bien que el presente estudio no es correlacional, sino de tipo exploratorio y descriptivo.

Para el ámbito de psicología deportiva se utilizará “Caracterización del Entrenador Deportivo” de María Del Carmen Pérez Ramírez, en que se exponen distintos estudios sobre la personalidad y características del entrenador.

Es en base a esta recopilación, se confeccionará el instrumento de observación, en el cual se explicarán las principales características que debe tener un entrenador en cuanto al aspecto pedagógico y de psicología deportiva, que permitan determinar el desempeño del mismo en estos ámbitos.

En la literatura se puede encontrar una vasta información sobre la psicología deportiva para el entrenador y sobre la inteligencia emocional del deportista para su rendimiento, no obstante, la inteligencia emocional en el entrenador está menos estudiada. Es por esto que en la investigación a realizar en el Club Stella, La Florida, con dos de sus entrenadoras, se aplicará el test de inteligencia emocional (TMMS-24 de Salovey y Marley) y el instrumento de observación, y con los datos obtenidos se relacionarán dichos factores con los resultados en cuanto a rendimiento de las niñas de categoría B Pre-infantil, Infantil y Juvenil, en tres campeonatos, en distintos períodos del calendario deportivo y en distintas condiciones de cantidad de gimnastas, infraestructura, lugares geográficos y competitividad.

### **1.1.3 Identificación de variables.**

La variable independiente de este estudio corresponderá a la Inteligencia Emocional de las entrenadoras en cada proceso del calendario deportivo, mientras que la variable dependiente del estudio será el rendimiento deportivo de las gimnastas.

### **1.1.4 Formulación del problema.**

El problema de la investigación será, en consecuencia, la incorporación de la inteligencia emocional como una dimensión de la relación entrenadora-deportista en la gimnasia rítmica, para mejorar el rendimiento deportivo de las atletas.

### **1.1.5 Hipótesis.**

Entonces, la hipótesis de este trabajo será: La inteligencia emocional de las entrenadoras de gimnasia rítmica del Club Stella, La Florida, afectaría el rendimiento deportivo de las gimnastas a su cargo.

## 1.2 Objetivos

Objetivo General: Relacionar el nivel de inteligencia emocional mostrado por las entrenadoras y el rendimiento deportivo en gimnastas de categoría infantil y pre-infantil del Club Stella, La Florida, mediante los datos obtenidos.

Objetivos Específicos:

- 1) Clasificar a las entrenadoras del Club Stella, La Florida según test de inteligencia emocional.
- 2) Registrar y describir comportamientos observables de las entrenadoras en cuanto a algunos aspectos de inteligencia emocional, previo a la competencia y dentro de la misma.
- 3) Registrar la percepción de las gimnastas de su rendimiento deportivo competitivo, a partir de sus propios relatos, en relación con los comportamientos emocionales de sus entrenadoras.

Durante el itinerario investigativo, emergen objetivos de proceso, necesarios para el correcto desarrollo del estudio, que se detallan a continuación:

- 1) Recopilar información sobre Inteligencia Emocional en adultos y Psicología deportiva en cuanto a las características de los entrenadores.
- 2) Recopilar datos sobre la inteligencia emocional de las entrenadoras del Club Stella, La Florida.
- 3) Recopilar datos sobre el rendimiento deportivo de las gimnastas de categoría B Pre-infantil, Infantil y Juvenil, en distintos campeonatos.
- 4) Diseñar y confeccionar un instrumento de observación de entrenadores que contemple aspectos pedagógicos y de psicología deportiva.
- 5) Analizar los datos recabados y relacionar la información obtenida.

Sumado a estos objetivos, se añadió a la muestra la categoría Juvenil para enriquecer el desarrollo de la investigación y obtener información más acabada.

### **1.3 Justificación**

El propósito de esta investigación es constatar cómo influyen las habilidades emocionales de un entrenador deportivo en sus deportistas, específicamente en la gimnasia rítmica, en busca de modificar las conductas de los primeros para desarrollar una forma de entrenamiento desde el trabajo consciente, bajando los niveles de estrés y por consecuencia, bajando la deserción deportiva temprana.

Cabe mencionar que en el contexto país, existen muy pocas entidades que cuentan con un psicólogo deportivo que se haga cargo de ese ámbito considerado tan relevante a nivel internacional, haciendo responsable de éste a entrenadores que, en muchos casos, no tienen la capacitación ni los conocimientos suficientes para llevarlo de forma correcta, generando un estrés y un agotamiento mayor al que se supone debiese estar expuesto.

De forma práctica el estudio busca mejorar las condiciones del entrenamiento tanto para deportistas como para entrenadores, propiciando un mejor ambiente, apuntando al aumento de atletas a nivel país, a través de la disminución de la tasa de deserción, y a elevar las condiciones laborales de quienes deben recibir el peso de la falta de subvención, de políticas y de organización; los entrenadores.

Además de lo ya mencionado, como parte de la investigación de carácter exploratorio, se confeccionará un instrumento de observación para entrenadores, el cual permitirá determinar el desempeño de los entrenadores en aspectos pedagógicos y de la psicología deportiva, proporcionando una herramienta que se podrá utilizar en cualquier deporte, y podrá ser aplicado por cualquier persona, sin necesariamente ser experto en la temática.

Este estudio busca principalmente exponer que se puede educar en cuanto al alto rendimiento desde un paradigma no violento, que no pase a llevar a los niños, y con esto mantener o superar el rendimiento deportivo de los y las atletas.

## Capítulo 2

### 2.1 Marco Teórico

#### 2.1.1 ¿Qué es la inteligencia?

“Inteligencia” deriva del latín *“intelligentia”*, que a su vez deriva del término *“inteligere”*, compuesta por el prefijo *inter* (“entre”), *legere* (“escoger, separar, leer”), el sufijo *-nt-* (“agente”), y el sufijo *-ia* (indica cualidad), por lo cual la Inteligencia, correspondería a la cualidad del que sabe escoger entre varias opciones.

El concepto de “inteligencia” ha ido transformándose a través de los años, por medio de los estudios e investigaciones que han surgido al respecto. Así se ha demostrado, por ejemplo, con los estudios de Goleman y otros, que las personas que obtienen mayor éxito profesional, no son necesariamente aquellas con mayor Coeficiente Intelectual (CI), sino que los que han sabido tomar buenas decisiones, gobernar sus emociones y emplearlas de forma apropiada para que estas colaboren con su inteligencia. En este contexto es que surge el concepto de Inteligencia Emocional.

#### 2.1.2 ¿Qué es la inteligencia emocional?

Como lo indican Salovey y Mayer en 1990, quienes crean por primera vez el concepto de “Inteligencia Emocional”, se entiende la misma como *“un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno”*. Para ellos, este concepto es la fusión de la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal de Gardner, otorgando al concepto una connotación menos cognitiva, lo que ayuda a su separación del resto de las inteligencias y a la comprensión del concepto desde un paradigma distinto al tradicional.

Para entender de mejor manera el concepto y sus aristas se estudió la investigación y literatura de Goleman, ya que se ajusta más a los objetivos del presente estudio. *“Una visión de la naturaleza humana que pasa por alto el poder de las emociones, es lamentablemente*

*miope*”(D. Goleman, 1996, pág. 22) Así expone Daniel Goleman la importancia de la educación de las emociones en su libro “La Inteligencia Emocional”, atribuyéndole un poder inmenso sobre el desarrollo de la sociedad y del hombre inmerso en ésta, al entenderla como un factor inherente al ser humano, el cual tiene la facultad de modificar las situaciones desde la capacidad emocional de quien lo necesite.

El estudio se centrará en lo expuesto por Daniel Goleman en su obra “La Inteligencia Emocional” de 1996, ya que su contenido otorga una visión completa en la globalidad del concepto, abarcando desde el aspecto fisiológico hasta el ámbito social de éste, y recorriendo así la historia del mismo, para llegar a una teoría propia de lo que implica.

La Inteligencia Emocional (IE), es un concepto que en un inicio suena abstracto y difícil de entender, y que nos lleva a muchas interrogantes: ¿Cómo medirla?, ¿Cómo comprobar que existe? Y ¿Cómo mirarlo desde lo fisiológico para corroborar su existencia?, pero qué tras leer un poco al respecto, se disipan, dejando al descubierto una realidad poco conocida para muchas personas y que podría ser de utilidad en la vida cotidiana, así como en la vida profesional y personal.

El investigador y periodista del New York Times define cuidadosamente en su obra: *“El término inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.”*(D. Goleman, 1999, pág. 58) es decir, implica una serie de capacidades que van desde el manejo de lo intra-personal a lo inter-personal, y continúa *“Se trata de un término que engloba habilidades muy distintas, aunque complementarias, a la inteligencia académica, la capacidad exclusivamente cognitiva medida por el cociente intelectual...”*. (D. Goleman, 1999, pág. 58) Relacionando así la inteligencia que ha sido considerada como única tradicionalmente, con este concepto como complementarias, entregando los primeros indicios para comprender la importancia de la inteligencia emocional.

Según indica D. Goleman en su obra, los principales componentes de la inteligencia emocional son el *“Auto-conocimiento emocional o conciencia de uno mismo, Auto-control*

*emocional o auto-regulación, Motivación, Empatía o conocimiento de las emociones ajenas y Relaciones Interpersonales o habilidades sociales.*” (Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, 2009, págs. 42 a 46) Es el desarrollo de éstas las que permitirán un buen desempeño a nivel emocional en la vida personal de cada individuo.

A continuación, se explicarán detalladamente cada una de ellas:

El Auto-conocimiento emocional o la conciencia de uno mismo, es *“el inicio de la inteligencia emocional. El término consciencia está referido al estado de conciencia de los procesos interno. Este componente no es una función tan simple, ya que implica un estado de alerta hacia los acontecimientos del ambiente que rodean al sujeto, y controlar las emociones, conocer su origen y llevar, entonces, dicha emoción a un correcto desarrollo que no perturbe el estado interno. De este modo se pueden usar las emociones en nuestro favor.”* (D. Goleman, 1999, pág 58, citado por Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, 2009, pág 42) La autoconciencia es entonces, el saber reconocer y sintonizar con la información interna sobre sensaciones, sentimientos, interpretaciones, intenciones, entre otros, que se encuentra disponible. Esto ayuda a comprender cómo nos comportamos y el por qué, según las diversas situaciones y utilizar estas variantes a nuestro favor.

Según Goleman, *“para poder llegar a un buen auto-conocimiento, debiéramos ser capaces de describir nuestro cuerpo con vívido detalle, incluyendo en ellos la respiración, transpiración, desasosiego, o la falta de concentración”* (D. Goleman, 1999, pág 58 citado por Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, 2009, pág 42) .De esta forma se pueden relacionar mentalmente las reacciones físicas con la emoción que las provoca, ayudando a identificar qué está pasando en el mundo interno; las personas con buena autoconciencia son capaces de energizar a los demás, comprometerse y confiar en sus compañeros o colegas, debido a la seguridad que entrega el saber reconocer las propias debilidades y fortalezas, pudiendo proyectarla hacia su entorno.

El auto-control emocional o autorregulación es el segundo paso y es *“el que nos permite no dejarnos llevar por los sentimientos del momento. Es saber reconocer qué es pasajero en un momento de crisis, y qué es perdurable.”* (Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy

y Villanueva, 2009, pág 43) Se refiere a la regulación, el reconocimiento y la modificación de estados de ánimo y sentimientos, permitiendo tomar decisiones con serenidad, sin reprimir el sentimiento, pero optando por lo más adecuado. Constituye la habilidad de moderar las reacciones ante una situación, permitiendo controlar los impulsos básicos del ser humano ante, por ejemplo, el hambre, el miedo, la ira, entre otros.

La motivación corresponde a *“dar causa o motivo para una cosa... Se trata de una predisposición general que dirige el comportamiento hacia la obtención de lo que se desea.”* (Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, 2009, pág 44). Se refiere entonces al ser perseverante al momento de plantear un objetivo, pese a las adversidades y dificultades que se presenten.

Según Goleman es *“el entusiasmo y la persistencia ante los contratiempos por encima de todo lo demás”* (D. Goleman, citado por Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, 2009, pág 44). La base de esta capacidad está construida por la seguridad de que un deseo y la concreción de este deseo, lleva a la felicidad. Para esto hay que poder encausar el sistema emocional para movilizar las energías en la dirección necesaria para lograr el objetivo. Esta capacidad abarca la auto-motivación y la habilidad de motivar a otras personas.

La empatía, o conocimiento de las emociones ajenas, del griego *“empathia”* (“sentir dentro”). Esta habilidad significa el saber sentir con los demás, ser capaz de experimentar y entender las emociones de otros como propias. *“se construye sobre la conciencia de uno mismo: cuanto más abiertos estamos a nuestras propias emociones, más hábiles seremos para interpretar los sentimientos de otros”* (D. Goleman, 1997, pág 123). Así se explica el funcionamiento básico de esta habilidad, mediante la cual, se comprenden, las emociones del otro para poder finalmente modificar las situaciones a favor y continúa, *“La clave para intuir los sentimientos de otro está en la habilidad para interpretar los canales no verbales: el tono de voz, los ademanes, la expresión facial y cosas por el estilo”* (D. Goleman, 1997, pág 124).

De este modo, para ser capaces de percibir lo que le sucede al otro, se debe saber que el lenguaje no se construye únicamente sobre lo que se dice, sino sobre el cómo se dice, la actitud corporal, y todo lo que implica el lenguaje no verbal, es fundamental para identificar

una emoción: *“Así como la mente se expresa a través de palabras, la expresión de las emociones es no verbal. En efecto, cuando las palabras de una persona discrepan con lo que manifiesta a través del tono de voz, los ademanes u otros canales no verbales, la verdad emocional está en la forma en que la persona dice algo, en lugar de aquello que dice”*. (D. Goleman, 1997, pág. 125) Explica el autor.

Según explica Daniel G. en su obra *“La Inteligencia Emocional”*, para Brothers señala *“la amígdala y sus conexiones con la corteza visual como parte del circuito cerebral clave en el que subyace la empatía”* (D. Goleman, 1997, pág. 130). Este órgano se convierte así en el principal responsable de la capacidad de empatía que genera una persona, ya que éste es el que relaciona lo que observa la persona con las reacciones emocionales que puede tener la misma, a través de las expresiones faciales observadas, la corporeidad, entre otros factores.

Cabe mencionar que no basta con comprender las emociones ajenas desde el prisma cognitivo; para que exista una empatía real, además se debe sentir lo que siente el otro. Esta habilidad permite una forma de relacionarse más real y poderosa, pudiendo además generar lazos más fuertes.

Por último, las relaciones interpersonales, o habilidades sociales enfatizan lo fundamental que son las emociones en todos los aspectos de la vida; *“Estas son las capacidades que contribuyen a la eficacia en el trato con los demás; aquí los déficits conducen a la ineptitud en el mundo social o a los desastres interpersonales repetidos. En efecto, es precisamente la ausencia de estas habilidades lo que puede hacer que incluso los más brillantes intelectualmente fracasen en sus relaciones...”* (D. Goleman, 1997, pág. 141). Es este aspecto entonces, el más importante de los cinco y en el que se ve reflejado el trabajo de las cuatro anteriores.

El desarrollo de las habilidades sociales, exige la madurez de la empatía, para conocer el estado ajeno y cómo repercutirán las propias acciones, y el auto-control, para poder determinar qué hacer, en conocimiento y manejo de las propias emociones y sentimientos; *“Ser capaz de manejar las emociones de otro es la esencia del arte de mantener las emociones”* (D. Goleman, 1997, pág. 140) define Daniel en el libro.

Para Paul Ekman, esto es lo que se denomina “reglas de demostración” e implica un acuerdo social sobre qué emociones y cómo, se pueden demostrar, según la circunstancia. Es esta capacidad la que permitirá el éxito profesional, sobre todo en labores en las que se debe estar en constante contacto con personas. “*Desarrollar los potenciales en las relaciones será más importante para su carrera que todo el conocimiento académico que adquiriera en la facultad, más importante en la determinación de su futuro como licenciado en artes ciencias, doctor en ciencias económicas, en leyes o incluso en filosofía.*” (Henry Rogers, citado por Argomedo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, 2009, pág. 46) señala Henry Rogers, experto mundial en relaciones públicas, afirmando que en la medida en que se relacione sensible y adecuadamente con las personas y los hechos que enfrente, tanto en su trabajo como en la vida personal, tendrá éxito. Es así como el saber relacionarse con terceros y el sostener una forma más o menos eficaz de manejar dichas interacciones, es la habilidad determinante casi infaliblemente del éxito y la felicidad de un ser humano.

Goleman basó gran parte de su obra y su investigación en el modelo de Salovey y Mayer. Estos últimos indican en su teoría que los componentes de la Inteligencia Emocional son cinco: “*Conocer las propias emociones (reconocer un sentimiento mientras ocurre), Manejar las emociones (manejar los sentimientos para que sean adecuados), La propia motivación (ordenar las emociones al servicio de un objetivo), Reconocer las emociones de los demás (empatía) y Manejar las relaciones (habilidad de manejar las emociones de los demás).*” (Goleman, 1997, pág. 46)

### **2.1.3 ¿Cómo se mide la inteligencia emocional?**

Como se puede apreciar, los componentes de Inteligencia Emocional son básicamente los mismos para los autores, radicando la diferencia en la amplia definición de Goleman, versus lo conciso y cuantificable del modelo de Salovey. No obstante, este último, acompañado principalmente por Mayer, desarrolló varios instrumentos de evaluación de la Inteligencia Emocional, llevando sus estudios a un ámbito más cuantitativo que permitiera establecer una forma de medición real para la misma.

En este contexto, Salovey y Mayer, acompañados en ocasiones por otros estudiosos como Caruso y Woolery, crean instrumentos de auto-informe (TMMS-48) y de medición de habilidades de IE (MEIS, MSCIT V2.0), los cuales, han sido aplicados y mejorados para aumentar la fiabilidad de los mismos, además de haber sido utilizados como base teórica para el planteamiento de muchos otros instrumentos de medición. *“Dentro de esta tipología de medidas de auto-informe podemos diferenciar dos conceptualizaciones de la Inteligencia Emocional. Por un lado, encontramos aquellas medidas que se han basado en la formulación original de IE desarrollada por Salovey y Mayer.”* (Extremera, Fernández, Mestre y Guil, 2004, pág. 212) constatando con esto la importancia de estos dos autores, al ser los primeros en dedicarse a la investigación profunda de este tema, y continúa *“Y, por otro lado, existen otras herramientas de evaluación que son el resultado de una revisión extensiva de la literatura sobre los factores esenciales para el funcionamiento emocional y social en algunos casos, y aspectos fundamentales para el éxito laboral y organización en otros”* (Extremera, Fernández, Mestre y Guil, 2004, pág. 212) separando así, los instrumentos basados únicamente en el modelo de Salovey y Mayer, de los que se componen de una serie de investigaciones distintas, quedando en evidencia que son estos autores los más relevantes e influyentes en cuanto al tema; a pesar que existen muchos instrumentos de medición de Inteligencia Emocional, son estos dos estudiosos quienes marcan el precedente de la gran mayoría de los existentes a la fecha.

El Trait Meta-Mood Scale-48 o TMMS-48, tiene por objetivo *“conseguir un índice que evalúe el conocimiento de cada persona sobre sus propios estados emocionales, es decir, obtener una estimación personal sobre los aspectos reflexivos de nuestra experiencia emocional”* (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palafa, 1995, citado por Extremera, Fernández, Mestre, Guil, 2004, pág. 216). Evalúa, a través de 48 ítems las destrezas con las que las personas son conscientes de sus propias emociones y su capacidad para regularlas.

La TMMS-48 contiene tres dimensiones, en las cuales se verían reflejadas las características mencionadas anteriormente sobre la inteligencia emocional: Atención a los sentimientos, Claridad emocional y Reparación de las emociones. Cada una de estas dimensiones corresponde con una habilidad, cuyo resultado será tabulado en relación al

puntaje obtenido en cada ítem, cada uno de los cuales será evaluado con un puntaje del 1 al 5, donde 1 es “totalmente en desacuerdo” y 5 “totalmente de acuerdo”.

El primer aspecto de Atención a los sentimientos, responde al grado en que las personas creen prestar atención a sus emociones. El segundo aspecto de Claridad emocional, se condice con el cómo las personas creen percibir sus propias emociones, el último aspecto de Reparación de las emociones corresponde a la creencia de la persona en su capacidad para interrumpir y regular sus estados emocionales negativos y prolongar los positivos.

De este modo, manteniendo estos conceptos, se realiza una segunda versión del TMMS, hecha por los mismos autores, esta vez con 30 ítems a evaluar, mejorando la consistencia interna del instrumento, al eliminar los enunciados menos consistentes.

De los dos instrumentos explicados, se deriva el instrumento a utilizar durante la presente investigación; el TMMS-24, desarrollado por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, en 2004. Este compone una versión reducida del ya explicado TMMS-48 y mantiene los tres ámbitos de la escala original.

El instrumento del grupo de investigación de Málaga, depura y elimina algunos ítems de la escala por diversos motivos, dentro de los cuales se encuentra la baja fiabilidad de algunos, así como la falta de enfoque de otros, de este modo, se incrementó la fiabilidad del instrumento inicial a 0,90 para Atención, 0,90 para Claridad y 0,86 para Reparación.

El TMMS-24 está compuesto por 24 enunciados; 8 por cada dimensión, y en la guía de evaluación, existe una tabla de resultados dividida para hombres y para mujeres.

Esta evaluación será utilizada para medir la Inteligencia Emocional de las entrenadoras del Club Stella, La Florida y fue seleccionado tras una amplia búsqueda por el nivel de fiabilidad del mismo y por la calidad de conceptos y habilidades medidas, las cuales corresponden al objetivo de este estudio.

#### **2.1.4 La observación.**

El TMMS-24, solo permite dar a conocer la Inteligencia Emocional de las entrenadoras, quedando fuera el cómo se relaciona ésta con la forma de entrenar a las gimnastas o con el trato hacia estas en las distintas etapas del calendario deportivo-competitivo, por lo cual, se realizó una extensa búsqueda de los factores que determinan el éxito de un entrenador, así como las características que debería tener el mismo y las actitudes que podrían llevar al fracaso, para culminar con la elaboración de un instrumento de observación de terceros que pueda evidenciar cómo se relaciona la entrenadora con sus gimnastas.

La observación, así como las entrevistas, es uno de los métodos de evaluación de desempeño más utilizadas, sobre todo al momento de evaluar clases de Educación Física, en las cuales la mayor parte de la información es entregada por las vías auditiva y visual. Así lo expone Sebastian Feu Molina en su trabajo “La Observación como Instrumento de Evaluación en las Clases de Educación Física”; *“Las técnicas basadas en la observación son ventajosas por dos aspectos fundamentales: en primer lugar, porque informa al alumno de su ejecución y los posibles errores y en segundo lugar porque puede efectuarse durante todo el proceso, ya que la observación se realiza en cualquier momento sobre las tareas de aprendizaje, (M.E.C., 1992, pág. 117).”*

Es así como se decide elaborar una escala de observación de desempeño de los entrenadores durante las sesiones, en busca de evaluar los ámbitos pedagógicos, de psicología deportiva y posibles aspectos que serían desfavorables para el sujeto de estudio.

#### **2.1.5 ¿Qué observar?**

Para la elaboración de dicho instrumento se revisó la bibliografía existente en psicología deportiva respecto al tema, llegando así a documentos sobre la efectividad del entrenamiento, eficacia del entrenador, conducta de un líder, entre otros, los cuales fueron utilizados para la confección del instrumento.

El documento principal informativo para la investigación fue el “Caracterización del Entrenador de Alto Rendimiento Deportivo” por María del Carmen Pérez Ramírez del 2002 y “Psicología del Deporte aplicada al Rol del Entrenador” por el Dr. Francisco García Ucha. Ambos documentos recopilan estudios relacionados con los componentes que influyen en que un sea eficaz, las características de personalidad que lo identifican, las características de un buen entrenador, así como de un buen líder.

Además, en el documento de García Ucha se exponen estudios sobre las impresiones de los deportistas en cuanto a conductas poco satisfactorias, que pueden generar conflicto, como insatisfacción y estados emocionales negativos, así como una lista de causas de fracaso del entrenador. Un ejemplo de estos es el estudio realizado por Frester en 1995, en el cual según García Ucha *“Más del 80% de los deportistas cuestionados plantearon que el flujo de información era unilateral. Aproximadamente el 82% de las informaciones (indicaciones correctivas, reglamentaciones, reglas sobre el comportamiento, explicaciones sobre la ejecución de los movimientos, exigencias sobre el comportamiento de acuerdo con las normas) son comunicadas frecuentemente al deportista por el entrenador a partir de un comportamiento autoritario.”* (Dr. Francisco García Ucha, 2006, pág 15) constatando la disconformidad de los deportistas con el trato de sus entrenadores, debido principalmente al comportamiento autoritario, por lo cual, se podría estimar que el paradigma que sustenta este tipo de actitudes se encuentra en completa obsolescencia, siendo necesario entonces, un cambio en el mismo de forma urgente, y sigue; *“La investigación destaca que solo el 18% de lo planteado por los deportistas a los entrenadores sobre situaciones de actualidad, preocupaciones, miedos, causas de errores sufridos, deseos de lograr un comportamiento determinado y otras más, es escuchado por ellos.”* (Dr. Francisco García Ucha, 2006, pág 15). Esto es, precisamente a lo que apunta el presente estudio; los entrenadores que no tienen el tacto y la empatía suficiente para mantener una relación con sus deportistas, provocan un alto nivel de insatisfacción y esto deriva en otros problemas como deserción temprana, baja en el rendimiento, entre otros; un entrenamiento radica en *“la habilidad de los entrenadores para reaccionar ante las características y necesidades de los jugadores”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág 22).

Para completar el estudio y lograr observar a cabalidad las conductas de las entrenadoras, se considera importante la aplicación de conceptos y prácticas que se consideren pedagógicas, debido a que en cualquier instancia deportiva se lleva a cabo un proceso de enseñanza-aprendizaje, los cuales deben ser respetados y correctamente ejecutados para optimizar la adquisición de conocimientos del deportista.

Para este aspecto se revisaron documentos de pedagogía y de educación física, en los cuales, se exponen los componentes principales que facilitan el proceso E-A. *“Comenzando por la primera de estas aproximaciones, la teoría motivacional del interés en su aplicación a las clases de Educación Física ha encontrado que el interés es un elemento clave en la predicción de las actitudes hacia dichas clases, y que tiene una influencia determinante en un conjunto de aspectos motivacionales, como son el esfuerzo ejercido en las clases de Educación Física y la persistencia ante las dificultades”* (Pintrich y Schunk, 1996, citado por Moreno y Cervelló, 2004, pág 35). Las cualidades son de suma relevancia, tanto para el trabajo escolar como para el entrenamiento deportivo; un deportista sin motivación, que no se esfuerza y que no persiste, difícilmente logrará un buen rendimiento competitivo.

Estas actitudes, generadas por el interés, son responsabilidad de la motivación que sea capaz de provocar el entrenador mediante su actitud para con los atletas; *“Esta aproximación también defiende que existe un interés situacional, mediatizado por elementos contextuales dependientes, en su mayor parte, de la labor docente del profesor”*. (Chen y Darst, en prensa, citado por Moreno y Cervelló, 2004, pág. 35).

El entrenador deportivo, sobre todo aquel que trabaja con jóvenes deportistas de edad escolar, debe tener en cuenta que no solo entrena a sus atletas, sino que también, los educa y los forma, convirtiéndose en una figura de autoridad a la cual admirar, por lo cual, debe cuidar el trato, intentando facilitar el proceso de aprendizaje de cada uno de sus entrenados; *“se observa que un carácter bondadoso, agradable, justo, comprensivo y alegre del educador supone un mayor gusto en la percepción de los alumnos de tercer ciclo de Educación Primaria por las clases de Educación Física...”* (Moreno y Cervelló, 2004, pág. 46)

## **2.2 Marco Referencial: Antecedentes**

### **2.2.1 La inteligencia.**

La inteligencia como concepto, a lo largo de los años ha ido mutando, y su significado se ha mantenido en constante discusión, al igual que muchos otros conceptos sociológicos.

Preguntas como “¿Qué es la inteligencia?”, o “¿Cómo medir la inteligencia?”, han sido desde hace mucho tiempo las que generan discusión al momento de definir cuáles son los factores que diferencian el rendimiento individual de cada persona, por lo cual, siempre se ha intentado medir la inteligencia y buscar, por ende, la mejor forma de hacerlo.

#### **2.2.1.1 Cómo se mide la inteligencia.**

Desde el comienzo de los estudios sobre inteligencia, se ha presentado siempre la necesidad de medirla, sin importar la visión o significado que adquiriera el concepto. Se impone la medición antes que la validación de los constructos teóricos, los que componen la base de cualquier conceptualización.

Galton (1822-1911) fue uno de los primeros estudiosos dedicados al estudio sistemático de las diferencias personales en cuanto a capacidad mental, él demostró que las personas son diferentes unas de otras en los procesos más básicos, lo que causaba las diferencias en su capacidad mental. “*Estaba convencido de que las diferencias individuales más importantes son innatas, por lo cual el ser humano para él nace con índices de moral, intelectualidad y carácter*” (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 13)

En el año 1905 Alfred Binet, crea un test simple que pudiera utilizarse en las escuelas para detectar a los niños deficientes mentales, y así, poder entregarles instrucción especial. Elabora la primera escala de inteligencia para niños: “*El órgano fundamental de la inteligencia es el juicio. En otras palabras, el sentido común, el sentido práctico, la iniciativa, la facultad de adaptarse. Juzgar bien, comprender bien y razonar bien son los resortes esenciales de la inteligencia*” (Alfred Binet, citado por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 13 y 14) plantea el mismo.

Para su instrumento de medición, según expone Purificación Salmerón, *“El concepto fundamental para Binet fue la Edad Mental como la edad que se corresponde con las respuestas correctas que una persona da al contestar su escala.”* (Purificación Salmerón, 2002, pág 100) separando por primera vez la edad mental, de la edad cronológica, exponiendo esta relación como determinante de la capacidad intelectual, y continúa; *“La clasificación de la persona como inteligente normal, superior o inferior, vendría dada según que el sujeto contestase bien a los ítems de conocimiento que le corresponderían a su Edad Cronológica, a los de mayor o a los de menor edad que él”* (Purificación Salmerón, 2002, pág. 100). Se basó entonces, en la rapidez de aprendizaje, así quienes aprenden más rápido, son inteligentes superiores y quienes aprenden más lento, inteligentes inferiores.

En el año 1916 el instrumento desarrollado por Binet fue modificado, conociéndose por primera vez, el concepto de Cociente Intelectual (CI), definido como *“la razón entre la edad mental y la edad cronológica.”* (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 14)

Más tarde en 1920, Thorndike publica un artículo titulado *“La Inteligencia y sus usos”* agregando el componente social, realizando uno de los primeros avances hacia lo que posteriormente se convertirá en la Inteligencia Emocional. En su artículo, según lo planteado por Molero, Saiz y Esteban *“señala la existencia de tres tipos de inteligencia: la inteligencia abstracta, la inteligencia mecánica y la inteligencia social.”* dividiendo así la inteligencia en componentes, tomando en cuenta el contexto de la persona, y sigue *“Por inteligencia abstracta entiende Thorndike la habilidad para manejar ideas y símbolos tales como palabras, números, fórmulas químicas y físicas, decisiones legales, leyes, etc. Por inteligencia mecánica la habilidad para entender y manejar objetos y utensilios tales como armas y barcos. Finalmente, Thorndike define la inteligencia social como la habilidad de entender y manejar a hombres y mujeres; en otras palabras, de actuar sabiamente en las relaciones humanas.”* (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág 15).

De este modo, se da un primer avance hacia la visión de la inteligencia integral, compuesta por diversos factores. Esta teoría se contrapone a las anteriormente planteadas, ya que indica que la inteligencia podría construirse y moldearse durante la vida, en oposición a

sus contemporáneos quienes creen que la inteligencia es algo innato y que las influencias del contexto son muy escasas.

En los años 30', y con el auge del conductismo, autores como Watson y Guthrie de la escuela conductista, remiten la inteligencia a una mera relación entre estímulos y respuestas. Según Hardy, citado por Carmen Molero et al, *“Para los conductistas cualquier tipo de conducta se sustrae por completo a una concepción de tipo E-R en una sola frase”* (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 15) Así, entienden el proceso de enseñanza-aprendizaje, como una estimulación y una reacción, estandarizando cuales deben ser las respuestas adecuadas.

Más adelante, con los avances en test para medir la inteligencia, los cuales, de a poco se van diferenciando en test para niños y para adultos, otras escuelas del ámbito de la psicología, comienzan a ampliar la perspectiva de la inteligencia y su significado, naciendo, por ejemplo, por primera vez, el concepto de discernimiento. En este sentido, *“La conducta inteligente se caracteriza por el pensamiento productivo -con discernimiento-, más que por el pensamiento reproductivo -de memoria-”* (Wertheimer citado por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 16)

Ya en la década de los 50', tras la segunda guerra mundial, se comienza a prestar más atención a los procesos cognitivos y se empieza a debilitar el conductismo, dando paso al estructuralismo, propuesto por psicólogos cognitivos radicales en busca de aspirar al desarrollo de un paradigma, que permita la unión de las ciencias sociales, dejando como máximo exponente a Jean Piaget, quien se ocupa de los aspectos cualitativos de la inteligencia, este indica que *“los niños progresan a través de una secuencia de estados de conocimiento cualitativamente discretos y parcialmente correctos”* (Siegler y Dean, 1989, citados por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 17), entendiendo así, el aprendizaje como un proceso que tiene sus debidos tiempos y progresiones y continúa; *“Esta secuencia de comprensiones parciales se produce en un orden fijo, por lo que resulta imposible enseñar la comprensión conceptual a edades considerablemente más tempranas, que las edades en las que normalmente se dominan los conceptos”* (Siegler y Dean, 1989, citados por Molero, Saiz y

Esteban, 1998, pág. 17), definiendo entonces que, este proceso no puede ser adelantado a edades que no correspondan, a las cuales, en que se deben comprender y conocer las materias.

Además del estructuralismo, se planteó también la teoría del procesamiento de la información, la cual comienza desde la idea de que *“el hombre es un manipulador de símbolos. Sus objetivos más básicos consisten en describir los símbolos que son manipulados (la representación) e identificar los que son manipulados (el procesamiento).”* (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 17) componiendo así, una de las teorías más aceptadas hasta los años 2000.

Como se puede apreciar, en cuanto a la definición y composición del término “inteligencia” no hay nada completamente resuelto, dejando principalmente tres grandes enfoques del desarrollo intelectual, que han sido previamente mencionados (el psicométrico, el piagetiano y el pensamiento de la información).

A partir de los intereses de los investigadores, se podrían dividir la clasificación de los estudios respectivos a la inteligencia en tres: *“los modelos centrados en la estructuración y composición de la inteligencia, los centrados en el funcionamiento cognitivo de la inteligencia y los centrados en la comprensión global del desenvolvimiento social de las personas en la búsqueda de la felicidad como necesidad vital.”* (Purificación Salmerón, 2002, pág. 99). De esta clasificación, cabe mencionar como factor importante que la mayor parte de las investigaciones y estudios al respecto, se centran en el primer enunciado, el cual, además de definir la estructura y componentes de la inteligencia, permite desarrollar formas medición de los mismos.

En cuanto a las definiciones del concepto, se puede revisar en la literatura una variedad de documentos, en los cuales, se detecta una alta dificultad al momento de consensuar una sola acepción de inteligencia. Ésta se comprendió, inicialmente como un componente netamente biológico, establecido y que poco varía; *“En un principio la inteligencia se consideró como algo más bien biológico, hereditario, que estaba dentro de la mente del individuo y que podía medirse; en otras palabras, como un atributo unitario situado en la cabeza de los individuos”* (Gardner, Kornhaber y Krechevsky, 1993, citados por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 19).

Una visión básica e incompleta sobre lo que es la inteligencia, y que, tras variados estudios, con el correr de los años, ha podido ser modificada, aunque, aún no se encuentra integrada en la conciencia colectiva la noción de una inteligencia completa que incluya la totalidad del ser humano, en todas sus aristas.

*“Las definiciones comunes y tradicionales de inteligencia han incluido conceptos y actividades tales como la capacidad de aprender, de adaptarse a situaciones nuevas, de representar y manipular símbolos, y de resolver problemas”* (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 22). Mientras que las definiciones más rupturistas de la época, la describen como *“las características cognitivas internas relativas a las diferencias individuales en el rendimiento, para la resolución de problemas”* (Mayer, 1983, citado por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 22). Estas concepciones de inteligencia, tanto la tradicional como las innovadoras de la época, definen una visión de habilidades y capacidades, las que parecieran ser entrenables y fácilmente medibles.

Se pueden clasificar las definiciones en dos grandes grupos; *“El primer grupo estaría formado por los investigadores que consideran a la inteligencia como un proceso computacional.”* (Marina, 1993, citado por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 22). Comprendiendo capacidades como la capacidad de manipular símbolos, procesar información y resolver problemas, continúa *“El segundo grupo estaría formado por los autores que consideran a la inteligencia como una actividad dirigida a un fin”* (Marina, 1993, citado por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 22). Este grupo está guiado por la siguiente definición de inteligencia; *“capacidad global del individuo para actuar de forma positiva e intencional, para enfrentarse eficazmente con su medio”* (Marina citando a Weschler, citados por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 23). Esta noción implica habilidades no solo lógico-matemáticas, como lo conciben las definiciones tradicionales, sino que, también incluye habilidades blandas, otorgándole a estas la connotación de ser útiles para la vida en general.

Así Marina termina por describir dos tipos de visión para la definición del concepto a nivel histórico, no obstante, para ella *“la gran tarea de la inteligencia es la creación de la*

*propia subjetividad y del mundo que le acompaña.”* (Marina, citado por Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 23).

### ***2.2.1.2 Evolución del concepto de inteligencia.***

En la actualidad se busca re conceptualizar el término “inteligencia”, indagando hacia una visión que permita evaluar e intervenir en todos los aspectos que inciden, de forma directa o indirecta, en las personas, creando así una noción del concepto que abarca también la parte afectiva del ser humano.

De este modo, comienzan a desarrollarse teorías nuevas sobre inteligencia, muchas de las cuales explican el concepto desde una perspectiva nueva, en la cual, la inteligencia se convierte en una herramienta para diversos aspectos de la vida.

Es así como lo propone Gardner en su estudio de Inteligencias Múltiples (1983), dentro del cual se proponen distintos tipos de inteligencia, un número desconocido de ellas y que en su conjunto conformarían las capacidades de una persona, *“el objetivo de su trabajo se dirige hacia el establecimiento de una inteligencia que abarque todas las culturas”* (Molero, Saiz y Esteban, 1998, pág. 24). De este modo, establece un paradigma inclusivo, en el cual, no solo se abarcan las capacidades necesarias en las sociedades occidentales, sino que, se busca una concepción de inteligencia aplicable a cada cultura, y que esta sea útil para todas ellas. Estas capacidades son agrupadas en siete capacidades básicas. La inteligencia Lingüística, la inteligencia musical, la inteligencia lógico-matemática, inteligencia espacial inteligencia corporal kinestésica, inteligencia intrapersonal e inteligencia interpersonal.

La inteligencia lingüística *“es la capacidad involucrada en el lenguaje hablado y escrito, implica, ante todo, poseer unos conocimientos semánticos y sintácticos adecuados. Pero también cierta sensibilidad a las connotaciones lingüísticas, a los usos del lenguaje, a su sonoridad, etc.”* (Mora y Martín, 2007, pág. 73). Así esta inteligencia se manifiesta, por ejemplo, en personas que les gusta redactar historias, leer, y que aprenden con facilidad otros idiomas.

La inteligencia musical es la capacidad de entender los elementos de lo musical; *“Los sonidos se emiten en una determinada frecuencia auditiva y son agrupados de acuerdo con un sistema formal. Hay individuos con una mayor sensibilidad a los tonos y a la forma de conectar estructuras musicales, mientras que otros cuentan con esquemas adquiridos que les facilitan el acceso a las composiciones musicales”* (Mora y Martín, 2007, pág. 73). Las personas en las que se observa esta inteligencia, se sienten atraídos por todo tipo de sonidos, naturales, musicales, entre otros, suelen seguir el ritmo con los pies o las manos y tienen facilidades para tocar instrumentos musicales.

Por su lado, la inteligencia lógico-matemática *“permite formar y descifrar patrones a partir de conjuntos de objetos que guardan alguna relación numérica. Los individuos con inteligencia lógico-matemática destacan por su capacidad de abstracción, por su habilidad para el cálculo o por ambas cosas.”* (Mora y Martín, 2007, pág. 73). Es entonces, la capacidad de utilizar los números y su manejo, las relaciones y patrones lógicos, así como, también otras abstracciones de esa índole.

La inteligencia espacial es la capacidad de apreciar la imagen visual y espacial, de representar gráficamente las ideas y de sensibilizar el color, las formas, las figuras, el espacio y sus interrelaciones. *“se compone de capacidades que permiten, básicamente: a) percibir con precisión los distintos aspectos del espacio visual, b) llevar a cabo modificaciones de las propias percepciones visuales y c) crear experiencias visuales, incluso sin contar con estímulos físicos de apoyo.”* (Mora y Martín, 2007, pág. 74). Se encuentra en personas que se les facilita estudiar con gráficos y esquemas que permitan visualizar las materias, por ende, son personas que suelen realizar mapas conceptuales, planos, entre otros.

La Inteligencia física-cinestésica corresponde a la habilidad de usar el propio cuerpo para expresarse, empleando la coordinación, equilibrio, fuerza, flexibilidad y velocidad, así como la propiocepción: *“se compone de dos capacidades fundamentales: a) el control de los propios movimientos corporales y b) la habilidad para manejar objetos.”* (Mora y Martín, 2007, pág. 74) Es por esto que, los sujetos que desarrollan esta habilidad se destacan en actividades deportivas, expresivas y artísticas, continúa *“Al mismo tiempo, destacan en la*

*destreza necesaria para manipular objetos con eficacia, teniendo un buen control sobre su motricidad fina y gruesa.*” (Mora y Martín, 2007, pág. 74) permitiendo un alto desempeño en todas las tareas que impliquen coordinación, percepción del propio cuerpo en el espacio, entre otros.

La Inteligencia interpersonal es capacidad para entender a las otras personas, qué les motiva, cómo trabajar con ellos de forma cooperativa. Está *“orientada a detectar estados anímicos, motivaciones o intereses en los demás”* (Mora y Martín, 2007, pág. 74). Es por esto que, las personas que presentan esta inteligencia son capaces de distinguir los estados emocionales y responder de manera efectiva y de forma práctica ante éstos. Continúa: *“Sobre el conocimiento que proporciona la inteligencia interpersonal, es posible ejercer cierta influencia sobre los que nos rodean, alterando sus sentimientos, motivos o intereses.”* (Mora y Martín, 2007, pág. 74). Estas personas disfrutan del trabajo en equipo, son convincentes al momento de exponer ideas y entienden a sus colegas o compañeros.

La Inteligencia intrapersonal es la capacidad de introspección y conocimiento de uno mismo, por ende, de actuar en consecuencia a éste; *“es la que permite el acceso a la vida interna, posibilitando la discriminación entre sentimientos, emociones y otras vivencias subjetivas... Las personas con inteligencia intrasubjetiva perciben con mayor claridad sus estados internos, lo que les permite comprender y guiar mejor sus propias conductas.”* (Mora y Martín, 2007, pág. 74) Las personas que demuestran esta inteligencia, poseen una autoimagen acertada y son capaces de autodisciplinarse, reconocen los propios sentimientos y emociones.

Estas dos últimas inteligencias mencionadas, son las que en 1990 fueron denominadas por Mayer y Salovey como “Inteligencia Emocional” y que, posteriormente Goleman estudió y difundió a través de su trabajo *“La Inteligencia Emocional”*.

### **2.2.2 La inteligencia emocional.**

Como se ha mencionado anteriormente, el concepto de inteligencia ha ido transformándose a través de los años, por medio de los estudios e investigaciones al respecto. En este contexto de necesidad de comprensión del ser humano en su totalidad y del

cuestionamiento sobre cuáles son los factores que determinan su éxito, es que surge la inteligencia emocional.

### ***2.2.2.1 Evolución del concepto inteligencia emocional.***

El primer acercamiento al concepto, de forma primitiva, es la de Thorndike en 1920 sobre la Inteligencia Social *“es la habilidad de comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas”* (Thorndike, 1920, citado por Oscar González, 2010, pág. 107). Este concepto es el precursor de lo que se conoce hoy como Inteligencia Emocional, constituyendo además una de las primeras visiones de una inteligencia que comprende no solo el CI.

Por otro lado, para autores como Cooper y Sawaf la inteligencia emocional es *“la aptitud para captar, entender y aplicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones en tanto que fuente de energía humana, información, relaciones e influencia”* (Cooper y Sawaf, 1997, citados por García-Fernández y Giménez-Mas, 2010, pág. 45) mirando así, una definición amplia que le otorga importancia vital al concepto.

Salovey y Mayer en 1990 fueron quienes concibieron por primera vez el concepto como tal, el que posteriormente, fue tomado y desarrollado a profundidad, por el psicólogo y escritor Daniel Goleman en su obra *“La Inteligencia Emocional”*. Esta visión, toma inicialmente las inteligencias inter-personal e intra-personal de Gardner, para convertirlas en una sola; la Inteligencia Emocional, la que será clave para el desarrollo humano durante la vida de la persona, para su felicidad y su éxito; *“La habilidad para manejar los sentimientos y emociones propios y de los demás, de discriminar entre ellos y de utilizar esta información para guiar el pensamiento y la acción -pensamiento y comportamiento- de uno mismo y la de los demás”*. (Salovey y Mayer, 1990, citados por Díaz Medina y Jhon Alexander, 2015, pág. 19)

Para Hein, Salovey y Mayer son *“los que más se identificaron con el desarrollo y concepto de inteligencia emocional como una verdadera inteligencia.”* (Hein, 1999, citado por Díaz Medina y Jhon Alexander, 2015, pág. 19), otorgándoles relevancia a los autores, ya que, es debido a ellos que se han logrado tantos avances en el medio.

Bar-On, por su lado, describe la inteligencia emocional como “*un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar aspectos del medio ambiente*” (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010, pág. 45) aislando así, completamente el concepto del ámbito cerebral, y contraponiéndose a concepciones como la de Goleman, ya que, este último considera la inteligencia emocional en un modelo que acepta los componentes cognitivos y no cognitivos de la inteligencia.

Autores como Martineaud y Elgehart, la definen como “*capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas, y mantenernos a la escucha del otro*” (Martineaud y Elgehart, 1996, citados por García-Fernández y Giménez-Mas, 2010, pág. 45). Esto implicaría siete capacidades y habilidades distintas que conforman la Inteligencia Emocional, las que, al igual que en otras definiciones, permiten un buen desempeño en distintos ámbitos de la vida, y principalmente en el aspecto de relaciones inter-personales.

Sin importar la definición, se aprecia la importancia e influencia que puede tener el mismo en la vida del ser humano, ya que, es esta habilidad la que le permitiría a una persona el lograr sentirse conforme y feliz con su vida y sus acciones, por lo tanto, se transformaría en un ítem de suma importancia la educación de estas habilidades desde la infancia temprana hasta la adultez, para ser aplicada en distintos aspectos de la vida.

Finalmente, Daniel Goleman, tomando la información de las inteligencias múltiples de Gardner y el concepto creado por Salovey y Mayer, de Inteligencia Emocional, desarrolla su propia teoría al respecto, detallando todos los aspectos en que afectaría la misma, con ejemplos de la vida cotidiana.

Uno de las aristas importantes de mencionar de esta teoría, es que “*defiende la idea de que el cerebro emocional es anterior al cerebro racional, pero reivindica las relaciones entre lo cognitivo y lo emocional, existiendo en primer lugar lo emocional*” (Gallego, 2004, citado por Jhon Díaz Medina, 2015, pág. 21), clarificando así, de forma específica, la importancia de esta inteligencia. Su teoría es probablemente una de las más completas, en cuanto a

descripción, y ejemplificación, permitiéndole a cualquier persona comprender cada componente de ésta y cómo se expresa.

Si se analizan detalladamente las habilidades descritas en las teorías de Gardner, Salovey o Goleman y que componen la Inteligencia Emocional, se pueden establecer como un solo proceso en cadena, el cual, permite manejar las situaciones y las emociones a favor de quien las siente, así, quien obtenga un mayor puntaje en los tests que evalúan estas habilidades, tendría mayor Inteligencia Emocional y, por ende, sería capaz de utilizar las emociones y manejar las situaciones mediante estas, permitiendo el éxito y la realización personal.

### **2.2.3 La gimnasia rítmica.**

#### ***2.2.3.1 Historia de la gimnasia rítmica deportiva.***

La Gimnasia Rítmica Deportiva es una disciplina cuyos inicios más claros datan desde finales del siglo 19 y principios del siglo 20. Según la FIG (Federación Internacional de Gimnasia) está basada en la visión de Jean-Georges Noverre y Francois Delsarte; “*La Gimnasia Rítmica no sería el deporte que es hoy sin Jean-Georges Noverre (1727-1810), reconocido como fundador del ballet clásico, quién desarrolló el concepto del cuerpo humano como un vector de expresión o François A. Delsarte (1811-1871), una figura seminal en el desarrollo de la danza moderna.*” (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261)) Ellos dos, son entonces, los precursores iniciales de este deporte, ya que, sin ellos no podría haber nacido, continúa “*La idea de Delsarte fue que los gestos físicos tenían una dimensión espiritual, y sus ideas en movimiento y estética armonizan con los inicios rudimentarios de la Gimnasia Rítmica*” (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261)). Así, esta disciplina utiliza la danza, para desarrollar la expresión estética y la gracia del ser humano.

El deporte fue mutando, adquiriendo distintas formas a través de la música y las expresiones artísticas. No fue hasta la aparición de la bailarina Isadora Duncan, quien se rebeló en contra del dogma establecido del ballet clásico, trayendo un cambio radical en el cómo el arte y el deporte intervendría en la Gimnasia Rítmica; “*Duncan quebró todos los*

*tabúes, dando la correspondiente importancia al movimiento natural, la belleza y la libertad de expresión*” (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261)), ella es la madre de lo que es la danza moderna y contemporánea como la conocemos hoy.

La Gimnasia Rítmica como disciplina deportiva se comenzó a practicar alrededor de los años 20' en la URSS; *“Las teorías de Dalcroza fundaron una audiencia preparada en la recién establecida Unión Soviética. El Instituto de Cultura Física de Moscú incluso fundó un departamento de “Eurhythmics”*” (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261)). Es desde entonces que, el desarrollo de esta disciplina se dispara exponencialmente al paso de los años.

Ya hacia 1946, este se transformó en un deporte del todo; *“esta actividad se convirtió en un deporte en su propio derecho, practicado exclusivamente por mujeres y conocido como Khudozhestvennaya Gimnastika, o Gimnasia Rítmica Deportiva”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261)). Esparciéndose y practicándose de forma creciente desde entonces.

No obstante, este deporte era principalmente practicado en la Unión Soviética, teniendo que esperar hasta finales de la década de los 50' para recibir reconocimiento real a nivel mundial, lo que fue logrado gracias a dos miembros femeninos de la Federación Internacional de Gimnasia; Andreina Gotta y Berthe Villancher; *“fue por medio del persuasivo comité y la dedicación de dos mujeres de la FIG Andreina Gotta (ITA) y Berthe Villancher(FRA) que la disciplina se convirtió en la misma en 1961. Después de la Gimnasia artística Masculina y Femenina, la Rítmica se convirtió en la tercera disciplina competitiva de la FIG”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423)). De este modo, finalmente, la rítmica comienza a ser mundialmente practicada y conocida.

La primera Competencia Mundial en Individuales de este deporte se desarrolló en Budapest, en 1963, dejando como primera campeona mundial de Gimnasia Rítmica a Ludmila Savinkova, de Rusia; *“con la participación de veintiocho gimnastas de diez países europeos. El título de primera Campeona Mundial fue entregado a Ludmina Savinkova, de Rusia.”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423))

Así mismo, la primera Competencia Mundial de Conjuntos, se desarrolló en el año 1967 en Dinamarca y el primer Campeonato Europeo de conjuntos en Madrid, en el año 1978. Ese mismo año la Sra. Gotta escribió: *“este deporte ha conquistado fronteras mundiales, obteniendo admiración e interés. Nuestra última aspiración es ver la Gimnasia Rítmica Deportiva admitida dentro de los Juegos Olímpicos”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423)), siendo entonces en 1984, solo seis años después, los primeros Juegos en incluir la gimnasia rítmica como deporte separado de la artística; *“Gimnastas individuales fueron admitidas, no obstante las naciones más importantes del bloque Este boicotearon el evento! Con la excepción de Rumania, ni un solo país europeo del este asistió. El primer título olímpico fue para Lori Fung de Vancouver (Canda)”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423))

Es así como este deporte ha evolucionado desde Gimnasia Moderna, pasando por Deporte Rítmico, hasta llegar a la Gimnasia Rítmica que se conoce hoy. Es un deporte que se encuentra en crecimiento y que cada día adquiere más popularidad, con un público que aumenta en tamaño y en expectativas.

Para más información revisar <http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=261> y <http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=423>

### **2.2.3.2 La competencia.**

La Gimnasia Rítmica se divide en dos modalidades; los Individuales y los Conjuntos o grupos, *“La Rítmica incluye cinco aparatos: cuerda, aro, balón, clavav y cinta. No obstante, solo cuatro de estos son utilizados en un ciclo competitivo de dos años. En la competencia, las gimnastas de individual presentan cuatro ejercicios correspondientes a los cuatro implementos autorizados. Los conjuntos presentan dos ejercicios: el primero con cinco aparatos idénticos y el segundo con dos diferentes implementos-- tres gimnastas con un implemento y dos gimnastas con otro”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=424](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=424)). A este último conjunto, con diferentes objetos se le llama comúnmente conjunto “mixto” y siempre se compone de tres implementos de un tipo y dos de otro, por ejemplo, tres aros y dos cintas.

En cuanto al desarrollo de los ejercicios *“Con la euritmia en mente, los ejercicios se realizan siempre con música en un tapete de 13x13m. La duración de un ejercicio de individual puede variar entre 1.15’ y 1.30’, mientras que los ejercicios de conjunto van desde los 2.15’ a los 2.30’”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=429](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=429)). Además, se permiten canciones con acompañamiento vocal *“bajo la condición de que la voz sea utilizada como instrumento (sin palabras)”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=429](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=429)). No obstante, en los últimos códigos de puntuación, se admiten canciones con palabras en dos de los cuatro ejercicios de individual y en uno de los dos ejercicios de conjunto.

La evaluación y puntuación de los ejercicios se divide en dos; un puntaje de dificultad, en el cual se pondera lo que hace la gimnasta, y un puntaje de ejecución, en el cual se evalúa el cómo lo hace. *“Cada Jurado (de individual y de conjunto) consiste de dos grupos de jueces: el panel D, quienes evalúan la dificultad, y el panel E, que evalúa ejecución. El panel de jueces de Dificultad consiste de cuatro jueces divididos en dos sub-grupos. El panel de jueces de Ejecución tiene seis jueces divididos en dos subgrupos”* (FIG; [www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=424](http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=424)). Así, la suma de los puntajes obtenidos por estos jueces, darán un resultado el cual compondrá el puntaje total obtenido. Cabe mencionar dentro de esto que en la última actualización del Código de Puntuación, no hay límite en el puntaje de Dificultad, no así en el de ejecución que llega a un máximo de 10,000 puntos, por lo cual, una gimnasta actualmente podría obtener un puntaje mayor a 20,000 si su puntaje de dificultad lo permite, y su puntaje de ejecución es perfecto.

El código de evaluación va variando en cada ciclo olímpico (cuatro años), agregando normas, quitando otras y mejorando la competencia tanto para gimnastas como para entrenadoras y juezas. De esta forma, se mantienen los estándares de exigencia, sobre todo cuando existen gimnastas que se están acercando demasiado al puntaje máximo.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Para más información revisar el Código de Puntuación de Gimnasia Rítmica: *“RG CoP 2017-2020 updated with Changes & Errata Dec. 2017 valid from 01.02.2018”* descargable en <http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/rg>

### ***2.2.3.3 La competencia en Chile.***

Hoy en día, en Chile se realizan diversas competencias a nivel local, nacional e internacional, cada una de las cuales exige ciertos requisitos a las gimnastas para participar, manteniendo siempre la base principal del código de evaluación y puntuación de la FIG.

A nivel general, las categorías se dividen tanto por nivel deportivo de la gimnasta, como por edades, para el año 2018 se divide por edades: “*Age group: AC2 (año de nacimiento 2009-2008), AC3 (año de nacimiento 2007-2006), AC4 (año de nacimiento 2005-2004). FIG: Junior (año de nacimiento 2005-2004-2003), Senior (2002 y años anteriores)*” (Confederación Sudamericana de Gimnasia, 2017, pág. 1) Así las gimnastas compiten con chicas de su misma edad, evitando una gran diferencia entre los niveles de las gimnastas.

Se especifica también que “*Las gimnastas que hayan participado en el CAMPEONATO SUDAMERICANO DE GIMNASIA RITMICA GUAYAQUIL 2017, en la categoría AC4, deben presentar el programa JUNIOR FIG en el 2018.*” (Confederación Sudamericana de Gimnasia, 2017, pág. 1). Es decir, las gimnastas que han participado en este alto nivel de competencia, deben ascender desde el AC4, al Junior, categorías que comparten años de nacimiento y, por tanto, edades.

De este modo, al año 2017, en el que se estudiaron los resultados, se distribuye de la siguiente manera: Age group: AC2 (año nacimiento 2007-2008), AC3 (año nacimiento 2006-2005), AC4 (año nacimiento 2004-2003), FIG: Junior (año nacimiento 2004, 2003, 2002), Senior (año de nacimiento 2001 y anteriores).

De este mismo modo, las gimnastas se suelen dividir por nivel de desarrollo en el deporte, y van avanzando por rendimiento: a modo general las gimnastas de menor nivel se encuentran en la categoría C, aquí es donde comienzan todas, por lo cual, tiene el carácter de iniciación, las gimnastas de mediano nivel se sitúan en la categoría B, que es el nivel en el cual se realizará el estudio, un poco más arriba se encuentran las gimnastas categoría A y finalmente las gimnastas con mayor nivel se denominan Elite. Estas últimas son las que optan a representar al país en las competencias de alto nivel internacional. No obstante, cada

organismo es dueño de dividir a sus niñas según su propio juicio, por lo cual no en todas las competencias existe, por ejemplo, la categoría C, entre otras diferencias al respecto.

#### ***2.2.3.4 Del club Stella, La Florida.***

Este estudio se centrará en las gimnastas de categoría B Pre-infantil, Infantil y Juvenil del Club Stella La Florida, que cuenta con tres entrenadoras, de las cuales dos serán evaluadas mediante un instrumento de observación creado especialmente para esta investigación, y un instrumento de medición de la inteligencia emocional; Giovanna Cucoch-Petraello y Jeannette Contreras.

El club, se caracteriza por no tener fines de lucro, y según destacan en su página web su objetivo es “*acercar el deporte a niñas desde los 4 años, de distintos estratos socio-económicos.*” ([www.clubstella.cl/home](http://www.clubstella.cl/home)). Cabe mencionar que es un club enfocado al alto rendimiento y está bajo el alero de la municipalidad de la Florida, por lo cual, funciona en espacios de carácter públicos.

*“El Club Stella se inicia a fines del año 2012, cuando un grupo de siete gimnastas, sus padres y la entrenadora Jeannette Contreras Kohler, se propusieron sacar adelante la iniciativa de crear un espacio para la práctica deportiva de la hermosa disciplina de la Gimnasia Rítmica. Sin mayores recursos, comenzamos a golpear puertas recorriendo muchos lugares en busca de un espacio donde nuestras niñas pudieran entrenar. Así llegamos a la Corporación de Deportes de la comuna de La Florida”* ([www.clubstella.cl/home](http://www.clubstella.cl/home)). Así el club desde 2013 obtiene el apoyo de la Corporación de Deportes de La Florida, permitiéndoles la representación de la comuna en distintos campeonatos a nivel nacional, federado, entre otros.

Club Stella La Florida busca los valores de “*responsabilidad, compañerismo, disciplina, perseverancia, honestidad y transparencia, enseñar los elementos técnicos, corporales e implementos necesarios para el desarrollo de la gimnasia rítmica, programar entrenamientos periódicos que conforman el ciclo anual para la preparación física, período pre-competitivo y competitivo, y preparar gimnastas integrales para lograr un buen desempeño competitivo a nivel de clubes, regional y nacional.*” ([www.clubstella.cl/home](http://www.clubstella.cl/home))<sup>2</sup>

2 Para más información revisar <http://www.clubstella.cl/>

## **2.2.4 La psicología deportiva.**

En la literatura existen variados estudios sobre la inteligencia emocional de los deportistas, sobre el cómo afecta la misma en su rendimiento y sobre la importancia de la educación de las emociones para obtener satisfacción a nivel personal y a nivel profesional.

Muy poco se habla sobre la inteligencia emocional en entrenadores y en cómo afectaría esto a sus atletas, lo cual, ha dificultado la investigación en cuanto al sustento teórico de esta. No obstante, se ha encontrado literatura sobre las características de los entrenadores, cuál es su rol y cuáles son las competencias que facilitarían o dificultarían su trabajo con los deportistas.

### ***2.2.4.1 El rol del entrenador.***

En el contexto del rol que debe asumir el entrenador, se revisó literatura recopilativa sobre estudios al respecto, para primero comprender las distintas aristas del trabajo del mismo, y así luego poder analizar cuáles son los factores que inciden en el resultado de los entrenamientos.

*“Los primeros estudios que exploran el rol del entrenador, se encuentra el realizado por Ogilvie y Tutko (1966), quienes analizaron algunas cualidades del rol sobre la óptica de las características de personalidad de los entrenadores”* (García Ucha, 2006, pág. 6). Los estudios de personalidad del entrenador deportivo de alto rendimiento se pueden separar según el enfoque de investigación, en este sentido, queda a la vista que uno de los factores que más pueden incidir en la forma de trabajo de estos, es la formación que tienen y los elementos que estos adquirieron mediante los estudios. Así, las capacidades educativas del entrenador son primordiales y han sido beneficiadas cada vez más a través de estudios e investigaciones en el área pedagógica, del proceso de enseñanza-aprendizaje, y de la educación física como tal.

Las primeras iniciativas de perfeccionamiento de los programas de educación en el entrenamiento aparecen en Inglaterra, donde durante los años 70', se desarrollaron esquemas de entrenamiento en 30 deportes; *“Las primeras iniciativas de perfeccionamiento de los programas de educación en el entrenamiento aparecen en Inglaterra, donde durante los años 60', se desarrollaron esquemas de entrenamiento en 30 deportes”* (Broom, 1990, citado por

Dougue y Hastie, citados por María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 19) Con estas iniciativas se genera el pensamiento de cuidado al aplicar las investigaciones de pedagogía al ámbito deportivo, ya que, *“entre otras variables, el contexto o ambiente próximo en el que se desenvuelve el entrenador, las características de las tareas que realiza y las peculiaridades del deporte, marcan unas diferencias que hay que tener en cuenta”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 19), esto define algunas diferencias, por lo cual, no toda la información se puede aplicar de igual manera en distintos contextos, por lo que, es de suma importancia tener en cuenta las diferencias del ambiente.

Posteriormente Reider (1982) plantea que los programas de entrenamiento deben basarse en dos áreas fundamentales; *“Por un lado, estarían los componentes relacionados con las destrezas, las técnicas y las estrategias del deporte; por otro los módulos de estudio de la Ciencia del Deporte.”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 19). Sugiere así que, en todas las carreras relacionadas con este rubro, debía incluirse una unidad dedicada a la práctica de las estrategias de instrucción.

Mandeville y Rivers, por otro lado, en 1989, proponen que *“las destrezas más decisivas en el proceso de educación del entrenamiento son la capacidad de diagnóstico, la pericia en la comunicación y la habilidad de proporcionar alternativas.”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 20) Acotando a tres acciones concretas, la capacidad de trabajo del entrenador deportivo.

En el ámbito del entrenamiento, autores como Rushall (1977), Smith, Simoll y Curtis (1979), Larcy y Darst (1985), Crossman (1985), y Franks, Johnson y Sinclair (1988), a través de los diferentes sistemas de observación sistemática, han *“identificado las estrategias más efectivas que deberían ser utilizadas por el entrenador en el proceso de instrucción. Entre estas variables se incluyen: a) Proporcionar, frecuentemente, feedback e incorporar numerosas sugerencias y actividades. b) Proporcionar altos niveles de corrección y reinstrucción c) Estimular con numerosas preguntas y aclaraciones d) Comprometerse, ante todo, con la instrucción. e) Incidir en el ambiente para conseguir un orden considerable.”*

(María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 19) Así entonces, se establecen algunas de las primeras características que deberían tener los entrenadores.

En 1995, con Salmela y Bloom, y Salmela y Schinke, nace el concepto de “mentor”; *“un profesor que enseña no solo la técnica y la táctica, sino que propone retos a los entrenadores en formación para que entiendan los entresijos del entrenamiento, que comunica de forma clara y comprensible, que estimula el aprendizaje de los aspectos que intervienen en los programas de entrenamiento, y como consejero, comparte sus conocimientos con ellos para que mejoren las habilidades y destrezas de enseñanza”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, págs. 20 y 21). Son entonces los mentores entrenadores/profesores expertos y especializados, que guían a colegas para mejorar en el ámbito de la enseñanza de las disciplinas.

En cuanto a la eficacia del entrenador, éste debe *“prever y actuar en consecuencia, basándose en la en la complejidad de los factores que intervienen en el entrenamiento”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 23). Estas necesidades pueden constar de expectativas, necesidades emocionales, necesidades físicas, entre otras.

Uno de los factores determinantes de la eficacia del entrenamiento, es la capacidad de liderazgo del entrenador. Éste puede ser definido como *“el proceso conductual de influencia entre individuos y grupos en el logro de sus objetivos”* (Barrow, 1977, pág. 232). Este factor, a nivel deportivo, incluye según Weinberg y Gould (1996), *“procesos de toma de decisiones, técnicas motivacionales, provisión de feedback, establecimiento de relaciones interpersonales y seguridad en la dirección del grupo o equipo.”* (Weinberg y Gould, 1996, citados por María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 23). De este modo, el liderazgo pareciera ser un componente clave del carácter y personalidad del entrenador para hacer eficiente su trabajo.

Para Dougue y Hastie, además del liderazgo, *“Otros de los factores que se han utilizado para evaluar la eficacia del entrenamiento son el auto-análisis y reflexión, la aplicación inteligente de instrumentos de observación sistemática y el estudio informante y análisis de contenido”* (Dougue y Hastie, 1993, citados por María del Carmen Pérez Ramírez,

2002, pág. 25). Estas habilidades se relacionan más con la capacidad mental y de reflexión del entrenador que con capacidades directivas o formas de entrenamiento en sí.

En cuanto a la personalidad del entrenador, Tutko y Richards, en 1984 proponen, en su trabajo “Psicología del Entrenamiento Deportivo”, tres premisas para proporcionar *“una base en la clasificación de la personalidad que se deben tener en cuenta cuando se considera la relación con los deportistas: “El entrenador tiene características de personalidad predominantes”* (Tutko y Richards, 1984, citados por María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 31) indicando que son de carácter fuerte; *“La personalidad del entrenador puede moldear la de las personas con las que trabaja. La posibilidad es mayor cuanto más joven es el deportista, a medida que madura, se dan menos posibilidades.”* (Tutko y Richards, 1984, citados por María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 31) enfatizando la edad ideal de trabajo para con sus deportistas, y; *“La personalidad del entrenador afecta a la filosofía del deporte y, a su vez, se refleja en el equipo que produce”* (Tutko y Richards, 1984, citados por María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 31) poniendo al entrenador como guía no solo en el deporte, sino que en los aspectos psicológicos y emocionales que puede generar en sus atletas.

A partir de estas ideas, plantean, además, con el fin de demostrar que la personalidad del entrenador influye en las respuestas de los atletas *“cinco categorías generales predominantes de entrenador: el autoritario o duro, afable, constructor, poco formalista y metódico.”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 31) Cabe mencionar que, en su teoría no existe un entrenador ideal, ni uno que sea completamente eficiente en su trabajo, ya que, *“el éxito depende de varios factores como pueden ser: talento, técnica, circunstancias, personalidad y carácter del equipo y, con frecuencia, nada más que la suerte”* (María del Carmen Pérez Ramírez, 2002, pág. 31). Es entonces su trabajo parte de una guía y no un método exacto de desarrollo de entrenadores que pueda asegurar el éxito.

Por ejemplo Pérez Ramírez, en el año 2002, realiza un estudio cualitativo con 5 entrenadores de fútbol, 3 de tenis y 3 de atletismo que trabajan en España en tres contextos diferentes acerca de la trayectoria profesional, identidad y conocimiento y encontró que *“las*

*características principales de esos entrenadores eran: pragmatismo, tenacidad y constancia, capacidad de convencer; apasionamiento y apertura a la creatividad, dialéctica y defensa del deporte espectáculo, realismo y honestidad, convencimiento y disciplinado, flexibilidad y capacidad de adaptación, afición y vocación, profesionalidad, crítica e innovación, y profesionalidad, motivación e ilusión.”* (García Ucha, 2006, pág. 8). Ramírez habla entonces de la personalidad del entrenador, de cualidades que se adquieren durante la vida y que son propias de una persona, que, si bien son trabajables y adquiribles, no corresponden a conocimientos adquiribles mediante un sistema educativo tradicional.

Por otro lado, LeUnes y Nation en 1993, estudiaron los aspectos positivos y negativos de la labor de los entrenadores. *“Para ellos se describen como más importantes: \*La satisfacción por el éxito, \*Considerarse expertos y confrontarse con periodistas, fanáticos, padres, deportistas quienes cuestionan como si fueran peritos las decisiones del entrenador, \*La falta de seguridad. Así, el perder un campeonato, se convierte en motivo de cuestionamiento de sus capacidades, \*Su vida familiar. El trabajo excesivo, la atención a muchos factores y el horario de competencias afectan la presencia del entrenador en el hogar; lo que acarrea con frecuencia dificultades en las relaciones con su familia, y \*Carrera terminal. No llegan a retirarse a una edad avanzada. Ser entrenador se considera que es una tarea de hombres jóvenes.”* (García Ucha, 2006, pág. 10 y 11) De este modo, se ponen en evidencia las circunstancias en las que deben vivir y trabajar los entrenadores de alto rendimiento, las cuales, no siempre son favorables, siendo absolutamente necesario tener un desarrollo adecuado del control de las emociones y de manejo de situaciones para no perder los estribos.

Así también un estudio realizado en 1995, por Frester, con 120 deportistas de alto rendimiento de 8 diferentes deportes, investigando los problemas que puede tener consecuencias en el proceso de comunicación, permitiendo así conocer *“diferentes dificultades que pueden tener los entrenadores en sus habilidades como comunicadores; flujo unilateral de información, inventario diferenciado de señales, concepciones incongruentes, demasiado instructivo, poco comprensivo y transformación insuficiente de la información.”* (García Ucha, 2006, pág 15 y 16).

De este modo, se determinó que el 70% de los conflictos entre entrenadores y deportistas se relacionan a: *“las incorrecciones y carencias de la comunicación: \*Incapacidad para comprender a los deportistas, \*Establecer preferencias por unos u otros deportistas, \*Rechazo encubierto de algunas o más características particulares rechazo que aflora en situaciones de gran estrés o de gran carga emocional,”* (García Ucha, 2006, pág. 16) apreciando entonces en estas primeras definiciones los problemas con raíz directa en la concepción del entrenador de sus deportistas, continúa *“\*Establecen generalidades, que tienen su base en estereotipos formados con anterioridad, \*Incapacidad para brindar apoyo emocional, aun cuando no sea recomendable involucrarse en ellos, \*Emitir juicios sobre otros deportistas guiados solo por su experiencia anterior, sin profundizar en las posibles causas, \*Sub-valoración del papel del lenguaje corporal usándolo indiscriminadamente sin preocuparse de la influencia que puedan tener sus gestos, mímicas, posturas, sonidos, tonos de voz en los deportistas, \*Tendencia a ser reacios a lo nuevo, a ser inflexibles cuando se trata de nuevas adquisiciones.”* (García Ucha, 2006, pág. 16) Implanta en esta segunda parte relación a los problemas que abarcan el trato directo hacia los atletas.

Finalmente se establecen, en el estudio de Serpa (1997), citado por Brandao y Valdés (2005), las causas de fracaso de un entrenador, incluyendo; *“temor, indecisión, mala fe, conducta antisocial, falta de humildad, falta de diplomacia, entrenamiento monótono, inconsistencia de actitudes, estilo de dirección inadecuado, no cumplir labores básicas, evadirse de responsabilidades, reacciones desmesuradas, control insuficiente de las personas adheridas a la organización, falta de lealtad para con su staff y con los dirigentes”* (García Ucha, 2006, pág. 17 y 18).

Estas últimas características que pueden llevar al fracaso de un entrenador, se añaden a las definiciones anteriores de insuficiencia en el trato del entrenador hacia el deportista, para efectos del presente estudio. Son todas estas consideradas para la elaboración del instrumento de medición y, por ende, se desarrollan hasta configurar consignas claras que puedan expresar lo definido por los autores mencionados.

## Capítulo 3

### 3.1 Metodología

#### 3.1.1 Tipo de investigación.

El estudio realizado de carácter exploratorio corresponde a un estudio mixto, pues es *“un proceso que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio para responder a un planteamiento de un problema”* (Teddlie y Tashakkori, 2008, pág. 92).

De este modo, la parte cuantitativa del estudio corresponderá a la recolección de datos tanto con el test de Inteligencia Emocional, como con el instrumento de Observación de Entrenadores y los registros de rendimiento de las gimnastas. Una vez obtenidos los datos cuantitativos mencionados, se comenzará un trabajo cualitativo, ya que, con el focus group, se habla de habilidades de desarrollo emocional y profesional de las entrenadoras, las cuales, se interpretarán subjetivamente, ya que, son solo observables, orientando así la correlación hacia un método únicamente cualitativo.

#### 3.1.2 Diseño de la investigación.

Para esta investigación se ha seleccionado el diseño No Experimental, *“la investigación no experimental o ex-post-facto es cualquier investigación en la que resulta imposible manipular variables o asignar aleatoriamente a los sujetos o las condiciones”* (Kerlinger, 1979, pág 116), implica entonces la medición de variables y determinar si están o no relacionadas sin manipularlas, en busca de observar el comportamiento y establecer tendencias, estudiando el efecto de una situación y se comparándolo con otras.

A su vez, al ser una investigación no-experimental, dentro de este espectro se selecciona la investigación lineal descriptiva, ya que, durante el estudio se describen los factores y conceptos a estudiar, como lo son la inteligencia emocional, rol del entrenador, entre otros, y además se realizará una descripción de los aspectos de la entrenadora que influyen en los resultados de sus deportistas.

En este caso se describirá el comportamiento de las entrenadoras observadas con el comportamiento esperado según la psicología deportiva y la pedagogía, y relacionará la inteligencia emocional de las entrenadoras con el rendimiento deportivo de las gimnastas.

Este tipo de investigación se seleccionó, puesto que, se busca relacionar las dos variables sin intervenir en ellas, obteniendo así un resultado puro de la situación estudiada en su contexto, y así determinar si efectivamente, en este caso, se cumple con la hipótesis planteada ya que *“en la investigación no experimental estamos más cerca de las variables hipotetizadas como “reales” y tenemos mayor validez externa”* (Kerlinger, 1997). Así, se realizará una descripción de lo observado y se explicará la relación entre el nivel de Inteligencia Emocional de las entrenadoras y el rendimiento deportivo de las deportistas, utilizando el método deductivo.

### **3.1.3 Definición de variables e indicadores.**

El objeto de estudio es la relación de la inteligencia emocional de un entrenador con el rendimiento deportivo de sus atletas, midiendo la inteligencia emocional de las entrenadoras del Club Stella, La Florida mediante el TMMS-24, y analizando su calidad de trabajo a través del instrumento de observación elaborado, de este modo, se recopilarán los datos duros y luego de recoger los resultados de las gimnastas en sus competencias se realizará la relación entre ambas.

Como se ha mencionado con anterioridad en el documento, en esta investigación se definen dos variables; la variable dependiente que corresponde al rendimiento deportivo de las gimnastas y la independiente que corresponde al nivel de inteligencia emocional de las entrenadoras.

La variable dependiente, se determina como tal, ya que, es este el factor que se vería afectado si se modificara la variable independiente, según la hipótesis de trabajo. De este modo, se intenta plantear que el rendimiento deportivo se vería afectado por la inteligencia emocional de sus entrenadoras, implicando así que el trato de los entrenadores hacia sus deportistas influye en sus resultados competitivos. Es por esto también que la variable

independiente es el nivel de inteligencia emocional de las entrenadoras, puesto que, este factor es el influyente en la variable dependiente, y por sí sólo no es capaz de resolver las interrogantes que supone el estudio.

#### **3.1.4 Población y muestra.**

En esta investigación se identificará como población a la totalidad de gimnastas y entrenadoras del Club Stella, La Florida del año 2017, constando así de 35 gimnastas, 3 entrenadoras y una profesora de ballet.

Por su parte, se identificará como muestra a las dos entrenadoras estudiadas del Club Stella, la Florida y a las niñas de las categorías pre-infantil B, infantil B y juvenil B del mismo club.

En este caso, la muestra es no probabilística, es decir, una muestra dirigida, en la que la selección de elementos fue realizada mediante el criterio del investigador. Así se utilizó una muestra de dos entrenadoras y diez gimnastas de tres distintas categorías etarias, de un nivel medio de desarrollo en el deporte.

Las diez gimnastas fueron seleccionadas debido a que la edad en que se encuentran es de entre 9 y 14 años, constando de un grupo etario diverso y que según el cuadro presentado en “El Concepto de Iniciación Deportiva en la Actualidad” se encuentran dentro del grupo etario correcto para las escuelas específicas de iniciación y perfeccionamiento. (Romero Granados citado por González, García, Contreras, Sánchez-Mora, 2007, pág. 17)

En este grupo se podrían observar las distintas influencias de sus entrenadoras en ellas, se seleccionaron las gimnastas de categoría B, ya que, es una categoría de menos estrés competitivo, teniendo como consecuencia un nivel de competencia no tan alto y se pueden estudiar de mejor forma las influencias de sus entrenadoras en ellas, de este modo, tras seleccionar las gimnastas, se aislaron las dos entrenadoras que se ocupan de la creación de sus esquemas y, por ende, que trabajan directamente con ellas en cada parte del proceso.

Cabe mencionar dentro de este contexto, que la muestra inicial se vio ampliada durante el proceso investigativo con el fin de enriquecer el estudio y, abarcar un mayor rango etario, lo

que permite determinar cómo afectan los factores estudiados en niñas más grandes de categoría juvenil.

Las entrenadoras elegidas, además de ser las entrenadoras directas de las deportistas escogidas, son entrenadoras de entre 24 y 53 años, ambas dedicadas en la actualidad al entrenamiento únicamente de Gimnasia Rítmica, con al menos 20 años de trayectoria, ya sea como gimnasta o como entrenadora, lo cual, entrega nociones importantes sobre el cómo se debe entrenar y cuáles son las maneras más óptimas de trabajo, desarrollando de este modo formas propias y lineamientos originales de trabajo, enfatizando lo que consideren importante para el desarrollo y desempeño de las deportistas.

### **3.1.5 Enfoque del trabajo.**

Debido al alto estrés que viven tanto deportistas como entrenadores en su proceso de entrenamiento, es que se complica a veces la convivencia entre ambos, generando malos tratos y prácticas poco pedagógicas en busca de aumentar los resultados a toda costa, sin importar el medio por el cual se obtengan.

El enfoque de esta investigación apunta hacia la mejora en las condiciones de trabajo de los deportistas, especialmente en la gimnasia rítmica y, a través de esto, también mejorar la calidad del trabajo de las entrenadoras, mediante la utilización de la inteligencia emocional como herramienta para entrenamiento deportivo de alto rendimiento, en busca de mantener y elevar los resultados competitivos de las gimnastas.

### **3.1.6 Método de trabajo.**

El trabajo se llevó a cabo en distintas fases. Como primera instancia se realizó la investigación correspondiente sobre el estado investigativo actual de la materia estudiada, junto con esto se realizó marco teórico y marco referencial. Posteriormente se procedió a seleccionar el instrumento de evaluación de Inteligencia Emocional y la confección del instrumento de Observación de Entrenadores, para así, ser aplicados.

El instrumento de observación fue confeccionado a partir del estudio de la literatura sobre pedagogía y psicología deportiva, para luego, ser modificado tras tres observaciones de dos colaboradores, hasta llegar al instrumento final. Se modificaron principalmente las

consignas para obtener claridad, objetividad y fácil comprensión. De esta forma se valida el instrumento al ser confeccionado y modificado a través de su uso externo y práctico en la situación estudiada.

Tras esto se recolectaron los datos de rendimiento en competencias de las gimnastas seleccionadas. Tras esto, y para obtener información sobre cómo piensan las gimnastas que afectan las capacidades emocionales sus entrenadoras en su rendimiento, se realiza un Focus Group, en el cual se les explica brevemente el concepto de inteligencia emocional a las gimnastas, y estas deben opinar sobre cómo sienten que ésta se manifiesta en sus entrenadoras y cómo las afecta a ellas. Se procederá a analizar los datos para determinar la existencia de la relación planteada. Finalmente se concluye en vista de los resultados obtenidos.

### **3.1.7 Instrumentos de recolección de datos.**

En cuanto a los instrumentos de recolección de datos, se utilizarán tres métodos, los cuales se pretende complementar para obtener una información más acabada y confiable.

#### **3.1.7.1 TMMS-24.**

El primer instrumento, es el TMMS-24 o Trait Meta-Mood Scale-24. Esta consiste en una versión reducida del TMMS-48 de Salovey y Mayer, realizada en Malaga por Fernández-Berrocal y Ramos en 2004. La confiabilidad de este test, en comparación con el original, es más alta, ya que, la adaptación del mismo fue realizada con este enfoque; *“Tras esta reducción la escala ha visto aumentada su fiabilidad en todos sus factores. Además, los ítems negativos de la escala se re-convirtieron en sentido positivo para una mejor comprensión de su contenido”* (Extremera, Fernández-Berrocal, Mestre y Guil, 2004, pág. 217)

Este instrumento aborda las tres dimensiones de la escala original: Atención, Claridad y Reparación. A los sujetos se les solicita que evalúen el grado en que están de acuerdo con cada ítem en una escala tipo Likert.

El TMMS-24 permite conocer principalmente aspectos del comportamiento de una persona adulta, relativos a la inteligencia intrapersonal, más que la interpersonal, y fue seleccionado, puesto que, es una de las escalas más completas y fiables, además, diferencia

entre hombres y mujeres en la tabulación de resultados, lo que, resulta más exacto al momento de obtener los resultados y analizar los datos.

Las tres dimensiones que evalúa esta escala se definen como: Atención “Soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada”, Claridad “Comprendo bien mis estados de ánimo”, Reparación “Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente. Estos abarcan los distintos componentes de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer, aplicados de forma práctica, siendo así un instrumento muy completo.

Su fiabilidad para cada componente es de 0,90 para Atención, 0,90 para Claridad y 0,86 para Reparación.

En cuanto a su evaluación, lo ítems del 1 al 8 se tabulan para la tabla del criterio de Atención, del 9 al 16 para Claridad, y del 17 al 24 para reparación, cada uno de los cuales, tiene rangos de evaluación sobre los niveles alcanzados por el sujeto en cada aspecto, para situarlo, ya sea dentro de lo normal, bajo lo esperado o sobre lo esperado, así mismo, estos valores son distintos para mujeres y para hombres, lo cual aumenta el grado de confiabilidad del instrumento al momento de aplicarlo (Anexo 1).

El objetivo de utilizar este instrumento es medir los niveles de inteligencia emocional de las entrenadoras, referido principalmente al componente intra-personal de estas, y de este modo, determinar cuál es su estado de avance en esta materia, la cual, podría afectar en el modo de realizar sus clases y entrenamientos.

Para el análisis de los resultados obtenidos, se tomarán los niveles en que se encuentran ambas entrenadoras para los tres aspectos que evalúa el test. De este modo se puede obtener información sobre el carácter de ambas, pudiendo relacionarlo posteriormente con los datos recabados por los demás instrumentos.

### ***3.1.7.2 Instrumento de observación del entrenador deportivo.***

El segundo instrumento de recolección de datos, es una escala de observación de terceros especial para entrenadores, elaborada durante el proceso de investigación, la cual, aborda tres aspectos generales para un entrenamiento; Aspectos Pedagógicos, Aspectos de Psicología Deportiva y Posibles Causas de Fracaso.

Cada uno de estos aspectos tiene distintas consignas, las cuales, en conjunto deberían llevar a determinar si el entrenamiento es efectivamente un buen entrenamiento en cada una de las dimensiones.

El objetivo de la confección de este instrumento es constatar la forma en que las entrenadoras realizan sus clases, y de este modo, obtener una información más completa y acabada sobre las características de estas.

El instrumento se construyó inicialmente mediante el estudio de la literatura sobre pedagogía y psicología deportiva, confeccionando una tabla de cotejo modelo, en la cual, se redactaron consignas, buscando claridad y objetividad, divididas en tres grandes áreas; aspectos pedagógicos, aspectos de psicología deportiva y posibles causas de fracaso.

Las áreas seleccionadas fueron elegidas por el investigador y bajo el criterio del mismo, ya que son considerados de suma importancia para el entrenador; no salir de su rol de pedagogo, y mantener aspectos de psicología deportiva presentes constantemente, para así, optimizar las clases y hacer más efectivos los entrenamientos.

El tercer aspecto fue seleccionado, dentro del marco de la psicología deportiva, ya que, la presencia de estas causas de fracaso, podrían ayudar a esclarecer, en el caso que fuese necesario, el por qué los entrenamientos no son tan provechosos o los ámbitos en los que las entrenadoras podrían mejorar.

Las consignas fueron confeccionadas en un inicio, tomando distintas características del entrenador mencionadas con anterioridad, y formulando frases que pudieran ser claramente entendibles y objetivamente observables. Una de estas consignas iniciales, por ejemplo, fue *“Entrega feedback y correcciones enfatizando los aspectos positivos de la gimnasta.”* la que

finalmente mutó en dos consignas por separado; *“Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.”* y *“Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.”*

El instrumento se utilizará en más de una instancia, por lo cual, los datos de puntuación se utilizarán de modo tal que se pueda establecer cuáles son los aspectos más frecuentes dentro de las entrenadoras, así, se dividirá por áreas para establecer una tendencia y se tomarán las consignas más interesantes para ser analizadas posteriormente.

La puntuación del instrumento va del 0 al 3, donde 0 es *“No se observa”* y 3 *“Se observa constantemente”*.

Las modificaciones a las consignas fueron realizadas en tres instancias mediante el uso del instrumento, con la ayuda de dos colaboradores, quienes se situaron en distintos puntos del gimnasio donde se realizan los entrenamientos, para observar a las entrenadoras, y posteriormente se realizaron feedbacks donde estos indicaban qué características había funcionado, cuales no y qué se había entendido claramente. Así ayudaron a corregir el instrumento en cuanto a objetividad y asertividad de las frases, de este modo, como se mostró en el ejemplo anterior, algunas frases derivaron en dos consignas más concisas y claras, y otras simplemente fueron modificadas en cuanto a la redacción.

La observación se lleva a cabo sin intervenir en las clases, desde distintos lugares del mismo gimnasio y a una distancia en donde se pueda tener conocimiento de lo que dicen las entrenadoras en todo momento. Como se ha mencionado antes, estas observaciones deberán marcar una tendencia de comportamiento, con la que, se determinarán las conductas predominantes de estas entrenadoras, por lo cual, se convierte en algo de suma importancia el mantener siempre la atención hacia que realizan los sujetos observados durante toda la clase, no obstante, el observador no se mueve de su punto para obtener más información, como por ejemplo, en el caso que una entrenadora esté hablando de forma particular con una gimnasta, y se encuentre lejos del punto de observación, ya que, la idea es captar solo lo relevante para la investigación, que en este caso sería que evidentemente la docente se preocupa de la situación de su deportista, y que entrega algún tipo de información de forma particular a la misma.

De este mismo modo, en la explicación del instrumento se especifica que hay frases que hablan de verbalizar o expresar de forma verbal. Esto implica que la consigna solo se cumple cuando la entrenadora dice lo que se está solicitando, y no solamente cuando lo realiza de forma no-verbal, ya que, esto último sería muy subjetivo y más difícil de observar.

Finalmente, el instrumento fue construido para ampliar el espectro de aspectos estudiados de las entrenadoras, puesto que, la inteligencia emocional podría no ser expresada durante el entrenamiento y el proceso enseñanza-aprendizaje, así como en las competencias, entre otras cosas. (Anexo 2)

En relación al análisis de los datos obtenidos por las observaciones, se promediarán los resultados por área (Motivación, Interés, Participación, etc), y se evaluará la relación entre todas las observaciones, de este modo se podrán establecer las conductas más frecuentes de las entrenadoras, pudiendo caracterizarlas y así relacionar esta información con la obtenida con los otros instrumentos para generar un perfil general de comportamiento.

### ***3.1.7.3 Focus Group***

La entrevista será de carácter más bien libre, por lo cual, solo se explicará en lo que consiste la inteligencia emocional y luego se les realizará la pregunta: ¿Cómo creen ustedes que la Inteligencia Emocional de sus entrenadoras influye en su rendimiento en competencias? Se dejará el resto de la conversación abierta para que las gimnastas expresen todo lo que estimen conveniente sobre la temática.

De esta entrevista se rescatarán los datos más relevantes para la investigación, la información más frecuente y en lo que concuerdan la mayoría de las gimnastas entrevistadas. De este modo se obtendrá un perfil de comportamiento de las entrenadoras desde la visión de sus gimnastas, para terminar de englobar el desempeño de las primeras.

# Capítulo 4

## 4.1 Análisis de Datos

### 4.1.1 Test de inteligencia emocional.

El test de inteligencia emocional de Jeannette Contreras, entrenadora principal del Club Stella, arrojó que:

- En las primeras 8 consignas, correspondientes a Atención, obtuvo 23 puntos, situándola en un nivel bajo de atención, implicando que debe mejorar la atención a sus emociones.
- En las consignas de la 9 a la 16, correspondientes a Claridad, obtuvo 40 puntos, situándola en un excelente nivel de claridad.
- En las consignas de la 17 a la 24, correspondientes a Reparación, obtuvo 34 puntos, situándola en un adecuado nivel de Reparación.

En este sentido, se puede inferir que la característica preponderante en cuanto a Inteligencia Emocional de Jeannette, corresponde a la Claridad de sus emociones, implicando que esta entrenadora cree percibir y comprender sus emociones de forma clara, no obstante, no presta mayor atención a éstas, dejándolas de lado muchas veces, pudiendo implicar que no es capaz de expresar sus sentimientos de forma adecuada.

Además, la entrenadora se siente capaz de regular sus estados emocionales de forma correcta, siendo este punto el más importante de los tres, ya que, es esto lo que podría influir principalmente en su forma de realizar las clases.

En cuanto a sus respuestas más destacadas, Jeannette contestó “Nada de Acuerdo” a la consigna n°5: “Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.”. Esta fue la única frase que parece no representar en absoluto el sentir de la entrenadora, al ser esta la única respuesta con puntaje 1.

Así mismo, contestó “Totalmente de Acuerdo” a las consignas de la 9 a la 18 y a la 21. La mayor parte de estas consignas se encuentran dentro del ítem de Claridad (consignas 9 a 16), y se refieren a habilidades de comprensión sobre sus estados emocionales y anímicos; “Frecuentemente puedo definir mis sentimientos”, “Casi siempre sé cómo me siento”, “A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones”, entre otras.

Las tres consignas restantes con puntaje 5, guardan relación con el optimismo y el correcto manejo de las emociones como “Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista”, “Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables” y “Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme”. Esto podría responder a una tendencia a manejar las emociones de manera tal que, no influyan de forma negativa en su trabajo y su desempeño en la vida. (Para revisar las respuestas de Jeannette Contreras, ir a Anexo 3)

Por su parte, el test de inteligencia emocional de Giovanna Cucoch-Petraello, entrenadora asistente y secundaria del Club Stella arrojó que:

- En las primeras 8 consignas, correspondientes a Atención, obtuvo 28 puntos situándola en un nivel adecuado e idóneo de atención.
- En las consignas de la 9 a la 16, correspondientes a Claridad, obtuvo 28 puntos, situándola en un nivel adecuado de Claridad.
- En las consignas de la 17 a la 24, correspondientes a Reparación, obtuvo 31 puntos, situándola en un nivel adecuado de Reparación.

Se puede inferir así, que Giovanna posee un equilibrio en los tres aspectos, significando que cree ser capaz de sentir y expresar sus sentimientos de forma adecuada, comprender bien sus estados emocionales y ser capaz de regular sus estados emocionales correctamente.

Su cualidad más destacada es la Reparación, lo cual, podría implicar, al igual que para Jeannette, un correcto desempeño en cuanto a las clases/entrenamientos, ya que, es esta

habilidad la que permite regular las emociones y no dejarse afectar, por ejemplo, por una situación negativa.

En relación a las respuestas más destacadas, Giovanna contestó “Nada de Acuerdo” a las consignas n°5 “Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos” y n°19 “Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida”. Estas fueron las dos frases que no representan a la entrenadora, siendo estas las únicas con un puntaje de 1.

Del mismo modo, Giovanna estuvo “Totalmente de Acuerdo” con las consignas n°4 “Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estados de ánimo”, n°17 “Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista”, n°21 “Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme”, n°23 “Tengo mucha energía cuando me siento feliz” y n°24 “Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo”.

Se puede apreciar que la mayor parte de estas consignas guardan relación con la reparación, pudiendo inferir que la entrenadora maneja sus emociones para que no afecten en su vida, manteniendo un control de las mismas.

Del mismo modo, vale la pena destacar que Giovanna considera que es importante prestar atención a sus emociones, y además, se siente energética cuando se encuentra feliz, lo cual, podría implicar que solo permite que las emociones positivas influyan en sus actitudes y en su vida en general, por lo que, se podría decir que tiene capacidad de atención a sus emociones suficiente para reconocer por cuales dejarse permear y por cuáles no. (Para revisar las respuestas de Giovanna Cucoch-Petraello, revisar Anexo 4)

#### **4.1.2 Observación del entrenador deportivo.**

En cuanto a los resultados de las observaciones, se analizarán los resultados obtenidos por entrenadora, en las dos instancias evaluadas, relacionando los puntajes por su frecuencia, obteniendo un promedio. Además se utilizará la información de la observación con el instrumento se encontraba sin terminar, ampliando la cantidad de información, pudiendo así entregar un análisis de los distintos momentos observados. (Para revisar resultados de las observaciones ir a Anexos 5 a 8).

En primer lugar se explicará la forma en que se realizaron las observaciones y el cómo se modificó el instrumento:

La primera instancia evaluativa tuvo lugar el día 18 de Diciembre del año 2017, esta observación fue realizada por dos colaboradores, Raimundo Rodríguez y Patricia Epuñan, ambos con conocimientos de pedagogía. Tras esta evaluación se realizó un análisis y una retroalimentación con ambos colaboradores, a fin de hacer las modificaciones necesarias al instrumento para mejorarlo y hacerlo más confiable y eficiente.

La característica principal notada por los observadores, fue la presencia de una entrenadora líder y una entrenadora ayudante, por lo cual el instrumento en este estado no fue suficiente para evaluar a la entrenadora ayudante.

De esta observación, en relación al feedback obtenido, se modificaron las siguientes consignas:

- *“Entrega feedback y correcciones enfatizando los aspectos positivos de la gimnasta”* es separado en dos; *“Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.”* y *“Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.”*
- *“Insta a las gimnastas a buscar, investigar, indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma”* a *“Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma pro-activa y autónoma, durante el mismo entrenamiento (permite la libertad de descubrimiento de elementos del deporte)”*
- *“Detecta las conductas de desmotivación y reacciona de forma adecuada, conversando con la gimnasta y/o su apoderado”* es removida debido a la dificultad de observación durante el entrenamiento.
- *“Acompaña a sus deportistas cognitivamente y metacognitivamente (entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de las gimnastas)”* Este ítem es separado en dos, ya que el paréntesis no necesariamente se condice con la consigna principal; *“Acompaña a sus deportistas*

*cognitiva y metacognitivamente, enfatizando la consciencia corporal, el cómo los ejercicios se proyectan en la utilidad de estos, etc” y “ Entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de las gimnastas”*

- *“Es innovador (propone tareas y metodologías diversas y creativas)”* Esta consigna se modifica a *“Genera variedad en el entrenamiento (propone tareas y metodologías diversas y creativas).”*
- Se agrega el ítem *“Demuestra los ejercicios, ya sea él mismo o con ayuda de un deportista.”*
- Se agrega el ítem *“Se preocupa de la seguridad de los/las deportistas, tanto en la ejecución de ejercicios para evitar lesiones, como en el uso de indumentaria correcta, hidratación, etc.”*
- Para *“Se comunica constantemente con sus deportistas”* y *“ Se comunica constantemente con el staff de trabajo”* se elimina el “constantemente” ya que redundaba con la frase de evaluación.
- *“Construye un ambiente social y psicológico favorable”* Es mejor explicado: *“Construye un ambiente social y psicológico favorable, en el cual los deportistas se desenvuelvan en confianza de sí mismos y con el entrenador”*
- *“Resuelve de manera justa los conflictos y problemas que surgen”* Se modifica la palabra “justa” por “imparcial”.
- *“Es profesional (se comporta de forma ética y comprometida)”* Este ítem es modificado a *“ Es profesional (se comporta de forma comprometida, es puntual, responsable, etc).”*
- Se agrega el ítem *“Mantiene la ética profesional siempre”*.
- Por último se modifica la escala de evaluación a una desde el 0 al 3, donde 0 es *“No se observa”* y 3 *“Se observa constantemente”*. (Para revisar la escala, ir a Anexo 2)

Todas estas modificaciones dan origen al nuevo instrumento, el cual es mucho más preciso en las consignas, más objetivo y por ende, más confiable.

En cuanto a los resultados de las observaciones, se procederá primero a establecer una tendencia entre las dos observaciones realizadas con el instrumento final, para luego relacionarlas con el primer instrumento.

#### ***4.1.2.1 Observaciones con instrumento inicial.***

La forma de medición se realizará por ítems para obtener un puntaje promedio entre las dos observaciones y así analizar los puntos fuertes y los puntos débiles de ambas entrenadoras.

En este contexto, los resultados de **Jeannette** por ítem fueron:

- Motivación: 10 de 12 ptos.
- Interés: 3 de 6 ptos.
- Participación: 5,5 de 6 ptos.
- Disciplina: 6 de 6 ptos.
- Habilidades didácticas: 14,5 de 18 ptos.
- Entrenamiento: 16,5 de 18 ptos.
- Comunicación: 11,5 de 12 ptos.
- Resolución de problemas y comportamiento: 17,5 de 18 ptos.
- Posibles causas de fracaso: 0,5 ptos. de un ideal de 0, y un máximo de 15.

Así, se puede observar claramente que los ítems más fuertes de esta entrenadora son la Participación, la Disciplina, la Comunicación, y la Resolución de problemas y comportamiento.

Los puntos más débiles de la entrenadora son el Interés y las Habilidades Didácticas.

Quedan en un punto medio los puntos de Motivación y de Entrenamiento.

En cuanto a los puntos de interés, se puede mencionar que en la consigna “*Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma, durante el mismo entrenamiento*” la entrenadora obtuvo 0 puntos en ambas observaciones, ya que en ningún momento se le pudo ver cumpliendo esta consigna, siendo esto algo que mejorar.

Del mismo modo se puede destacar el 0,5 de puntaje en las posibles causas de fracaso, en la cual obtuvo este puntaje debido a que en una de las observaciones se pudo apreciar el entrenamiento como un poco monótono, no obstante, en este punto la entrenadora también se encuentra en un muy buen nivel. (Para revisar las observaciones a Jeannette con el instrumento inicial, ir a Anexo 6)

Los resultados de **Giovanna** por ítem fueron:

- Motivación: 9,5 de 12 pts.
- Interés: 3 de 6 pts.
- Participación: 6 de 6 pts.
- Disciplina: 5 de 6 pts.
- Habilidades Didácticas: 14,5 de 18 pts.
- Entrenamiento: 15 de 18 pts.
- Comunicación: 12 de 12 pts.
- Resolución de problemas y comportamiento: 18 de 18 pts.
- Posibles causas de fracaso: 0,5 de un ideal de 0 y un máximo de 3 pts.

Las características más destacadas de esta entrenadora recaen en la Participación, la Disciplina, la Comunicación y la Resolución de problemas y comportamiento.

Por otro lado, sus debilidades se encuentran en los ítems de Motivación, Interés, y Habilidades didácticas y Entrenamiento.

No tiene habilidades en punto medio y sus posibles causas de fracaso alcanzan, al igual que para Jeannette, un 0,5, debido al mismo punto; entrenamiento monótono.

En cuanto a sus puntos de interés, se puede mencionar que en la consigna “*Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma, durante el mismo entrenamiento*” la entrenadora obtuvo 0 puntos en ambas observaciones, ya que en ningún momento se le pudo ver cumpliendo esta consigna, siendo esto algo que mejorar. (Para revisar las observaciones a Giovanna con el instrumento inicial ir a Anexo 8)

Comparativamente hablando, G. obtiene un mejor puntaje que J. en los puntos de Resolución de problemas y comportamiento, en Comunicación y en Participación, por lo que se podría decir que esta entrenadora tiene un carácter más moderador y que controla de mejor forma estos aspectos.

Así mismo, J. obtuvo un mejor puntaje que G. en cuanto a Entrenamiento, Disciplina y Motivación, lo que puede indicar que es una entrenadora más exigente y que demuestra mayor manejo en cuanto al correcto desarrollo de las clases.

#### ***4.1.2.2 Observaciones con instrumento final.***

Estas observaciones serán analizadas de la misma manera que las observaciones con el instrumento final, con los resultados obtenidos en las dos papeletas de los colaboradores.

Los resultados de **Jeannette** por ítem fueron:

- Motivación: 5 de 15 pts.
- Interés: 2,5 de 10 pts.
- Participación: 8 de 15 pts.
- Disciplina: 8,5 de 10 pts.
- Habilidades didácticas: 17 de 25 pts.
- Entrenamiento: 14,5 de 20 pts.

- Comunicación: 13,5 de 20 pts.
- Resolución de problemas y comportamiento: 12,5 de 20 pts.
- Posibles causas de fracaso: 22 de 25 pts.

En estas observaciones se puede evidenciar que las características principales de Jeannette corresponden a Disciplina, Habilidades Didácticas, Entrenamiento, Comunicación y Resolución de problemas y comportamiento.

Sus puntos débiles son Motivación e Interés. Esto debido a que no se observan constantemente entregas de feedback con enfoque en lo positivo ni la verbalización clara de metas y expectativas. Así mismo, tampoco se observan frases de motivación con enfoque en la perseverancia y constancia, además de no contestar las dudas cuando le fueron realizadas.

En cuanto a las Posibles causas de fracaso obtiene 22 puntos de un ideal de 25, por lo cual se podría decir que presenta algunas fallas, aunque no llegarían a una gravedad importante. Estas fallas corresponden a las consignas de conducta antisocial, falta de humildad y entrenamiento monótono. (Para revisar las observaciones de Jeannette con el instrumento final ir a Anexo 5)

En el caso de **Giovanna**, sus resultados por ítem fueron:

- Motivación: 3 de 15 pts.
- Interés: 2,5 de 10 pts.
- Participación: 4 de 15 pts.
- Disciplina: 4,5 de 10
- Habilidades Didácticas: 12 de 25 pts.
- Entrenamiento: 6 de 20 pts.
- Comunicación: 12, 5 de 20 pts.
- Resolución de problemas y comportamiento: 12,5 de 25 pts.

- Posibles causas de fracaso: 24 de 25 pts.

En este caso se observa una evaluación deficiente, ya que Giovanna tiende a tomar un papel secundario demasiado notorio, por lo cual obtiene buenos puntajes solo en Comunicación, y en las Posibles causas de fracaso.

Por el otro lado, obtiene resultados insuficientes en cuanto a Motivación, Interés, Participación, Disciplina, Entrenamiento y Resolución de problemas y comportamiento. Esto se debe a lo explicado. A Giovanna en este entrenamiento no se le pudo observar realizar muchas de las acciones requeridas, por lo cual su rendimiento se ve disminuido en todos los ítems.

Podríamos clasificar, no obstante, los resultados obtenidos en Disciplina, Habilidades didácticas y Resolución de Problemas como medianamente suficientes debido al cercano puntaje al 50% de cumplimiento. (Para revisar las observaciones de Giovanna con el instrumento, final ir a Anexo 7)

#### **4.1.3 Focus Group.**

A continuación se exponen los puntos más relevantes del focus group realizado con las gimnastas de la muestra, a fin de esclarecer qué es lo que ellas piensan sobre sus entrenadoras y sobre cómo influyen sus capacidades emocionales en el rendimiento de las mismas. (Para revisar focus group completo ir a Anexo 10)

Los puntos que se consideran relevantes de este focus group para la investigación guardan relación principalmente con las actitudes descritas por las gimnastas con respecto a sus entrenadoras:

- Las gimnastas se ponen más nerviosas cuando se les habla de mala forma.
- Las gimnastas temen preguntar cosas cuando el estado anímico de la entrenadora no es el óptimo.
- Las gimnastas se sienten más cómodas y relajadas cuando se les dice que disfruten lo que están haciendo.

- Las gimnastas sienten más presión en las competencias cuando se les dice que todo les debe salir bien.
- Las gimnastas sienten que lo que hacen sus entrenadoras en sus tiempos de entrenamiento y de campeonato les influye no solo como gimnastas, sino que como personas.
- Las gimnastas sienten que sus entrenadoras se dejan llevar por las emociones del día, influyendo en su disposición hacia la clase, exigiendo a veces más de lo que deberían.

Cabe mencionar dentro de esto que estos puntos son establecidos con las frases expresadas durante el focus group, y no corresponden necesariamente a generalidades. No obstante, las gimnastas parecieron coincidir con sus compañeras en todos los puntos.

#### **4.1.4 Rendimiento de las gimnastas en competencia.**

Las tendencias en los resultados de las gimnastas, se analizarán relacionando dos instancias de competencia distintas: primero la Copa La Serena, en la cual se vive un ambiente más competitivo y exigente para las deportistas, y la Copa Stella, en la que las niñas estudiadas son dueñas de casa y se perciben más relajadas.

En primer lugar, Giovanna trabaja con cuatro de las diez gimnastas analizadas, y Jeannette con las restantes seis.

**Tabla de resultados de gimnastas en competencias**

Categoría	Nombre Gimnasta	Entrenadora a cargo	Resultados Copa La Serena		Resultados Copa Stella	
			Implemento 1	Implemento 2	Implemento 1	Implemento 2
Pre- Infantil B	Sofía Rojas	Giovanna Cucoch	ML: 8,20 (2°)	Cuerda: 6,20 (6°)	ML: 8,50 (3°)	-----
Infantil B	Amanda Herrera	Giovanna Cucoch	ML: 7,50 (7°)	Aro: 3,25 (18°)	ML: 8,35 (3°)	Aro: 4,60 (8°)
Juvenil B	Nicole Baca	Giovanna Cucoch	Balón: 6,75 (3°)	Cuerda: 5,10 (8°)	Balón: 6,10 (5°)	Cuerda: 5,35 (8°)
	Katalina Concha	Giovanna Cucoch	Balón: 5,15 (11°)	Cuerda: 6,25 (4°)	Balón: 8,20 (1°)	Cuerda: 7,05 (3°)

Como se observa en la tabla resumen de las gimnastas que trabajan con Giovanna, dos rindieron mejor en la primera instancia, y dos en la segunda. Esto se podría deber a las diferencias individuales de cada gimnasta, de las cuales algunas pueden sentirse mejor cuando la competencia es mayor, a diferencia de algunas otras que rinden más, mientras más relajadas, como lo indica Daroglou (2011), según el cual los mejores predictores de la ejecución son las características personales de las gimnastas relacionadas con “*el afrontamiento de la adversidad, el establecimiento de objetivos/preparación mental, la confianza y la autoeficacia*” (Fernández-Cordero Elizabeth, 2015, pág. 2). Características que pueden variar de gimnasta en gimnasta, pudiendo así determinar en qué situaciones se rinde mejor.

Sumado a esto, puede influir la presencia o ausencia de las entrenadoras en su proceso previo a entrar al tapete, ya que algunas necesitan de la entrenadora para prepararlas mentalmente, y otras son capaces de hacerlo solas. (Para más información ir a Anexo 9)

**Tabla de resultados de gimnastas en competencias**

Categoría	Nombre Gimnasta	Entrenadora a cargo	Resultados Copa La Serena		Resultados Copa Stella	
			Implemento 1	Implemento 2	Implemento 1	Implemento 2
	Martina Cataldo	Jeannette Contreras	ML: 6,80 (6°)	Cuerda: 6,20 (6°)	ML: 8,85 (2°)	-----
Infantil B	Martina Ferrari	Jeannette Contreras	ML: 7,10 (11°)	Aro: 7,10 (4°)	ML: 8,80 (2°)	Aro: 4,70 (7°)
Juvenil B	Isidora Sánchez	Jeannette Contreras	Balón: 7,90 (1°)	Cuerda: 6,10 (6°)	Balón: 6,95 (3°)	Cuerda: 8,35 (2°)
	Valentina Albornoz	Jeannette Contreras	Balón: 7,15 (2°)	Cuerda: 6,25 (5°)	Balón: 7,50 (2°)	Cuerda: 8,85 (1°)
	Lilian Moreno	Jeannette Contreras	Balón: 6,70 (4°)	Cuerda: 5,90 (6°)	Balón: 5,85 (6°)	Cuerda: 6,85 (4°)
	Danae Herrera	Jeannette Contreras	Balón: 3,95 (16°)	Cuerda: 3,60 (16°)	Balón: 4,60 (7°)	Cuerda: 6,25 (5°)

En el caso de las gimnastas de Jeannette, como se observa en la tabla resumen, a tres de ellas les fue mejor en la segunda instancia para ambos implementos. Las restantes tres tuvieron mejores resultados para un implemento en la Copa La Serena, y para el otro

implemento en la Copa Stella. Esto puede implicar que las gimnastas que trabajan con esta entrenadora, en general, se desenvuelven de mejor manera en un ambiente de menos presión. No obstante algunas aún así necesitan de la presencia de su entrenadora para uno de los dos implementos en el proceso preparativo.

Para observar la tabla de rendimiento en competencias completa, ir a Anexo 9.

## 4.2 Discusión

En relación a los resultados de las observaciones de las entrenadoras, se puede establecer como frecuente que una de las entrenadoras se desenvuelve óptimamente, de forma constante, en los aspectos de Disciplina, Comunicación y Resolución de problemas y comportamiento. Esto es coherente ya que algunas de las estrategias más efectivas que debería utilizar un entrenador son *“Proporcionar, frecuentemente, “feedback” e incorporar numerosas sugerencias y actividades, proporcionar altos niveles de corrección y reinstrucción,[...] incidir en el ambiente para obtener un orden considerable”* (Pérez Ramírez María del Carmen, 2002, pág 19). Incluyendo así varias de las prácticas constantes de esta entrenadora.

Si se relaciona esta información con la obtenida en su TMMS-24, con el focus group y con los resultados de sus gimnastas, se puede determinar que se está hablando de una entrenadora que tiene un alto manejo de conocimientos y de las estrategias de enseñanza-aprendizaje que funcionan mejor o peor en este contexto y que se comunica de forma clara y constante, lo cual es necesario para el entrenamiento ya que, *“...el gran dominio de competencias y conocimientos, [...] la claridad, la organización y preparación...”* (Pérez Ramírez María del Carmen, 2002, pág 21), constituyen características principales que debe tener un mentor.

No obstante, Jeannette debe cuidar la atención a sus sentimientos y emociones, ya que es esto lo que puede estar ocasionando las instancias descritas por sus gimnastas en la entrevista. Así mismo, esto puede afectar en el rendimiento de sus deportistas en competencia, ya que su estado anímico podría ser un factor clave cuando se encuentran en la situación de

estrés que implica un campeonato. Es posible que por esto, sus gimnastas se sienten cómodas y rinden de igual o mejor forma cuando se encuentra un poco más ausente.

En cuanto a Giovanna, sus aspectos de comportamiento frecuentes, informan que se desenvuelve de forma óptima, constantemente, en las áreas de Disciplina, Comunicación y Resolución de problemas y conducta. Estas en su caso, implican un buen desarrollo en el manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, la construcción de un ambiente favorable, además de una constante comunicación, y el cuidado en el trato con sus gimnastas.

De esta forma, al relacionar la información de las observaciones, con su TMMS-24, el Focus Group y los resultados de sus gimnastas, se puede decir que Giovanna al estar más equilibrada en cuanto a su Inteligencia Emocional, genera menos estrés en sus gimnastas, obteniendo resultados positivos tanto cuando está con ellas, como cuando no. No obstante, al referirse las gimnastas, a ambas entrenadoras durante la entrevista, puede ser que esté fallando en su relación con sus deportistas y el cómo se plantea frente a ellas cuando compiten, por lo que podría estar obteniendo mejores resultados de los que obtiene actualmente.

Así también, se puede destacar de esta entrenadora que pareciera comunicarse de mejor forma con sus atletas, lo cual puede deberse a que también fue gimnasta durante 20 años, por lo cual conoce cada aspecto de lo que implica este deporte. Sus falencias, a su vez, pueden deberse a que Giovanna no tiene estudios de pedagogía, por lo cual, si se dedicara a complementar sus conocimientos, tal vez podría mejorar significativamente el rendimiento de sus deportistas.

Cabe mencionar que en ambos casos, se repiten los aspectos más frecuentes arrojados por las observaciones, implicando un lineamiento en la forma de trabajar entre ambas, aspecto importante para un equipo de trabajo, sin embargo, las características propias de cada persona determinan también su forma de trabajo, por lo cual sus resultados, aplicando técnicas similares, distan el uno del otro.

### 4.3 Conclusiones

Para concluir esta investigación se hará una reflexión retrospectiva y prospectiva del trabajo realizado, refiriéndose a los objetivos, la metodología de trabajo aplicada y a los resultados en relación a la hipótesis, y a las posibilidades que abre esta investigación.

En primer lugar, en cuanto a los objetivos específicos, se lograron los tres, ya que se pudo clasificar a las entrenadoras según su inteligencia emocional, se logró registrar y describir comportamientos observables de las entrenadoras y se logró registrar las impresiones de las gimnastas sobre sus entrenadoras. Así como los objetivos emergentes, “Recopilar información sobre Inteligencia Emocional en adultos y Psicología deportiva en cuanto a las características de los entrenadores”, “Recopilar datos sobre la inteligencia emocional de las entrenadoras del Club Stella, La Florida.”, “Recopilar datos sobre el rendimiento deportivo de las gimnastas de categoría B Pre-infantil, Infantil y Juvenil, en distintos campeonatos.”, “Diseñar y confeccionar un instrumento de observación de entrenadores que contemple aspectos pedagógicos y de psicología deportiva.” y “Analizar los datos recabados y relacionar la información obtenida.”, ya que estos objetivos fijan relación con el procedimiento de la investigación.

El nivel de logro de los objetivos por separado puede corroborarse a través de la revisión de los instrumentos y su aplicación.

Esto se pudo realizar, principalmente, debido a la especificidad de los instrumentos empleados, y a su directa relación con los objetivos. De esta forma, se puede decir que estuvieron correctamente seleccionados e implementados.

En relación al objetivo general, se puede decir que no se cumplió completamente, ya que para establecer una relación concreta y directa, se debe realizar un estudio de carácter correlacional, ya que, a través de la descripción solo se puede crear una relación indirecta, y que no necesariamente implica causalidad. No obstante, el método descriptivo, permitió un realizar un análisis propio sobre dicha relación, lo cual se convierte en una instancia inmensamente enriquecedora para mi formación como entrenadora.

En cuanto al tipo de investigación, se puede decir que, para la situación estudiada funcionó de buena manera, ya que se buscaba observar una situación en su estado natural, sin intervenir en ella. Sin embargo, se considera posible para obtener otro tipo de resultados en una investigación futura, la aplicación de un estudio de carácter experimental, tal vez educando sobre inteligencia emocional a los y las entrenadores/as y observando qué sucede.

Al mismo tiempo, como ha sido mencionado anteriormente, el método descriptivo pareciera ser insuficiente a la hora de obtener datos duros para poder relacionar una variante con la otra, y por ende, corroborar o refutar la hipótesis, siendo posiblemente la mejor opción para un estudio de esta índole, el método correlacional/causal, pasando los datos cualitativos a cantidades medibles y relacionables a través de gráficos y tablas.

Los resultados de este estudio, debido a expresado en las líneas previas, no son concluyentes, ya que si bien se puede estimar la existencia de una relación entre ambas variables, existen otros factores influyentes en el rendimiento de las gimnastas, por lo cual no se puede determinar realmente el nivel de influencia de la inteligencia emocional de la entrenadora, al no poder aislar las variables utilizadas. No obstante, la investigación si entrega las primeras luces para poder realizar un posterior estudio al respecto, ya que según las experiencias observadas y lo descrito por las mismas niñas, si existe una relación entre cómo rinden como deportistas y la manera en que sus entrenadoras las tratan.

Es por esto que la hipótesis no se puede determinar como cierta o falsa, a pesar de la apreciación de factores que podrían indicar efectivamente su cumplimiento.

Finalmente, a modo personal, se considera que la investigación realizada corresponde a material importante, debido al poco estudio dedicado al área de la inteligencia emocional en entrenadores, ya que conforma un primer acercamiento al tema específico en gimnasia rítmica.

Fue una experiencia realmente enriquecedora, ya que se pudo aprender mucho sobre el tema, apreciando así de forma subjetiva que posiblemente existe la relación que se intenta establecer, nutriendo enormemente a la investigadora como futura pedagoga en educación física y principalmente como entrenadora de gimnasia rítmica.

## Referencias Bibliograficas

- Argomedeo, Catalan, Epuñan, Godoy y Villanueva, *“Relación entre la Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en los Alumnos de Sextos Básicos del Colegio Nueva Era Siglo XXI”*, Universidad Arturo Prat, 2009.
- Confederación Sudamericana de Gimnasia, *“Reglamentación 2018”*, 2017.
- Díaz Medina, Jhon Alexander, *“Manejo de la Inteligencia Emocional en el ámbito laboral de la empresa de servicios temporales “Humanos Internacional” EU”*, Ibagué, 2015.
- Extremera, Fernández, Mestre y Guil, *“Medidas de Evaluación de la Inteligencia Emocional”*, Revista Latinoamericana de Psicología, 2004.
- Fernández-Cordero Elizabeth, *“Caracterización de la Flexibilidad Cognitiva en Gimnastas Rítmicas Escolares en Granma”*, Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma, Vol. XII No. 38, 2015.
- Feu Molina, Sebastián, *“La Observación como instrumento de evaluación en las clases de Educación Física”*.
- García-Fernández y Giménez-Mas, *“La Inteligencia Emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador”*, Revista digital del centro del Profesorado Cuevas-Olula (Amería), 2010.
- García Ucha, Francisco, *“Psicología del Deporte aplicada al Rol del Entrenador”*, 2006.
- Goleman, Daniel, *“La Inteligencia Emocional”*, editado por Javier Vergara, 1996.
- González, García, Contreras, Sánchez-Mora, *“El concepto de Iniciación Deportiva en la Actualidad”*, 2007.
- González, Oscar, *“Análisis y Validación de un Cuestionario de Inteligencia Emocional en diferentes contextos deportivos”*, 2010.
- Molero, Saiz y Esteban, *“Revisión Histórica del Concepto de Inteligencia: Una aproximación a la Inteligencia Emocional”*, Revista Latinoamericana de Psicología, 1998.

- Mora y Martín, “*La Concepción de la Inteligencia Emocional en los planteamientos de Gardner (1983) y Sternberg (1985) como desarrollos teóricos precursores de la noción de Inteligencia Emocional*”, Revista de Historia de la Psicología, vol. 28, número 4, 2007.
- Moreno y Carvelló, “*Influencia de la Actitud del Profesor en el pensamiento del Alumno hacia la Educación Física*”, Sociotam, vol. XIV N°1, 2004.
- Pérez Ramírez, María del Carmen, “*Caracterización del Entrenador de alto rendimiento deportivo*”, Cuadernos de Psicología del Deporte, 2002.
- Salmerón, Purificación, “*Educación de los Conceptos de Inteligencia. Planteamientos actuales de la Inteligencia Emocional para la Orientación Educativa*”, Educación XXI, número 5, 2002.
- Teddlie y Tashakkori, “*Quality of interferences in Mixed Methods Research*”, London UK, 2008.
- [www.club-stella.cl/home](http://www.club-stella.cl/home)
- [www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=261](http://www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=261)
- [www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=423](http://www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=423)
- [www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=424](http://www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=424)
- [www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=429](http://www.fig-gymnastcs.com/site/view?id=429)

## **Anexos**

## Anexo 1: Test de Inteligencia Emocional: TMMS-24.

### INSTRUCCIONES:

*A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.*

	1	2	3	4	5				
	Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo				
1.	Presto mucha atención a los sentimientos.				1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.				1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.				1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.				1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.				1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.				1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.				1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.				1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.				1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.				1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.				1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.				1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.				1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.				1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.				1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.				1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.				1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.				1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.				1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.				1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.				1	2	3	4	5
22.	Me preocupo de tener un buen estado de ánimo.				1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.				1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.				1	2	3	4	5

## Evaluación

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, sume los ítems del 1 al 8 para el factor atención emocional, los ítems del 9 al 16 para el factor claridad emocional y del 17 al 24 para el factor reparación de las emociones. Luego mire su puntuación en cada una de las tablas que se presentan. Se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos. Recuerde que la veracidad y la confianza de los resultados obtenidos dependen de lo sincero que haya sido al responder a las preguntas.

<b>Atención</b>	<b>Puntuaciones</b>	<b>Puntuaciones</b>
	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
	<i>Debe mejorar su atención: presta poca atención. &lt;21</i>	<i>Debe mejorar su atención: presta poca atención &lt;24</i>
	<i>Adecuada atención 22 a 32</i>	<i>Adecuada atención 25 a 35</i>
	<i>Debe mejorar su atención: presta demasiada atención &gt;33</i>	<i>Debe mejorar su atención: presta demasiada atención &gt;36</i>

<b>Claridad</b>	<b>Puntuaciones</b>	<b>Puntuaciones</b>
	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
	<i>Debe mejorar su claridad &lt;25</i>	<i>Debe mejorar su claridad &lt;23</i>
	<i>Adecuada claridad 26 a 35</i>	<i>Adecuada claridad 25 a 34</i>
	<i>Excelente claridad &gt;36</i>	<i>Excelente claridad &gt;35</i>

<b>Reparación</b>	<b>Puntuaciones</b>	<b>Puntuaciones</b>
	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
	<i>Debe mejorar su reparación &lt;23</i>	<i>Debe mejorar su reparación &lt;23</i>
	<i>Adecuada reparación 24 a 35</i>	<i>Adecuada reparación 24 a 34</i>
	<i>Excelente reparación &gt;36</i>	<i>Excelente reparación &gt;35</i>

## **Anexo 2: Instrumento de Observación del Entrenador Deportivo**

*El presente instrumento está diseñado para observar la conducta del entrenador deportivo en función de tres aspectos; aspecto pedagógico, aspectos psicológico-deportivos, y las causas de posible fracaso del entrenador deportivo.*

*Cada consigna ha sido estudiada y elaborada de manera en que sean fácilmente observables, y con esto, que de forma objetiva cualquier persona pueda realizar esta evaluación.*

*Para este instrumento la escala de evaluación va del 0 al 3, donde 0 corresponde a “No se observa”, y 3 “Se observa constantemente”*

*Se debe tener en cuenta en el último aspecto de Posibles Causas de Fracaso, esta escala, ya que al observarse más, indica una mayor falencia, y por ende mayor probabilidad de fracaso.*

*El evaluador deberá situarse en un lugar específico durante los entrenamientos a observar y marcar con una “X” la casilla que corresponda a cada consigna.*

*Cada aspecto será evaluado por separado, situando los resultados posteriormente en una tabla de evaluación, la cual indicará en qué estado de desarrollo se encuentran estas habilidades en los entrenadores observados.*

### **Observación del Comportamiento de un Entrenador**

Nombre Evaluador: \_\_\_\_\_

Nombre Entrenador/a observado/a: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

N.º Observación: \_\_\_\_\_

#### **Indicaciones para el evaluador:**

*Lee con atención cada consigna del instrumento entregado, para tener en mente los aspectos que se deberán observar. Lo ideal es una vez se observe un criterio, sea marcado de forma inmediata, y estar atentos a éste en caso de existir dudas sobre qué tanto se observa.*

*Observa atentamente durante todo el entrenamiento la conducta de el o los entrenadores a evaluar.*

*Cada vez que consideres que un aspecto se cumple, ve marcando inmediatamente el nivel en que se cumple con una “X” en la casilla correspondiente.*

*Solo se puede marcar una “X” por cada consigna.*

*En caso de error al marcar, se deberá rellenar completamente la casilla del error, y se podrá volver a marcar la “X” donde corresponda.*

*Al finalizar la observación, termina de marcar aquellos aspectos que quedaron pendientes.*

*Si hubo algún aspecto que no observaste, marcalo en la casilla de “No se observa”.*

*Si no estás seguro de algún aspecto, y tienes dudas sobre si pudo o no haberse observado, deja la casilla en blanco.*

*Es necesario prestar especial atención a las consignas que mencionen la “Verbalización” y “Verbalización constante”, ya que esto se deberá cumplir en su totalidad para ser marcada la casilla número 3. En este caso, es esta palabra la determinante principal de cumplimiento o no cumplimiento de lo solicitado.*

0	1	2	3
No se observa	Se observa rara vez	Se observa en mediana medida	Se observa constantemente

Cuadro Aspectos pedagógicos

Indicador	Aspectos pedagógicos	0	1	2	3
Motivación	Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.				
	Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.				
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y <u>verbal</u> .				
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma <u>verbal</u> (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)				
Interés	Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma pro-activa y autónoma, durante el mismo entrenamiento (permite la libertad de descubrimiento de elementos del deporte)				
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de los/las deportistas en el momento en que estas son realizadas.				
Participación	Se preocupa de la asistencia de los/las deportistas a los entrenamientos.				
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para los/las deportistas, aumentando así la motivación y la participación.				
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.				
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.				
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.				
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente, enfatizando la consciencia corporal, el cómo los ejercicios se proyectan en la utilidad de estos, etc.				
	Entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de los/las deportistas.				
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a los/las deportistas.				
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de los/las deportistas.				
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	0	1	2	3
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada deportista.				
	Genera variedad en el entrenamiento (propone tareas y metodologías diversas y creativas).				
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).				
	Establece objetivos y metas concretas de forma <u>verbal</u> .				
	Demuestra los ejercicios, ya sea él mismo o con ayuda de un deportista.				
	Se preocupa de la seguridad de los/las deportistas, tanto en la ejecución de ejercicios para evitar lesiones, como en el uso de indumentaria correcta, hidratación, etc.				
Comunicación	Se comunica con sus deportistas.				
	Se comunica con el staff de trabajo, en caso de haberlo.				
	Construye un ambiente social y psicológico favorable, en el cual los/las deportistas se desenvuelvan con confianza consigo mismos y con el entrenador.				
	Entrega las instrucciones de manera clara y entendible.				
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato con sus deportistas y el staff de trabajo.				
	Resuelve de manera imparcial los conflictos y problemas que surgen.				
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.				
	Es profesional (se comporta de forma comprometida, es puntual, responsable, etc).				
	Mantiene la ética profesional siempre.				

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	0	1	2	3
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)				
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)				
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)				
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)				
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)				

### Anexo 3: TMMS-24 Respuestas de Jeannette Contreras

	1	2	3	4	5				
	Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo				
1.	Presto mucha atención a los sentimientos.				1	2	3	X	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.				1	2	3	X	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.				1	2	X	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.				1	2	3	X	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.				X	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.				1	X	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.				1	X	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.				1	2	X	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.				1	2	3	4	X
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.				1	2	3	4	X
11.	Casi siempre sé cómo me siento.				1	2	3	4	X
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.				1	2	3	4	X
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.				1	2	3	4	X
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.				1	2	3	4	X
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.				1	2	3	4	X
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.				1	2	3	4	X
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.				1	2	3	4	X
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.				1	2	3	4	X
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.				1	2	3	X	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.				1	2	3	X	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.				1	2	3	4	X
22.	Me preocupo de tener un buen estado de ánimo.				1	2	3	X	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.				1	2	X	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.				1	2	3	X	5

#### Anexo 4: TMMS-24 Respuestas de Giovanna Cucoch-Petraello

1	2	3	4	5				
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo				
1.	Presto mucha atención a los sentimientos.			1	2	3	X	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.			1	2	3	X	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.			1	2	3	X	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.			1	2	3	4	X
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.			X	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.			1	2	X	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.			1	2	3	X	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.			1	2	X	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.			1	2	3	X	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.			1	2	X	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.			1	2	3	X	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.			1	2	3	X	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.			1	2	X	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.			1	2	X	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.			1	2	X	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.			1	2	3	X	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.			1	2	3	4	X
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.			1	2	X	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.			X	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.			1	2	X	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.			1	2	3	4	X
22.	Me preocupo de tener un buen estado de ánimo.			1	2	3	X	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.			1	2	3	4	X
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.			1	2	3	4	X

## **Anexo 5: Observación del Entrenador Deportivo, instrumento final: Jeannette Contreras.**

*Observado por Natalia Medina el 12 de Marzo de 2018*

### Cuadro Aspectos pedagógicos

<b>Indicador</b>	<b>Aspectos pedagógicos</b>	0	1	2	3
Motivación	Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.				X
	Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.			X	
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y <u>verbal</u> .				X
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma <u>verbal</u> (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)				X
Interés	Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma pro-activa y autónoma, durante el mismo entrenamiento (permite la libertad de descubrimiento de elementos del deporte)	X			
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de los/las deportistas en el momento en que estas son realizadas.				X
Participación	Se preocupa de la asistencia de los/las deportistas a los entrenamientos.				X
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para los/las deportistas, aumentando así la motivación y la participación.				X
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.				X
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.				X
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.			X	
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente, enfatizando la consciencia corporal, el cómo los ejercicios se proyectan en la utilidad de estos, etc.				X
	Entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de los/las deportistas.			X	
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a los/las deportistas.				X
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de los/las deportistas.			X	
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				X

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	0	1	2	3
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada deportista.			X	
	Genera variedad en el entrenamiento (propone tareas y metodologías diversas y creativas).				X
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).				X
	Establece objetivos y metas concretas de forma <u>verbal</u> .				X
	Demuestra los ejercicios, ya sea él mismo o con ayuda de un deportista.				X
	Se preocupa de la seguridad de los/las deportistas, tanto en la ejecución de ejercicios para evitar lesiones, como en el uso de indumentaria correcta, hidratación, etc.				X
Comunicación	Se comunica con sus deportistas.				X
	Se comunica con el staff de trabajo, en caso de haberlo.				X
	Construye un ambiente social y psicológico favorable, en el cual los/las deportistas se desenvuelvan con confianza consigo mismos y con el entrenador.				X
	Entrega las instrucciones de manera clara y entendible.				X
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato con sus deportistas y el staff de trabajo.				X
	Resuelve de manera imparcial los conflictos y problemas que surgen.				X
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.				X
	Es profesional (se comporta de forma comprometida, es puntual, responsable, etc).				X
	Mantiene la ética profesional siempre.				X

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	0	1	2	3
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)	X			
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)	X			
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)	X			
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)	X			
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)	X			

**Observado por Natalia Medina el 13 de Marzo de 2018**

Cuadro Aspectos pedagógicos

<b>Indicador</b>	<b>Aspectos pedagógicos</b>	0	1	2	3
Motivación	Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.				X
	Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.		X		
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y <u>verbal</u> .				X
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma <u>verbal</u> (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)			X	
Interés	Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma pro-activa y autónoma, durante el mismo entrenamiento (permite la libertad de descubrimiento de elementos del deporte)	X			
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de los/las deportistas en el momento en que estas son realizadas.				X
Participación	Se preocupa de la asistencia de los/las deportistas a los entrenamientos.				X
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para los/las deportistas, aumentando así la motivación y la participación.			X	
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.				X
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.				X
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.			X	
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente, enfatizando la consciencia corporal, el cómo los ejercicios se proyectan en la utilidad de estos, etc.				X
	Entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de los/las deportistas.		X		
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a los/las deportistas.				X
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de los/las deportistas.			X	
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				X

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	0	1	2	3
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada deportista.			X	
	Genera variedad en el entrenamiento (propone tareas y metodologías diversas y creativas).			X	
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).				X
	Establece objetivos y metas concretas de forma <u>verbal</u> .				X
	Demuestra los ejercicios, ya sea él mismo o con ayuda de un deportista.				X
	Se preocupa de la seguridad de los/las deportistas, tanto en la ejecución de ejercicios para evitar lesiones, como en el uso de indumentaria correcta, hidratación, etc.				X
Comunicación	Se comunica con sus deportistas.				X
	Se comunica con el staff de trabajo, en caso de haberlo.				X
	Construye un ambiente social y psicológico favorable, en el cual los/las deportistas se desenvuelvan con confianza consigo mismos y con el entrenador.			X	
	Entrega las instrucciones de manera clara y entendible.				X
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato con sus deportistas y el staff de trabajo.				X
	Resuelve de manera imparcial los conflictos y problemas que surgen.				X
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.			X	
	Es profesional (se comporta de forma comprometida, es puntual, responsable, etc).				X
	Mantiene la ética profesional siempre.				X

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	0	1	2	3
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)	X			
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)	X			
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)		X		
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)	X			
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)	X			

**Anexo 6: Observación del entrenador deportivo, primer instrumento: Jeannette Contreras.**

*Observado por Raimundo Rodríguez el 18 de Diciembre de 2017*

Cuadro Aspectos pedagógicos

Indicador	Aspectos pedagógicos	1	2	3	4	5
Motivación	Entrega feedback y correcciones enfatizando los aspectos positivos de la gimnasta.	X				
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y verbal.	X				
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma verbal (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)	X				
Interés	Insta a las gimnastas a buscar, investigar, indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma.					
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de las gimnastas en el momento en que estas son realizadas.		X			
Participación	Se preocupa de la asistencia de las gimnastas a los entrenamientos, conversando con ellas o sus apoderados cuando se ausentan.		X			
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para las gimnastas, aumentando así la motivación y la participación.				X	
	Detecta las conductas de desmotivación y reacciona de forma adecuada, conversando con la gimnasta y/o su apoderado		X			
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.					X
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.				X	
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.					X
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente (entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de las gimnastas)	X				
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a cada gimnasta.			X		
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de las gimnastas.		X			
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				X	

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	1	2	3	4	5
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada gimnasta.	X				
	Es innovador (propone tareas y metodologías diversas y creativas).			X		
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).					X
	Establece objetivos y metas concretas.	X				
Comunicación	Se comunica constantemente con sus deportistas.				X	
	Se comunica constantemente con el staff de trabajo.				X	
	Construye un ambiente social y psicológico favorable.			X		
	Se comunica de forma fluida y constante con gimnastas, apoderados, y distintos actores de la comunidad.				X	
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato y enfrenta con calma las situaciones difíciles o de conflicto.					
	Resuelve de manera justa los conflictos y problemas que surgen.			X		
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X	
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.					
	Es profesional (se comporta de forma ética y comprometida)					

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	1	2	3	4	5
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)			X		
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)					X
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)			X		
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)					X
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)					X

*Observado por Patricia Epuñan el 18 de Diciembre de 2017*

Cuadro Aspectos pedagógicos

Indicador	Aspectos pedagógicos	1	2	3	4	5
Motivación	Entrega feedback y correcciones enfatizando los aspectos positivos de la gimnasta.			X		
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y verbal.			X		
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma verbal (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)	X				
Interés	Insta a las gimnastas a buscar, investigar, indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma.	X				
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de las gimnastas en el momento en que estas son realizadas.	X				
Participación	Se preocupa de la asistencia de las gimnastas a los entrenamientos, conversando con ellas o sus apoderados cuando se ausentan.	X				
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para las gimnastas, aumentando así la motivación y la participación.			X		
	Detecta las conductas de desmotivación y reacciona de forma adecuada, conversando con la gimnasta y/o su apoderado	X				
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.				X	
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.				X	
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.					X
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente (entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de las gimnastas)					
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a cada gimnasta.				X	
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de las gimnastas.				X	
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				X	

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	1	2	3	4	5
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada gimnasta.				X	
	Es innovador (propone tareas y metodologías diversas y creativas).					X
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).					X
	Establece objetivos y metas concretas.					X
Comunicación	Se comunica constantemente con sus deportistas.					X
	Se comunica constantemente con el staff de trabajo.	X				
	Construye un ambiente social y psicológico favorable.					X
	Se comunica de forma fluida y constante con gimnastas, apoderados, y distintos actores de la comunidad.					
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato y enfrenta con calma las situaciones difíciles o de conflicto.					
	Resuelve de manera justa los conflictos y problemas que surgen.	X				
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.					X
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.					X
	Es profesional (se comporta de forma ética y comprometida)					X

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	1	2	3	4	5
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)					X
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)			X		
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)					X
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)					X
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)					X

## **Anexo 7: Observación del entrenador deportivo, instrumento final: Giovanna Cucoch-Petraello.**

*Observado por Natalia Medina el 12 de Marzo de 2018*

### Cuadro Aspectos pedagógicos

<b>Indicador</b>	<b>Aspectos pedagógicos</b>	0	1	2	3
Motivación	Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.				X
	Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.			X	
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y <u>verbal</u> .		X		
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma <u>verbal</u> (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)				X
Interés	Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma pro-activa y autónoma, durante el mismo entrenamiento (permite la libertad de descubrimiento de elementos del deporte)	X			
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de los/las deportistas en el momento en que estas son realizadas.				X
Participación	Se preocupa de la asistencia de los/las deportistas a los entrenamientos.				X
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para los/las deportistas, aumentando así la motivación y la participación.				X
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.				X
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.				X
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.			X	
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente, enfatizando la consciencia corporal, el cómo los ejercicios se proyectan en la utilidad de estos, etc.				X
	Entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de los/las deportistas.			X	
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a los/las deportistas.				X
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de los/las deportistas.			X	
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				X

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	0	1	2	3
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada deportista.				X
	Genera variedad en el entrenamiento (propone tareas y metodologías diversas y creativas).				X
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).				X
	Establece objetivos y metas concretas de forma <u>verbal</u> .			X	
	Demuestra los ejercicios, ya sea él mismo o con ayuda de un deportista.			X	
	Se preocupa de la seguridad de los/las deportistas, tanto en la ejecución de ejercicios para evitar lesiones, como en el uso de indumentaria correcta, hidratación, etc.				X
Comunicación	Se comunica con sus deportistas.				X
	Se comunica con el staff de trabajo, en caso de haberlo.				X
	Construye un ambiente social y psicológico favorable, en el cual los/las deportistas se desenvuelvan con confianza consigo mismos y con el entrenador.				X
	Entrega las instrucciones de manera clara y entendible.				X
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato con sus deportistas y el staff de trabajo.				X
	Resuelve de manera imparcial los conflictos y problemas que surgen.				X
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.				X
	Es profesional (se comporta de forma comprometida, es puntual, responsable, etc).				X
	Mantiene la ética profesional siempre.				X

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	0	1	2	3
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)	X			
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)	X			
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)	X			
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)	X			
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)	X			

*Observado por Natalia Medina el 13 de Marzo de 2018*

Cuadro Aspectos pedagógicos

Indicador	Aspectos pedagógicos	0	1	2	3
Motivación	Entrega feedback y correcciones de forma constante, tanto de forma general (a todo el grupo), como de forma individual.				X
	Cuando entrega feedback enfatiza los aspectos positivos de los/las deportistas.			X	
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y <u>verbal</u> .			X	
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma <u>verbal</u> (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)				X
Interés	Insta a las gimnastas a buscar e indagar aspectos del deporte de forma pro-activa y autónoma, durante el mismo entrenamiento (permite la libertad de descubrimiento de elementos del deporte)	X			
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de los/las deportistas en el momento en que estas son realizadas.				X
Participación	Se preocupa de la asistencia de los/las deportistas a los entrenamientos.				X
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para los/las deportistas, aumentando así la motivación y la participación.				X
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.			X	
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.			X	
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.			X	
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente, enfatizando la consciencia corporal, el cómo los ejercicios se proyectan en la utilidad de estos, etc.				X
	Entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de los/las deportistas.			X	
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a los/las deportistas.				X
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de los/las deportistas.		X		
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.				X

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	0	1	2	3
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada deportista.			X	
	Genera variedad en el entrenamiento (propone tareas y metodologías diversas y creativas).			X	
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).				X
	Establece objetivos y metas concretas de forma <u>verbal</u> .		X		
	Demuestra los ejercicios, ya sea él mismo o con ayuda de un deportista.				X
	Se preocupa de la seguridad de los/las deportistas, tanto en la ejecución de ejercicios para evitar lesiones, como en el uso de indumentaria correcta, hidratación, etc.				X
Comunicación	Se comunica con sus deportistas.				X
	Se comunica con el staff de trabajo, en caso de haberlo.				X
	Construye un ambiente social y psicológico favorable, en el cual los/las deportistas se desenvuelvan con confianza consigo mismos y con el entrenador.				X
	Entrega las instrucciones de manera clara y entendible.				X
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato con sus deportistas y el staff de trabajo.				X
	Resuelve de manera imparcial los conflictos y problemas que surgen.				X
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.				X
	Es profesional (se comporta de forma comprometida, es puntual, responsable, etc).				X
	Mantiene la ética profesional siempre.				X

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	0	1	2	3
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)	X			
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)	X			
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)		X		
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)	X			
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)	X			

**Anexo 8: Observación del entrenador deportivo, primer instrumento: Giovanna Cucoch-Petraello.**

*Observado por Patricia Epuñan el 18 de Diciembre de 2017*

Cuadro Aspectos pedagógicos

Indicador	Aspectos pedagógicos	1	2	3	4	5
Motivación	Entrega feedback y correcciones enfatizando los aspectos positivos de la gimnasta.	X				
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y verbal.	X				
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma verbal (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)	X				
Interés	Insta a las gimnastas a buscar, investigar, indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma.	X				
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de las gimnastas en el momento en que estas son realizadas.	X				
Participación	Se preocupa de la asistencia de las gimnastas a los entrenamientos, conversando con ellas o sus apoderados cuando se ausentan.	X				
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para las gimnastas, aumentando así la motivación y la participación.	X				
	Detecta las conductas de desmotivación y reacciona de forma adecuada, conversando con la gimnasta y/o su apoderado	X				
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.			X		
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.			X		
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.	X				
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente (entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de las gimnastas)	X				
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a cada gimnasta.			X		
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de las gimnastas.		X			
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.					X

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	1	2	3	4	5
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada gimnasta.	X				
	Es innovador (propone tareas y metodologías diversas y creativas).	X				
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).	X				
	Establece objetivos y metas concretas.	X				
Comunicación	Se comunica constantemente con sus deportistas.				X	
	Se comunica constantemente con el staff de trabajo.			X		
	Construye un ambiente social y psicológico favorable.			X		
	Se comunica de forma fluida y constante con gimnastas, apoderados, y distintos actores de la comunidad.			X		
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato y enfrenta con calma las situaciones difíciles o de conflicto.			X		
	Resuelve de manera justa los conflictos y problemas que surgen.	X				
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X	
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.				X	
	Es profesional (se comporta de forma ética y comprometida)					X

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	1	2	3	4	5
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)					X
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)					X
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)					X
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)					X
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)					X

*Observado por Raimundo Rodríguez el 18 de Diciembre de 2017*

Cuadro Aspectos pedagógicos

Indicador	Aspectos pedagógicos	1	2	3	4	5
Motivación	Entrega feedback y correcciones enfatizando los aspectos positivos de la gimnasta.	X				
	Fomenta la motivación a través del manejo de expectativas y metas de forma clara y verbal.	X				
	Fomenta la constancia y perseverancia de las deportistas de forma verbal (“solo entrenando podrán crecer y mejorar”, “mientras más repitan este ejercicio más fácil les serán las cosas”, “la constancia en el entrenamiento es lo más importante”, etc)	X				
Interés	Insta a las gimnastas a buscar, investigar, indagar aspectos del deporte de forma proactiva y autónoma.	X				
	Responde a las dudas, consultas e inquietudes de las gimnastas en el momento en que estas son realizadas.		X			
Participación	Se preocupa de la asistencia de las gimnastas a los entrenamientos, conversando con ellas o sus apoderados cuando se ausentan.	X				
	Fomenta un ambiente alegre y agradable para las gimnastas, aumentando así la motivación y la participación.			X		
	Detecta las conductas de desmotivación y reacciona de forma adecuada, conversando con la gimnasta y/o su apoderado	X				
Disciplina	Demuestra manejo de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando recursos adecuados al grupo.		X			
	Demuestra amplitud de conocimientos y estrategias de enseñanza-aprendizaje, aplicando diversos recursos metodológicos.	X				
Habilidades didácticas	Utiliza materiales metodológicos que faciliten la enseñanza-aprendizaje.			X		
	Acompaña a sus deportistas cognitiva y metacognitivamente (entrega retroalimentación enfatizando los avances y dando cuenta del estado actual de progreso de las gimnastas)	X				
	Se preocupa de que todos sus estudiantes aprendan, entregando instrucciones particulares a cada gimnasta.			X		
	Realiza sus clases considerando progresión y diferencias de las gimnastas.	X				
	Se relaciona de forma asertiva con sus deportistas.			X		

Cuadro Aspectos de Psicología Deportiva

Área	Aspectos Psicología Deportiva	1	2	3	4	5
Entrenamiento	Propone ejercicios y rutinas diferenciadas teniendo en cuenta las capacidades de cada gimnasta.	X				
	Es innovador (propone tareas y metodologías diversas y creativas).			X		
	Es disciplinario durante el entrenamiento (busca mantener la disciplina durante las actividades).			X		
	Establece objetivos y metas concretas.	X				
Comunicación	Se comunica constantemente con sus deportistas.				X	
	Se comunica constantemente con el staff de trabajo.				X	
	Construye un ambiente social y psicológico favorable.			X		
	Se comunica de forma fluida y constante con gimnastas, apoderados, y distintos actores de la comunidad.	X				
Resolución de problemas y comportamiento	Cuida el buen trato y enfrenta con calma las situaciones difíciles o de conflicto.	X				
	Resuelve de manera justa los conflictos y problemas que surgen.	X				
	Es capaz de obtener el respeto de sus deportistas.				X	
	Es flexible y tiene capacidad de adaptación.	X				
	Es profesional (se comporta de forma ética y comprometida)	X				

Cuadro de Posible Causas de Fracaso

Causas de Posible Fracaso de un Entrenador Deportivo	1	2	3	4	5
Conducta antisocial (no se comunica, o se comunica de forma apática con los distintos actores de la comunidad)			X		
Falta de Humildad (se expresa de forma soberbia y despectiva con otras personas, ya sean gimnastas, entrenadoras, apoderados o externos)					X
Entrenamiento monótono (no varía las actividades mucho de una a otra en el proceso de la clase)					X
Inconsistencia de actitudes (se contradice en lo que dice, o en lo que hace)					X
Reacciones desmesuradas (reacciona de forma desmedida ya sea positiva o negativamente. Ejemplo: “se enoja demasiado con una niña al no poder realizar el ejercicio como se le solicitó”)					X

## Anexo 9: Tabla de resultados de gimnastas en competencias

Categoría	Nombre Gimnasta	Entrenadora a cargo	Resultados Copa La Serena		Resultados Copa Stella	
			Implemento 1	Implemento 2	Implemento 1	Implemento 2
Pre-Infantil B	Sofía Rojas	Giovanna Cucoch	ML: 8,20 (2°)	Cuerda: 6,20 (6°)	ML: 8,50 (3°)	----- -
	Martina Cataldo	Jeannette Contreras	ML: 6,80 (6°)	Cuerda: 6,20 (6°)	ML: 8,85 (2°)	----- -
Infantil B	Martina Ferrari	Jeannette Contreras	ML: 7,10 (11°)	Aro: 7,10 (4°)	ML: 8,80 (2°)	Aro: 4,70 (7°)
	Amanda Herrera	Giovanna Cucoch	ML: 7,50 (7°)	Aro: 3,25 (18°)	ML: 8,35 (3°)	Aro: 4,60 (8°)
Juvenil B	Isidora Sánchez	Jeannette Contreras	Balón: 7,90 (1°)	Cuerda: 6,10 (6°)	Balón: 6,95 (3°)	Cuerda: 8,35 (2°)
	Valentina Albornoz	Jeannette Contreras	Balón: 7,15 (2°)	Cuerda: 6,25 (5°)	Balón: 7,50 (2°)	Cuerda: 8,85 (1°)
	Nicole Baca	Giovanna Cucoch	Balón: 6,75 (3°)	Cuerda: 5,10 (8°)	Balón: 6,10 (5°)	Cuerda: 5,35 (8°)
	Lilian Moreno	Jeannette Contreras	Balón: 6,70 (4°)	Cuerda: 5,90 (6°)	Balón: 5,85 (6°)	Cuerda: 6,85 (4°)
	Katalina Concha	Giovanna Cucoch	Balón: 5,15 (11°)	Cuerda: 6,25 (4°)	Balón: 8,20 (1°)	Cuerda: 7,05 (3°)
	Danae Herrera	Jeannette Contreras	Balón: 3,95 (16°)	Cuerda: 3,60 (16°)	Balón: 4,60 (7°)	Cuerda: 6,25 (5°)

Para la Copa La Serena, realizada entre el 22 y el 24 de Septiembre, participaron 19 clubes. En la categoría Pre-infantil B compitieron 15 gimnastas para Cuerda, y 16 para Manos Libres. En la categoría Infantil B compitieron 24 gimnastas en Aro y Manos Libres. En la categoría Juvenil B, compitieron 23 gimnastas en Balón y 21 gimnastas en Cuerda.

Para la Copa Stella, realizada el 12 de Diciembre, participaron 8 clubes. En la categoría Pre-infantil B compitieron 13 gimnastas en Manos Libres. En la categoría Infantil B compitieron 10 gimnastas en Aro, y 12 gimnastas en Manos Libres. En la categoría Juvenil B compitieron 11 gimnastas en Cuerda y 13 en Balón.

Cabe mencionar que la segunda competencia, las gimnastas se encontraban un poco más solas al momento de calentar y prepararse para entrar al tapete, ya que las entrenadoras se encontraban en la función de organizadoras también, por lo cual no pudieron estar todo el tiempo junto a ellas.

## **Anexo 11: Focus Group con Gimnastas.**

Natalia: *“Chicas, les explico. Mi tesis habla sobre la inteligencia emocional de las entrenadoras, y cómo influye de ustedes como gimnastas. Entonces, bueno. La inteligencia emocional, primero, para que se hagan una idea, son varias habilidades sociales con las que yo puedo manejar mis emociones para que no me dominen, manejar las emociones del resto a través de la empatía pudiendo arreglar o solucionar las situaciones para que jueguen a mi favor. Entonces. Según esta pequeña explicación sobre inteligencia emocional, empatía, etc. ¿Cómo creen ustedes que la inteligencia emocional de la Giovi y la Seño afecta en su rendimiento como gimnastas?”*

Isidora: *“En que por ejemplo, cuando la Seño está así como muy bruja, como que una se pone más nerviosa y no puede pensar claro, entonces lanzamos los implementos a cualquier parte, te terminan retando. O hay veces en que a una le da miedo preguntar porque te puede retar, cosas así. Y con la Giovi pasa lo mismo, incluso es más rico trabajar cuando están así como más simpáticas, una se siente como más acogida, por así decirlo. Así como menos “¡No! ¡Lo tienes que hacer bien!”, así como más disfrutado.”*

Katalina: *“A mi en lo personal me siento mucho más presionada cuando me dicen “Te va a salir todo bien, te va a salir super bien”. Me siento más a gusto cuando me dicen “Pásala bien, disfrútalo, diviértete” y ahí siento que me relajo más”*

Lilian: *“Si, y como complementando lo de la Kata, como que en los campeonatos también eso es lo que más sirve, como que dependiendo del rendimiento de nosotras, lo que nos digan o lo que no nos digan, va a afectar en nosotras como personas y como gimnastas”.*

Natalia: *“Okey, me hablan un poco de las situaciones puntuales, pero ¿Qué piensan ustedes de sus entrenadoras sobre cómo son en general? Porque claro, hay momentos en que uno se siente más triste o más feliz, y va a influir en cómo yo hago las cosas. Pero ¿Cómo se sienten con sus entrenadoras en general, con su comportamiento a lo largo del año, por decir algún plazo?”*

Isidora: *“Yo encuentro que bien, pero hay veces que la Seño se deja influenciar mucho por lo que pasó antes de llegar a entrenamiento y como que siento que se descarga con nosotras, como que nos grita mucho, y lo mismo con la Giovi, cuando tuvieron un día súper malo, al final nos embarran a nosotras.”*

Sofía: *“Y nos exigen más de lo que deberían.”*

Natalia: *“Bueno, muchas gracias. Si alguna quiere añadir algo, bienvenido sea”.*

Amanda: *“Lo mismo que dijo la Isi”*

Natalia: *“Bueno chicas, eso era todo. Muchas gracias por su colaboración.”*