



ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y ACTIVIDAD FÍSICA.

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA.

Título del diseño de tesis:

DESERCIÓN DEPORTIVA.

Presentado por:

VIÑABAL, CESAR ALBERTO.

Director de tesis:

DI LELLA, EDMUNDO.

Salta Capital, Salta, Argentina.

2024.

AUTORIDADES UCASAL.

GRAN CANCELLER.

S.E.R.Mons. Mario Antonio de Carnello.

RECTOR.

Ing. Rodolfo Gallo Cornejo.

VICERRECTORA ACADEMICA.

Mg. Constanza Diedrich.

VICERRECTOR ADMINISTRATIVO.

Juan Manuel Siteli.

VICERRECTOR DE FORMACION.

Pbro. Cristian Arnaldo Gallardo.

VICERRECTOR DE INVESTIGACION Y DESARROLLO.

Lic. Daniel Sánchez.

SECRETARIA GENERAL.

Mg. Lic. Silvia Álvarez.

DIRECTOR DE LA ESCUELA UNIVERSITARIA EN EDUCACION FISICA.

Lic. Esp. John Heitmann.

INDICE.

RESUMEN/ABSTRACT.....	4
AGRADECIMIENTOS.....	6
CAPÍTULO I	7
1. GENERALIDADES.....	8
2. CONTEXTO.....	10
3. REFERENCIAS METODOLOGICAS.....	11
CAPÍTULO II	14
1. EL DEPORTE Y SUS CLASIFICACIONES.....	15
2. LA ADOLESCENCIA.....	17
3. EL HOCKEY Y SUS DIVISIONES.....	18
4. LA TACTICA, TECNICA Y ESTRATEGIA DEPORTIVA.....	19
5. ESPECIALIZACION DEPORTIVA.....	20
6. LA COMPETENCIA.....	21
7. ASPECTOS PSICOLOGICOS DEL DEPORTE EN ADOLESCENTES.....	23
8. DESERCIÓN DEPORTIVA.....	26
9. TEORIA DEL BURNOUT DEPORTIVO.....	33
CAPÍTULO III	36
1. RECOLECCION Y MUESTRA DE DATOS.....	37
2. ANALISIS DE LOS DATOS.....	39
3. CONCLUSION FINAL.....	64
CAPÍTULO IV	66
1. ANEXO.....	67
2. BIBLIOGRAFIA.....	72

RESUMEN.

El presente trabajo de investigación en torno al flagelo de la deserción deportiva, o también conocido como abandono deportivo, tiene un carácter mixto donde se combinaron aspectos cualitativos con algunos cuantitativos, además es de tipo explicativo porque se buscó exponer las causas del abandono.

Se trabajó con 39 jugadoras de hockey del club Popeye de Salta Capital, Argentina. Las mismas están comprendidas en las categorías de 7ma y 6ta división, entendiendo a esta entre las edades de 13 a 16 años. Durante el proceso de investigación se usó como principal base teórica la “teoría del síndrome de burnout” propuesta por Garcés de los Fayos, E (2010) donde expuso las principales variables que inducen un posible abandono deportivo, buscando estudiar las mismas en el contexto mencionado para poder arribar a la conclusión de si hay posibilidades de deserción en las jugadoras muestreadas.

Las conclusiones principales a las que se arribó fueron las que sí existe dicha posibilidad, siendo la principal causa el entorno familiar y las presiones impuestas por los padres.

Con la realización de este trabajo se buscó brindar información sobre un tema con el que convivimos día a día, tratando de generar un impacto en aquellos lectores para que tomen conciencia de lo que sucede y que podemos hacer para que deje de pasar.

ABSTRACT.

The present research work on the scourge of sports desertion, or also known as sports abandonment, has a mixed character where qualitative aspects were combined with some quantitative ones, and it is also explanatory because it sought to expose the causes of abandonment.

We worked with 39 hockey players from the Popeye club in Salta Capital, Argentina. They are included in the 7th and 6th division categories, understood to be between the ages of 13 and 16 years. During the research process, the “burnout syndrome theory” proposed by Garcés de los Fayos, E (2010) was used as the main theoretical basis, where he explained the main variables that induce possible sports abandonment, seeking to study them in the aforementioned context. in order to reach the conclusion of whether there are possibilities of desertion in the sampled players.

The main conclusions reached were that this possibility does exist, the main cause being the family environment and the pressures imposed by parents.

By carrying out this work, we sought to provide information on a topic that we live with every day, trying to generate an impact on those readers so that they become aware of what is happening and what we can do to stop it from happening.

AGRADECIMIENTOS.

Quiero arrancar agradeciendo eternamente a mis papas Marcela y César quienes me brindaron desde que era un niño todos sus valores que hoy me hacen ser la persona que soy, gracias por su amor y por apoyarme en cada paso y decisión que tome en mi vida.

A Florencia, mi hermana, mi complemento, mi mayor ejemplo a seguir, quien con su simple presencia hace de mis días y mi vida mucho mejor.

A mi abuela Adriana quien me forjó desde chico mostrándome las cosas de la vida y que hoy por hoy le agradezco eternamente.

A Valentina S., mi incondicional pareja quien fue la primera en apoyarme cuando decidí estudiar esto que tanto me apasiona y que día a día aguanta mis emociones empujándome siempre a superarme y lograr todo lo que me propongo.

A mis amigos de toda la vida, los históricos, quienes desde su lugar siempre me apoyaron y motivaron.

A Franco, R. por haberme ayudado con el proceso.

A Facundo, R., Gastón, F. y Lucas, M. por haber aparecido en mi vida y haberme dado la oportunidad de compartir valores y miradas, que hoy en día tengo el orgullo de llamarlos como amigos y colegas.

Al Lic. Di Lella, E. por haberme acompañado y guiado durante el proceso, poniéndose a predisposición de ayudarme brindando sus conocimientos y mirada.

Al club Popeye por haberme abierto sus puertas y permitir que se lleve a cabo el desarrollo del trabajo de investigación.

Y finalmente pero no menos importante, agradecerle y dedicarle la tesis y todo mi esfuerzo a esa persona que, sin saberlo, me enseñó a nunca bajar los brazos y seguir intentándolo toda la vida por más que cueste. La persona que cuando yo tenía 7 años elegí como ídolo y que hoy con 23 sigue siendo mi mayor referente de lucha y perseverancia: Lionel Andrés Messi.

A todos ellos, muchas gracias por haberme acompañado en el camino.

-C!

CAPÍTULO I

- **GENERALIDADES.**
- **CONTEXTO.**
- **REFERENCIAS METODOLOGICAS.**

1. GENERALIDADES.

1.1 TEMA.

La deserción deportiva de adolescentes entre 13 y 16 años que juegan hockey en el club Popeye, de Salta Capital, Argentina, en 7ma división de damas.

1.2 SITUACION PROBLEMA.

Durante mucho tiempo, principalmente en este último tiempo, se ha notado como muchos chicos y adolescentes le tienen miedo y cierto rechazo a la práctica deportiva por temas ajenos a ellos; llámense presiones por parte de los padres, sociales y hasta propias como así también miedos e inseguridades, y a pesar de todo ello, cuando lograron dar el primer paso y comenzar a entrenar cierto deporte aparece una presión aún más grande y pesada, que es la filosofía o mirada que tiene el club o los propios profesores, que en algunos casos no cuentan con las herramientas y/o un título que los avale como tales, en relación a sus paradigmas, es decir, si orientan todo a la competencia y rendimiento/resultado o si más bien permiten y dan lugar a un espacio de formación, recreación y diversión para sus alumnos como así también enseñan a competir.

Es de público conocimiento, sino basta con ir un día de partido y presenciar, que la presión lamentablemente juega un papel muy importante en las emociones y conductas de los adolescentes entre 13 y 16 años, franja etaria que representa una edad de especialización deportiva pero así también una de las más sensibles a las críticas y correcciones.

Es aquí donde temas relacionados a lo psicodeportivo y conducta, tales como la ansiedad, depresión, frustración deportiva, la falta de motivación y/o autoestima, aparecen y la persona debe luchar contra ellos para poder seguir creciendo y mejorando. Sin embargo, no todo es así ya que también, en la otra cara de la moneda, vemos como muchos chicos no ganan esta pelea y terminan abandonando y alejándose de los deportes, cayendo en la negación de una mala experiencia y frustración de no poder haber cumplido con las exigencias que el club (o los mismos entrenadores) les impuso.

A partir de esta problemática, surge la incertidumbre de saber las razones de porqué cada día se nota más esta situación, contextualizando a la misma en el club Popeye tomando de muestra a los

chicas de 7ma y 6ta de damas; de conocer cuáles son las medidas que se toman desde el club, cuales son los motivos reales que tienen los adolescentes para alejarse del deporte y si realmente los docentes tenemos las herramientas necesarias y estamos formados correctamente para saber manejar estas situaciones y poder prevenir el abandono o deserción deportiva a temprana edad.

1.3 PREGUNTAS DE INVESTIGACION.

¿Cuáles son las principales variables por las cuales las adolescentes que juegan hockey en 7ma y 6ta de damas del club Popeye tienden a abandonar el deporte?

¿Cuáles son las herramientas que todo profesional de educación física/entrenador debe tener para poder evitar estas situaciones?

1.4 OBJETIVO GENERAL.

- Analizar los factores que influyen en la deserción deportiva y abandono por parte de los adolescentes de 13 a 16 años que juegan hockey en el club Popeye en las categorías de 7ma y 6ta división de damas.

1.5 OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Enumerar las causas del abandono deportivo más comunes.
- Conocer la mirada que tienen los distintos actores del proceso en relación al tema.
- Establecer si existe relación entre el abandono deportivo con un paradigma competitivo del deporte.
- Aplicar la teoría “Burnout” propuesta por Garcés de los Fayos para determinar si hay posibilidad de abandono deportivo en los adolescentes muestreados.

2. CONTEXTO.

El presente trabajo de investigación tuvo lugar en el Club Popeye, ubicado en avenida Arenales 960, Salta Capital, Salta, Argentina.

El club data de la década de los '60s donde, en sus orígenes, arrancó siendo un club de béisbol. Con el pasar del tiempo, diversas disciplinas fueron incorporándose a la oferta brindada; En 1975 el hockey empieza a tomar fuerza en el club, desde entonces un sinnúmero de personas han tenido la oportunidad de adentrarse en el deporte y poder practicarlo/jugarlo. Al día de hoy, este número de participantes ronda entre las 700 y 800 personas.

El club se caracteriza por ser cuna de grandes talentos a nivel nacional e internacional siendo una de las más destacadas, la actual medallista olímpica Raposo Valentina (plata, en Tokio '21; y bronce, en París '24 respectivamente) quien proporcionó mayor prestigio y atractivo al club, evidenciando el nivel competitivo y potencial que se maneja en la institución.

En la actualidad, el club cuenta con béisbol, hockey, softbol, fútbol, vóley y newcom, entre otros. A raíz de esto y gracias a los diversos logros deportivos conseguidos por las disciplinas, se coloca al club Popeye BC, en un estatus social reconocido a nivel nacional e internacional.

Específicamente el hockey, disciplina que fue población de la investigación, se divide en las categorías que el propio deporte propone; Infantiles, Juveniles y Plantel Superior. Agregado a esto, existe una división interna de público conocimiento mencionadas como “líneas”, ellas son:

- Línea A – Popeye Bordo.
- Línea B – Popeye Blanco.
- Línea C – Popeye ByB.

Estas líneas van a servir de organización a nivel de competencia para los distintos planteles del club. Las mismas surgen a raíz de la enorme cantidad de jugadores/as que tienen.

El criterio de ubicación de los jugadores/as se hace a partir del desarrollo y rendimiento deportivo de los mismos. Siendo A (o Popeye Bordo) la categoría más alta de la división.

Es así que, en la investigación, se tomó de muestra a las jugadoras de 7ma y 6ta división en un total de 40 personas, indistintamente la línea a la que pertenezcan, para poder realizar el análisis de datos y generar las conclusiones pertinentes.

3. REFERENCIAS METODOLOGICAS.

El presente trabajo de investigación fue realizado en base a los lineamientos ofrecidos por Hernández Sampieri en su obra titulada “*Metodología de la Investigación*” a continuación, se detallarán los distintos componentes:

3.1 Tipo de investigación.

El trabajo en torno a la deserción deportiva en los adolescentes de 13 a 16 años, tuvo un carácter de tipo explicativo, ya que, a través de la misma se buscó responder el porqué del abandono hacia el deporte, y si es que los factores expuestos en la teoría del burnout tuvieron relevancia e impacto en estas decisiones.

A su vez, es importante señalar que, a lo largo de la investigación, su tipo puede cambió a ser descriptivo debido a que se enunció características, eventos o situaciones que giran en torno a la problemática.

3.2 Lógica de investigación.

Siguiendo con los referidos por Hernández Sampieri, la lógica de la investigación utilizada fue de tipo mixta; Por un lado, se consideraron aspectos cualitativos, tales como el uso de cuestionarios hacia jugadoras y entrenadoras. que sirvieron como instrumentos de recolección no numéricos, enfocándonos en una problemática social.

A la par, se tomaron aspectos cuantitativos, como la estadística, para el análisis de los datos obtenidos.

3.3 Población y muestra.

En cuanto a la población y muestra del trabajo:

- Población: Las adolescentes de 13 a 16 años que entrenan sistemáticamente hockey en el club Popeye.

- Muestra: 40 adolescentes de 13 a 16 años que entrenan sistemáticamente hockey en el club Popeye, comprendidos en categorías juveniles, específicamente en 7ma y 6ta división de damas, ubicado en Salta Capital, Salta, Argentina en el año 2024.

3.4 Instrumentos de recolección de datos.

En cuanto a la recolección de datos, las técnicas e instrumentos implementados fueron:

- Encuestas cerradas: Las mismas fueron de vital importancia para poder especificar cuáles son las principales causas en torno al abandono deportivo, en ellas se encontraron las respuestas de múltiple opción sobre las distintas variables posibles tomando como referencia teórica “la teoría del burnout” propuesta por Garcés de los Fayos.
- Cuestionarios: A través de estos se pudo conocer la mirada de los jugadores (que desearon acceder a responder ya que estas no fueron de carácter obligatorio) sobre la problemática, el mismo consto de preguntas abiertas que no fueron parámetro para determinar las conclusiones.

Cabe resaltar que, este instrumento de recolección, fue recomendación del propio club para poder conocer aún más las distintas posturas/pensamientos de sus socios.

- Observaciones y seguimientos grupales: Fue un método subjetivo, que no aportó en el análisis de los resultados, sin embargo, fue de vital importancia para tener un acercamiento previo y constante con la muestra del trabajo.

Los mismos fueron aplicados principalmente a aquellas deportistas de las divisiones estudiadas, como así también a los entrenadores/profesores a cargo de dichas adolescentes.

3.5 Instrumentos de análisis de datos.

Una vez se logró recolectar todos los datos necesarios para la investigación, se continuó con el análisis de los mismos donde, a partir del uso de la estadística y de herramientas tecnológicas tales

como Excel, Power Point, etc., se llevó a cabo el desarrollo de las conclusiones pertinentes a la investigación expuestas en esta infografía final.

CAPÍTULO II

➤ MARCO TEORICO Y SUSTENTO.

MARCO TEORICO.

1. EL DEPORTE Y SUS CLASIFICACIONES.

1.1 Deporte.

Partiendo de la base, el deporte es una parte fundamental e imprescindible para la cultura del ser humano. Data desde muchísimos años donde no solo se usó como medio de entretenimiento, en las antiguas civilizaciones, sino también como una forma de expresión física y social.

Es así que a lo largo de los años su concepción ha ido modificándose dependiendo del contexto y momento de la historia. Algunos conceptos claves que resaltaremos son: Según Incarbone, O. (2003) propuso que *deporte o actividad deportiva* es el conjunto de acciones relacionadas con la práctica metódica del ejercicio físico, que tiene como finalidad superar una meta o vencer a un adversario en competencia sujeta a reglas preestablecidas.

Por otro lado, Parlebás (1988) complementó proponiendo que es aquella actividad física reglada que se desempeña dentro de un espacio o área determinada.

1.2 Clasificación deportiva.

Así mismo, el autor nos marcó una clasificación de las prácticas motrices deportivas elaborada a partir de concebir cualquier situación motriz como un sistema en el cual el participante se relaciona globalmente con el entorno físico y/u otros posibles protagonistas. En esta clasificación toma tres componentes muy importantes que se irán relacionando entre sí, ellos son:

- Compañeros (C).
- Adversarios (A).
- Incertidumbre (I).

Sumado a estos componentes, cabe resaltar conceptos de gran relevancia para entender la clasificación propuesta, el de:

- Psicomotrices: Corresponde a las situaciones en donde el participante interviene en solitario. Por ejemplo: Surf.

- Sociomotrices: Corresponde a aquellas situaciones en donde el participante interactúa con los demás. Por ejemplo: Hockey.

A su vez, se resaltan tres tipos de prácticas sociomotrices: De colaboración, de oposición y de colaboración/oposición.

- Medio estable: Es un contexto regular previsible, sin incertidumbre donde el protagonista lo tiene domesticado y no debe preocuparse por tomar decisiones en torno a la lectura de este.
- Medio inestable: El contexto es fuente de incertidumbre en donde el protagonista debe tomar decisiones para adaptarse óptimamente a lo que lo rodea.

Clasificación CAI:

N	SITUACION	COMPAÑERO	ADVERSARIO	INCERTIDUMBRE	EJEMPLO
1	Psicomotriz	Ausente	Ausente	Ausente	Saltos
2	Psicomotriz	Ausente	Ausente	Presente	Buceo
3	Sociomotriz	Ausente	Presente	Ausente	Bádminton
4	Sociomotriz	Ausente	Presente	Presente	Maratón
5	Psicomotriz	Presente	Ausente	Ausente	Remo
6	Psicomotriz	Presente	Ausente	Presente	Kayak doble
7	Sociomotriz	Presente	Presente	Ausente	HOCKEY
8	Sociomotriz	Presente	Presente	Presente	Juegos en naturaleza.

A partir de la concepción brindada por el autor, el siguiente trabajo se contextualizó en base al mismo.

2. LA ADOLESCENCIA.

Zimmerman, M. (1991) describe a la adolescencia como un periodo de transición que comienza con cambios fisiológicos desde la pubertad hasta llegar a la edad adulta. Generalmente, se enmarca a esta etapa entre los 12 y 20 años.

Siguiendo con los aportes del autor, es un periodo caracterizado por una delgada línea de dependencia, principalmente de nuestros padres, e independencia; Donde se generan ambientes confusos, contradictorios, dolorosos en algunos casos y que se marcan mucho por las constantes fricciones entre el adolescente contra el mundo familiar y social.

“El adolescente atraviesa por desequilibrios, inestabilidad extrema, aislamiento; Alternado con audacia, timidez, urgencias, desinterés, apatía, conflictos afectivos y crisis existenciales.”

Por su parte, Meinel & Schnabel (1998) en su obra titulada *“Teoría del movimiento”* expusieron que la adolescencia es definida como la segunda fase de maduración o fase de manifestación de la diferenciación sexual específica y estabilización creciente. Situando a la misma entre los 13 hasta los 17 años en mujeres mientras que en varones abarca desde los 13 a 19 años de edad; Para la justificación de esto, los autores han tomado como referencia al paradigma biológico que apunta a que el cambio de etapas se da en la primera menstruación (en caso de las mujeres) como así también en la primera aparición de espermatozoides (en varones).

En este punto, resulta acorde resaltar y mencionar los dichos por Gessel (1980) en su obra *“El adolescente de 10 a 16 años”* donde resalta que, en el periodo comprendido de 13 a 17 años, el cuerpo sigue creciendo y cambiando, pero de forma más pausada que previamente. Nos menciona además que, esta etapa se caracteriza por los cambios psicológicos que se producen, ya que los adolescentes empezarán la búsqueda de una identidad propia con el objetivo de poder construir la imagen social que pretenden exponer. A raíz de esto, se vuelven egocéntricos y aumentan las tensiones y desacuerdos con sus padres, debido a que aumenta la necesidad de independizarse de ellos y de pertenecer a algún grupo social.

Finalmente, Gessel (1980) expuso que es un periodo de mucho riesgo porque se encuentran muy vulnerables al consumo de drogas, alcohol o tabaco, susceptibles a las críticas y reacios al desarrollo motor y actividad física (sea practicar un deporte o entrenar).

3. EL HOCKEY Y SUS DIVISIONES.

3.1 Hockey.

En este estudio, se investigó a las adolescentes que practican hockey como deporte; El *hockey* es un deporte donde juegan 11 vs 11, generalmente en una cancha de arena o de agua (entendiéndose en referencia a la superficie de las mismas), donde además cada jugador/a tiene dos elementos adicionales: un palo y una bocha, esta última común para todos los jugadores.

Siguiendo con lo mencionado por Parlebás (1988), el hockey se enmarca como un deporte sociomotriz, reglado y de colaboración/oposición sin incertidumbre en relación a su entorno, con el objetivo de tratar de hacer la mayor cantidad de goles en el arco del equipo rival. Sin embargo, a pesar de tener un objetivo, a primera sensación, “fácil”, resulta ser un juego bastante frustrante y difícil debido a la complejidad técnica, táctica y estratégica.

3.2 Divisiones y categorías.

En el hockey, como en todo deporte, existen distintas divisiones para poder trabajar de manera organizada y acorde a los jugadores. Las mismas son fundamentales, además, para asegurar la competencia adecuada facilitando así el desarrollo de las habilidades propia del deporte en los niños/adolescentes/adultos.

Las divisiones que podemos encontrar en este deporte son:

CATEGORIA	DIVISION	EDADES	OBSERVACIONES
Infantiles	Decima (10°)	7 a 8 años.	Adaptado
	Novena (9°)	8 a 10 años.	
	Octava (8°)	11 a 12 años.	
Juveniles	Séptima (7°)	13 a 14 años	Formal
	Sexta (6°)	15 a 16 años.	
	Quinta (5°)	17 a 19 años.	
Plantel superior	Intermedia	+19 años	+16 años.
	Primera	+19 años.	

4. LA TACTICA, TECNICA Y ESTRATEGIA DEPORTIVA.

En este punto, resulta acorde resaltar los conceptos anteriormente mencionados;

4.1 Estrategia.

Lafourcade (2003), propuso que la estrategia es la combinación de secuencias de procesos y operaciones tendientes al logro de un determinado propósito.

Por otro lado, Álvarez Bedolla, A. (2002) marcó que la misma es el proyecto o programa que se elabora sobre determinada base, para alcanzar los objetivos propuestos.

Una estrategia es un curso de acción determinado, la táctica consiste en allegar recursos y administrarlos de tal manera que el plan de acción se pueda ejecutar, tratando de contestar a la pregunta de ¿Cómo llevar a cabo nuestro planes e ideas? Mientras que la estrategia busca responder a ¿Qué debe hacerse en una determinada situación?

4.2 Táctica.

“La táctica es el proceso en que se conjugan todas las posibilidades físicas, técnicas, teóricas, psicológicas y demás, para dar una solución inmediata a las situaciones imprevistas y cambiantes que se crean en condiciones de oposición.” Álvarez, A. (2002)

4.3 Técnica.

La técnica, para Calvi-Minkevich (1995), es la ejecución de movimientos estructurales que obedecen a una serie de patrones tempo-espaciales modelos, que garantizan la eficiencia del movimiento. Representando la hiperespecialización de la motricidad, que se da para adaptarse a las exigencias del reglamento y del juego en sí.

5. ESPECIALIZACION DEPORTIVA.

Durante el desarrollo de la *especialización deportiva*, entendida, según Gallahue (1982), como la etapa entre los 13 y 16 años donde se trabajan aquellas habilidades propias del deporte, existen grandes actores que influirán en este proceso; Entre ellos se resaltan a los docentes en primer lugar y posteriormente a los dirigentes del club en donde se dictan las clases.

Ambos cuentan con una filosofía o paradigma a seguir; Esto se refiere a la orientación pedagógica que marcarán el camino. En este punto, debemos y podemos diferenciar las dos grandes corrientes que existen: Competencia y Formación/recreación.

La competencia enmarca un proceso distinto al de lo formativo y recreativo. Distintos objetivos, distintas dinámicas, pero así también un distinto paradigma que puede marcar positiva o negativamente al adolescente.

Si bien cierto que en un club se busca la competencia y el alto nivel para lograr sacar grandes deportistas y generar orgullo en la institución, anteriormente debe haber un periodo grande marcado por la formación y la recreación: En pocas palabras, aprender y divertirse.

Este proceso debe construir bases sólidas para la posterior competencia. En el hockey, específicamente, este cambio se realiza en las categorías de 7ma y 6ta división (juveniles) donde pasan a ser categorías competitivas que domingo tras domingo juegan con todas las reglas del deporte sin adaptación alguna a su edad y disponibilidad corporal. A pesar de este público conocimiento, las/os adolescentes (13-14 y 15-16 años) no están deportiva, física ni psicológicamente preparados del todo para afrontar estos nuevos desafíos.

Varios estudios nos han demostrado que, el rango etario comprendido entre los 13 y 16 años, es una de las etapas más sensibles a las críticas, al aprendizaje y a la autoestima; Entonces podemos decir que, la mirada del profesor, como así también, el acompañamiento del club hacia los/as jugadores/as juega un papel fundamental e imprescindible para el desarrollo deportivo, emocional y conductual de ellos/as.

6. LA COMPETENCIA.

6.1 Definición.

Cuando hablamos de competencia decimos que es el principal componente, o al menos, el primero que viene a la mente al hablar de deporte.

La R.A.E. (2024) expresa que competencia es la disputa u oposición entre dos o más agentes (en este caso deportistas, clubes, etc.) que aspiran a tener el mismo resultado (ganar).

Con competencia deportiva nos referimos a un enfrentamiento ya sea individual o colectivo ante un determinado objetivo. Es importante resaltar que se busca promover y garantizar la igualdad a través de federaciones que disponen de categorías según el nivel, buscando de esta manera equilibrar la disputa y aumentar el interés social por participar y/o ver el espectáculo brindado.

6.2 Paradigmas.

Partiendo de una base, un paradigma es un concepto utilizado comúnmente como sinónimo de ejemplo, hace referencia a un modelo a seguir y va a marcar el trayecto que se busca.

Tomando como referencia los paradigmas en los que se enmarca un club encontramos:

Uno competitivo, donde se busca el alto rendimiento y los resultados deportivo, como así también enfrentarse a clubes pares que estén al mismo nivel, sea regional, nacional e internacional.

Otro formativo/recreativo donde los asistentes buscarán construir las bases sólidas referidas a la técnica, táctica y estrategia del deporte como así también, encontrar en el deporte, un momento de distracción de los problemas cotidianos del día a día.

6.3 Diferencias entre competencia y recreación.

En este apartado vamos a diferenciar lo que es deporte competitivo del deporte recreativo;

Lawther, J. (1978) propuso las siguientes características que para su mejor comprensión van a ser comparadas a través de un cuadro:

DEPORTE COMPETITIVO	DEPORTE RECREATIVO
Es estresor y el resultado conlleva presión.	Educa y enseña a superarse.
Se disfruta pero en menor medida.	Existe el disfrute y placer ludomotriz.
Existe la posibilidad del fracaso deportivo.	Enseña a ganar y perder.
Se enfoca en el resultado y alto rendimiento.	Se centra en el proceso E-A.
Tiende al individualismo.	Colaborativo y socializador.
Es una carga para el día a día.	Posee un efecto distractor del día a día.
Aumenta el riesgo de abandono deportivo.	Fomenta la integración de todos hacia el deporte.
Educa para el deporte.	Educa a través del deporte.

La competitividad ayuda al proceso de crecimiento de los deportistas que tienen a buscar desafíos, esforzándose por lograr sus objetivos y auto superarse a pesar de frustraciones, derrotas y/o fracasos; Sin embargo, el mismo autor planteó la duda de sí ¿La competencia es buena o mala? Donde finalmente respondió diciendo que *“es un proceso social, que ni es bueno ni malo, sino que depende la orientación que le otorguen los agentes deportivos. Mucha gente obtuvo gran placer a la hora de competir y mucha otra se llenó de frustraciones y displacer”*.

7. ASPECTOS PSICOLOGICOS DEL DEPORTE EN ADOLESCENTES.

A lo largo del estudio se hace referencias a palabras y conceptos claves relacionados al ámbito de la psicología, específicamente a la psicología emocional como así también la psicología deportiva.

Psicología emocional, para Darwin (1859), es una rama de la psicología que se ocupa de conocer y gestionar los diferentes tipos de emociones; Por su parte, la psicología deportiva, es el estudio de las conductas de la persona en un contexto deportivo y de actividades físicas.

7.1 Definiciones.

Cuando hablamos de *conducta*, Lagache (1941) la define como el conjunto de respuestas significativas que manifiesta un ser vivo en relación a su entorno.

A partir de este primer concepto podemos ramificar aquellas manifestaciones que serán variables de estudio de esta investigación: Trastornos de la conducta, específicamente la ansiedad, presión, motivación y ausencia de la misma, estrés y frustración deportiva.

Para su mejor comprensión, se conceptuará cada definición a partir de la RAE - Real Academia Española (2024):

La *ansiedad* es el estado de agitación, inquietud o zozobra dado a partir de preocupación y miedos excesivos antes situaciones cotidianas, en el caso de la investigación haría referencia a la ansiedad de querer mejorar constantemente.

Presión, es una fuerza moral o influencia ejercida sobre una persona para condicionar su comportamiento, en relación al estudio, lo tomaremos desde el entorno ya sea por el club, lo social, los padres y personal.

Por su parte, la *motivación*, se entiende como factores internos y externos que determinan el accionar de una persona.

El *estrés* es la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos graves.

Por último, la *frustración* debe ser entendida como el sentimiento de insatisfacción o fracaso. En relación a lo deportivo, vendría a significar el mal sentimiento de sentirse insuficiente o fracasado debido al incumplimiento de las exigencias del club o del profesor.

Retomando con lo anteriormente mencionado, es de vital importancia que en la etapa estudiada haya profesionales a cargo de los grupos, lamentablemente por diversas situaciones, esto no ocurre.

7.2 La personalidad en el abandono deportivo.

En este apartado, siguiendo los dichos por Garcés de Los Fayos, E. (2010) en su obra “*El síndrome de burnout*”, se abordarán diversas variables de la personalidad que podrían dar pie al abandono deportivo.

Partiendo de una base, Freud, S. (1923) padre y mentor de la psicología quien aportó grandes obras a su campo de estudio, desarrolló una teoría denominada como “*El yo y el ello*” donde sostuvo que la personalidad es un sistema complejo y dinámico que se compone de tres estructuras principales: el YO, el ELLO y el SUPERYÓ; Estas estructuras interactúan entre sí e influyen en el comportamiento humano, pensamiento y emociones.

- El ELLO: Es la parte primitiva e instintiva de la personalidad, busca la gratificación inmediata de los deseos y necesidades, sin considerar las consecuencias sociales/morales. Se caracteriza por ser irracional e inconsciente.
- El YO: Es la parte de la personalidad que media entre el ELLO y el SUPERYÓ. Busca satisfacer los deseos del ello de una manera socialmente aceptable. Se desarrolla mientras la persona va creciendo, ya que, es totalmente racional buscando tomar decisiones basándose en la lógica.
- El SUPERYÓ: Es la parte de la personalidad extremista, formada a partir de los padres y la sociedad. Busca la total perfección.

Concluyendo que la personalidad es el conjunto de características, patrones, emociones y comportamientos que hacen que la persona sea única, como así también, sus interacciones con el mundo y la sociedad.

Retomando con los dichos de Garcés de los Fayos (2010), las variables que podrían recaer en el abandono deportivo son:

- Inestabilidad emocional:

Parece que los deportistas, principalmente adolescentes, que muestran un estado emocional variable presentan mayores posibilidades del burnout o abandono deportivo ya que esta inestabilidad condicionará a los aspectos cognitivos a la hora de tomar decisiones.

- Menor entusiasmo con lo realizado:

Cuando en la persona que hace deporte se aprecia poca ilusión acerca de lo que se realiza, siendo que la misma debería ser motivante y satisfactoria, se puede entender que está en una rutina pesada psicológicamente que puede desencadenar el síndrome de burnout.

- Competitividad no adaptativa y desconfianza:

Con independencia de que el programa de actividad física esté orientado a la competición, cuando se presenta un nivel competitivo erróneo y todo consiste en ganar o perder, las posibilidades de que los estresores aumenten es un hecho y, por lo tanto, las del abandono crecen.

- Actitud reservada y reprimida:

Un deportista que muestre un comportamiento excesivamente tímido, que le provoque dificultades a la hora de socializar, tendrá mayores posibilidades de padecer el síndrome. No exteriorizar el sufrimiento psicológico que conlleva el deporte, supone aumentarlo directamente.

Son estas variables el sustento de la personalidad deportiva, las mismas serán analizadas para determinar su impacto en la problemática estudiada.

8. DESERCIÓN DEPORTIVA.

Cuando hablamos de deserción deportiva, Guffante, T. y Chávez, J. H. (2016) en su obra la deserción deportiva en la educación superior, hicieron referencia que esta es entendida como el abandono voluntario del deporte practicado, sea para vivenciar otras ramas de la cultura tales como el arte o la música o para poder practicar otros deportes.

Así también, el autor Cruz, J. (1998) nos va a plantear que, durante el proceso deportivo, el mismo está sustentado en los llamados agentes de socialización que son los padres, entrenadores y los dirigentes deportivos.

En este punto es importante entender el concepto de deporte como práctica social; Para Parlebás (1988) el deporte social es el concepto que engloba un aprendizaje motor en un contexto social determinado, resaltando a dos partes muy importantes en este proceso, que son los escenarios (el lugar físico donde se da el aprendizaje motor) y los actores (todas aquellas personas implicadas en este proceso).

Retomando con los apuntes de Cruz, J. (1998):

“Para el niño/adolescente el rol que ocupa el deporte en sus vidas es muy importante. La visión de sus padres acerca de lo que significa ganar, lograr o divertirse, el respeto por las reglas, la victoria a cualquier precio son factores decisivos que van a condicionar en el niño y/o adolescente su forma de ver, entender y vivir el deporte.”

También agregó que los padres junto a los entrenadores, o llamados también formadores deportivos, generan muchas ansiedad y presiones, dado que buscan el éxito en el corto plazo por encima del proceso de aprendizaje y formación deportiva. De esta manera concluyo que, gracias a esta problemática, es que nos encontramos con una numerosa cantidad de niños/adolescentes frustrados y estresados por el deporte que practican.

Por comodidad se coloca a personas no profesionales en la educación física y deportiva a hacerse cargo de los grupos, lo que genera una mala enseñanza que, sumado a la bajada de línea del club de conseguir si o si logros deportivos, dan como resultado la posibilidad de deserción deportiva de los adolescentes, qué en algunos casos provoca malas experiencias y depresión en las personas.

Sumado a esto, el autor Duran, J. (2007) nos planteó en sus investigaciones que es un error muy importante, por parte de padres, dirigentes, profesores a cargo e incluso personales, es creer que los adolescentes que están arrancando a competir van a ser Nadal o Messi, cuando la realidad es que deben atravesar por un proceso de enseñanza-aprendizaje muy riguroso a lo largo del tiempo.

8.1 ¿Adherencia deportiva?

Cuando hablamos de deserción deportiva resulta imprescindible hacer referencia a su contraparte, la adherencia deportiva; La misma, distintos autores tanto del ámbito de la E.F. como de la Psicología Deportiva, puede ser entendida como el grado de compromiso que tiene el deportista a la hora de entrenar y entregar parte de su vida al club/institución donde desarrolle dichas actividades.

Ahora bien, tomando como referencia a los apuntes de la cátedra “Factores y riesgos psicosociales de la actividad física para la salud” de la FUNIBER (Fundación universitaria Iberoamericana), podemos decir que uno de los mayores fracasos en el desarrollo de los programas de actividad física y deportiva es la poca adherencia a los mismos. No es extraño tampoco que, muchos de estos programas, terminen con el abandono deportivo por parte de las personas que iniciaron su participación.

Son los técnicos/entrenadores quienes originan el programa, pero junto a esto existen otros componentes, tales como sociales, familiares o personales, que van a influir en la práctica de la actividad deportiva y, en consecuencia, en su adherencia o abandono.

El abandono deportivo es la mayor dificultad con la que se puede llegar a encontrar un profesional de Educación Física. Entre otras cosas, el abandono es el síntoma más grave de que lo que se está haciendo no está siendo tan eficaz como se hubiese deseado, lo que en sí mismo debería ser tomado como una oportunidad para reflexionar acerca de que se ha hecho mal y cómo podemos solucionarlo.

8.2 Posibles variables que inducen el abandono deportivo.

En este punto resulta importante tomar como referencia a tres pilares fundamentales; Sea positiva o negativamente, la decisión sobre el posible abandono va a estar influenciada por al menos uno de estos tres, ellos son:

➤ 8.2.1 Variables personales.

Los componentes relacionados con la propia personalidad del individuo que practica algún deporte suelen ser los que determinan la posibilidad del abandono deportivo. Generalmente están asociados con el aumento de la motivación como así también en la disminución de la ilusión de seguir practicando dicha actividad, aumentando la adherencia o la propensión al abandono respectivamente.

En este punto no solo se trata del individuo en sí, sino que también hace referencia a sus relaciones personales y como estas van a influir en la decisión, su situación actual y el contexto en el que se desenvuelve.

➤ 8.2.2 Variables Familiares.

Siguiendo con los apuntes de Funiber (2023), se expuso que resulta interesante conocer el contexto familiar de cualquier persona que practique un determinado deporte. Abordar situaciones familiares implica la posibilidad de influencia positiva o negativa en el adolescente, ya que los mismos por una cuestión biológica, cuando son niños tienden a seguir a rajatabla lo que sus padres les imponen y dicen; De esta manera se ven condicionados a seguir con un patrón de que si sus familiares son/fueron deportistas, ellos deben serlo también.

➤ 8.2.3 Variables sociales.

El entorno social del deportista es una variable que no se puede obviar, menos específicamente en un deporte sociomotriz como el hockey.

Contextos facilitadores o poco reforzantes a la hora de la práctica deportiva provocan diferentes índices de participación, esto además se ve influenciado por el grupo, los compañeros, la disponibilidad de elementos y el entrenador a cargo.

En definitiva, conocer el contexto social ayuda a entender la tendencia de la adhesión o del abandono deportivo, el cual se ve muy influenciado por el mismo.

8.3 Presiones familiares.

Como se explicó anteriormente, la familia juega un papel fundamental e imprescindible en el desarrollo deportivo, social y psicológico del deportista (principalmente en etapas de iniciación y posteriores juveniles).

Ortin (2009) en su obra titulada como *“Acompañamiento paterno durante la carrera deportiva”* elaboró el siguiente cuadro que evidencia la relación de factores determinantes en el inicio de la vida deportiva:



El mismo continuó explicando que los padres son el eje central de todo proceso deportivo de iniciación (infantiles en hockey) y mantención (juveniles). Sin embargo, los compañeros, el entrenador o profesor a cargo y hasta el propio deportista también son agentes muy importantes en este proceso; Todos ellos podrán influir positiva o negativamente en las futuras decisiones.

Ortin siguió mencionando que la actitud de los padres es un tema complejo y ampliamente estudiado. La práctica deportiva de los propios padres y la expectativa sobre el éxito que el hijo/a pueda tener en el deporte, marcará de alguna manera la forma de motivar o presionar cuando el adolescente atraviese por diversas situaciones que la actividad plantee. Por otro lado, suelen tener percepciones erróneas de lo que se debe hacer para rendir, basándose únicamente en experiencias propias sin analizar las características propias del adolescente y la situación deportiva en la que se encuentre.

8.4 El entrenador/profesor.

Siguiendo las referencias brindadas por la Fundación Universitaria Iberoamericana, en el apartado *“El entrenador/monitor como pilar que acompaña la familia”* se han expuesto numerosos conceptos claves en torno al tema tratado, entre ellos se resalta que a medida que los niños crecen, generalmente en la adolescencia, la influencia de los padres es compartida con otros agentes de socialización, en donde resalta la figura del profesor/entrenador.

Este mismo no solo es responsable de la creación de la actividad, sino que también de la dirección y ejecución de la misma desde lo técnico como desde lo psicológico. El monitor es clave para la motivación y adherencia al deporte de los adolescentes.

Nieto, J. L. y colaboradores, en sus aportes al campo de la psicología deportiva de los entrenadores, expusieron que el trabajo psicológico que necesita un entrenador, es importante y se dirige en dos aspectos muy importantes:

1. Las estrategias dirigidas a la creación de un mejor ambiente de aprendizaje en una actividad/deporte.
2. Estrategias dirigidas al entrenamiento psicológico propio, es decir, la relación con padres, comunicación, manejo de grupos, autocontrol, etc.

El ya mencionado, paradigma o dirección que asuma el entrenador, puede ser la diferencia entre una actividad de disfrute y una de conflictos y tensiones. En este sentido, algunos de los déficits que se han encontrado en profesores a la hora de dirigir una actividad pueden ser causal del abandono deportivo.

Según Cruz, J. (1996) estos aspectos pueden ser:

1. Baja utilización del refuerzo positivo, del ánimo y de la instrucción cuando se comete un error.
2. Exceso del uso de castigo e ignorancia ante los errores (no corregirlos) y los aciertos.

8.5 La sociedad.

La sociedad, o lo social explicado previamente, juega un papel determinante basándose en aquellas variables que son totalmente externas al individuo pero que ejercen una gran influencia sobre la persona, su progreso y en su práctica deportiva, suponiendo una incidencia directa en la adherencia como así también en el abandono.

En este apartado, autores que sirvieron de sustento para el trabajo proporcionado por Funiber (2023) nos propusieron un listado de factores sociales que influyen en la evolución deportiva de los adolescentes, resaltando entre ellas:

➤ 8.5.1 Factores técnicos deportivos.

Marca que los entrenadores son la figura que más influyen en el desarrollo deportivo, brindando apoyo técnico en el aprendizaje, asesoran en relación a los obstáculos que se van atravesando, facilitan la práctica y están dispuestos a ayudar.

La persona que practica el deporte necesita el apoyo de estos profesores para sentir la seguridad necesaria en cuanto a lo que está haciendo, sentirse escuchados/as, y, sobre todo, tener la sensación de que puede contar con él en todo momento.

Esta relación permite que se aumente y se consolide la adherencia de la práctica deportiva. Sin embargo, cuando la persona se encuentra con un entrenador que no establezca esta relación tenderá con más frecuencia a la deserción deportiva; Ya que supondrá una falta de apoyo que derivará en la ausencia de motivación y atracción al deporte.

➤ 8.5.2 Compañeros.

Los compañeros cuentan con una importancia muy significativa en el desarrollo deportivo del individuo. El hecho de estar a gusto con los mismos facilita el compromiso con la actividad, aumentando así la adherencia. Por el contrario, cuando el grupo no es de su agrado, pueden aparecer problemas que inciten al abandono.

➤ 8.5.3 Valores del club/institución.

Finalmente, nos encontramos con un factor determinante: El club/institución donde el adolescente se va a desarrollar.

Autores han afirmado que es oportuno describir este apartado, dejándonos la siguiente reflexión:

“... Así serán los valores sociales que predominen en los contextos habituales de las personas, los que darán lugar al concepto de deporte que se tenga guarde más relación con la potenciación de una práctica saludable, divertida y relacionada con la recreación, u otra más asociada a la extrema competitividad que favorece la rápida aparición del abandono...”

Entre ambos aspectos podemos comprobar diferentes niveles y grados de influencias que pueden recaer en el potencial de adherencia o abandono del deporte.

➤ 8.5.4 Medios de comunicación.

Sumado a esto, debemos mencionar otro pilar fundamental que transmite valores también; Los medios masivos de comunicación, los cuales instalaron el *modelo social mediático del deporte*.

Siguiendo los apuntes de factores y riesgos psicosociales para la actividad física de Funiber (2023), nos explica que el modelo social mediático del deporte es aquel que está más interesado en transmitir valores que incidan en desarrollar hábitos específicos en la población, aunque no sean los más relacionados con el deporte y/o salud.

Lo que este tipo de modelo de deporte quiere lograr instaurar es:

- Plantear el éxito profesional del deporte como única meta que realmente merece la pena conseguir.
- Lo valioso es lo inmediato, sin importar el proceso.
- Una persona vale lo que valen sus resultados y logros deportivos, dejando de tener valor en el momento que dejan de alcanzarlos.
- La debilidad se muestra perdiendo.

A raíz de esto, podemos y debemos preguntarnos por qué permitimos como sociedad que estos valores sean transmitidos con total naturalidad.

9. TEORIA DEL BURNOUT DEPORTIVO.

9.1 Modelo teórico.

Durante mucho tiempo, todos los temas relacionados al desgaste psicosocial del deporte han sido considerado un tema delicado de tratar; Es a partir de esto que surge un trabajo innovador que hace referencia a todo lo mencionado anteriormente, Garcés de los Fayos, E. (2010) en su investigación denominada “*Síndrome de burnout*” expuso que el mismo sería la causa esencial del abandono.

El burnout es el resultado del estrés crónico producido por el desajuste entre demandas de la situación y las posibilidades de afrontamiento del sujeto. El autor continuó resaltando los siguientes aspectos que ayudan a comprender mejor el concepto tratado:

- El abandono psicológico, físico y emocional de una actividad que, anteriormente, se consideraba como deseable y motivante. Pasando de ser algo satisfactorio y deseable a convertirse en una fuente de estrés.
- Se caracteriza por una pérdida progresiva de idealismo, energía y motivación, apareciendo un estado de fatiga, incremento de la irritabilidad y pérdida de entusiasmo.
- Esta producido por un trabajo duro realizado durante demasiado tiempo en situaciones de presión.
- Aparecería, como consecuencias de este estado, sentimientos de incompetencia, fragmentación y frustración deportiva.

9.1.2 Características dimensionales del burnout.

Siguiendo con su trabajo, Garcés de los Fayos (2010) propuso tres dimensiones que caracterizan a la problemática, ellas son:

1. Agotamiento emocional: Es la primera fase del síndrome y supone, para la persona que lo sufre, sentir un cansancio psicológico muy elevado, que es duradero en el tiempo y la persona sabe que los efectos negativos son debido al estrés que vive.
2. Despersonalización: Es una segunda fase, la misma consiste en un distanciamiento emocional de las personas con las que comparte el contexto deportivo específico. El sujeto se mostrará de manera fría y distantes hacia los agentes con los que comparte dicha actividad.

3. Reducida realización personal: Por último, y como consecuencia de lo que se viene viviendo, la persona desarrolla este estado en el que muestra que no es capaz de sentirse bien en la actividad física que practica, padeciendo una grave disminución de su potencial personal y deportivo, y hasta llegando a plantearse el qué hacer o cómo seguir.

9.2 Factores que desencadenan el síndrome.

Garcés de los Fayos (2010) continuó argumentando que este síndrome, de principal característica social, tiene diversas variables que se notan con mayor frecuencia a la hora de investigar a diferentes muestras que padecen/padecieron de este problema, ellas son:

- Estilo negativo del entrenador: Hace referencia a que el “estilo” o forma de trabajo del entrenador es sentido como adverso por parte de los alumnos.
- Excesivas demandas deportivas: Los deportistas más propensos a sufrir este síndrome son aquellos que están muy centrados en la competencia y el resultado, consecuencia de estar saturados emocionalmente.
- Altas demandas de energía y tiempo: Cuando la competencia exige demandas de tiempo muy elevadas como así también un costo energético amplio, aparecen mayores posibilidades de estresores en los deportistas, que, como consecuencia, puede desencadenar el síndrome.

A su vez, desde un punto de vista personal logro determinar los siguientes tres factores, propuestos por el autor, como los más determinantes:

- Sensación de estar apartado: Una de las sensaciones más desagradables que puede sufrir un deportista es la de considerar que está siendo apartado de la actividad física y deportiva. Muchas veces a causa de los profesores a cargo (Llamado de atención para los profesores y futuros profesores de educación física).

- Inadaptación de las expectativas originales con los logros finales obtenidos en el deporte:
En muchas ocasiones ocurre que no hay sintonía entre lo que quería lograr la persona que se inició en la práctica deportiva con lo que finalmente ha encontrado.
Es el caso, por ejemplo, de los niños/adolescentes que esperan disfrutar del deporte con sus amigos, y lo que encuentran es excesiva presión por los resultados y logros deportivos.
- Intereses “mercenarios” de los padres: Cuando los jóvenes practican deporte competitivo, y, además, comienzan a obtener resultados que acompañan, hay padres que intuyen en sus hijos la posibilidad de estar ante deportistas que pueden ganarse la vida a través de la actividad física, perdiendo la perspectiva del hijo que solo está en fases de formación.
Llevar a los hijos a situaciones de presiones similares a las que se exponen deportistas profesionales, ha quemado a muchos adolescentes sin atender a las necesidades propias de la persona.

Es así que, gracias a los aportes del autor mencionado, el abandono deportivo toma mayor relevancia e importancia entre los distintos agentes del proceso de enseñanza aprendizaje en adolescentes de 13 a 16 años.

Se trata de un tema poco abarcado, sin embargo, hay que darle mayor atención y poder a través de un trabajo interdisciplinario (entre Profesores de Educación Física, entrenadores, psicólogos deportivos, dirigentes, padres y propios compañeros) prevenir este flagelo social y darles posibilidad a todos de desarrollarse a través del deporte.

CAPÍTULO III

- RECOLECCION Y MUESTRA DE DATOS.
- ANALISIS DE DATOS.
- CONCLUSIONES.
- CONCLUSION FINAL.

1. RECOLECCION Y MUESTRA DE DATOS.

1.1 Hacia las jugadoras.

Para la recolección de datos, como se mencionó en capítulos anteriores, se realizó un cuestionario, con base de sustentación en la teoría del burnout propuesta por Garcés de los Fayos, E. (2010) en su obra titulada *“Síndrome de burnout”*.

Dicho cuestionario constó de 5 ejes principales los cuales hacen referencia a las variables que influyen en el posible abandono deportivo a causa de padecer el síndrome burnout; Estos ejes fueron:

- Yo y el deporte: Donde se abarcaron temas personales en relación a la práctica del deporte.
- Profesores/entrenadores: Tocando temas relacionados al día a día de estos agentes importantes en el proceso deportivo.
- Familia: Para conocer la relación deportista-familia.
- Compañero/as: Otro pilar fundamental en el desarrollo deportivo.
- Club: Buscando aquí conocer la realidad del día a día y como esto influye en las decisiones de las chicas.

En conjunto a este instrumento se realizaron observaciones a diversos entrenamientos y partidos que fueron disputándose durante el transcurso de las semanas.

Es importante aclarar que dichas observaciones no son un instrumento del cual recaude datos para su posterior medición, sino que, me permitieron un primer acercamiento al grupo a fin de entender diversas conductas y costumbres que las jugadoras y entrenadores manifiestan.

1.2 Hacia los entrenadores/as.

En paralelo a las encuestas realizadas a las jugadoras, hay otra mirada muy importante en el proceso de enseñanza aprendizaje del deporte y es la de los profesores y entrenadores a cargo.

A ellos se les aplicó también un cuestionario, pero de forma más directa, entendiendo que, los mismos son capaces de asimilar aún más el flagelo estudiado. Así mismo, se realizaron entrevistas las cuales no fueron tenidas en cuenta, sino que al igual que las observaciones a las jugadoras, me

permitieron un acercamiento previo y poder explicar el propósito de mi investigación para garantizarme la colaboración de su parte.

En el cuestionario se realizaron un total de 11 preguntas cerradas y 1 abierta para que ellos puedan dar su opinión respecto al tema.

De dichas 11 preguntas, 9 fueron relacionadas a las variables propuestas en la teoría tratada pero esta vez desde la mirada del profesor. Las 2 preguntas restantes fueron las mismas realizadas a las jugadoras en su cuestionario, para así de esta manera, realizar la comparación de los pensamientos de ambos agentes del deporte.

Cabe resaltar que, ambos cuestionarios, serán expuestos en el apartado “ANEXOS” del siguiente capítulo.

A continuación, se detallará el análisis de cada pregunta.

2. ANALISIS DE LOS DATOS.

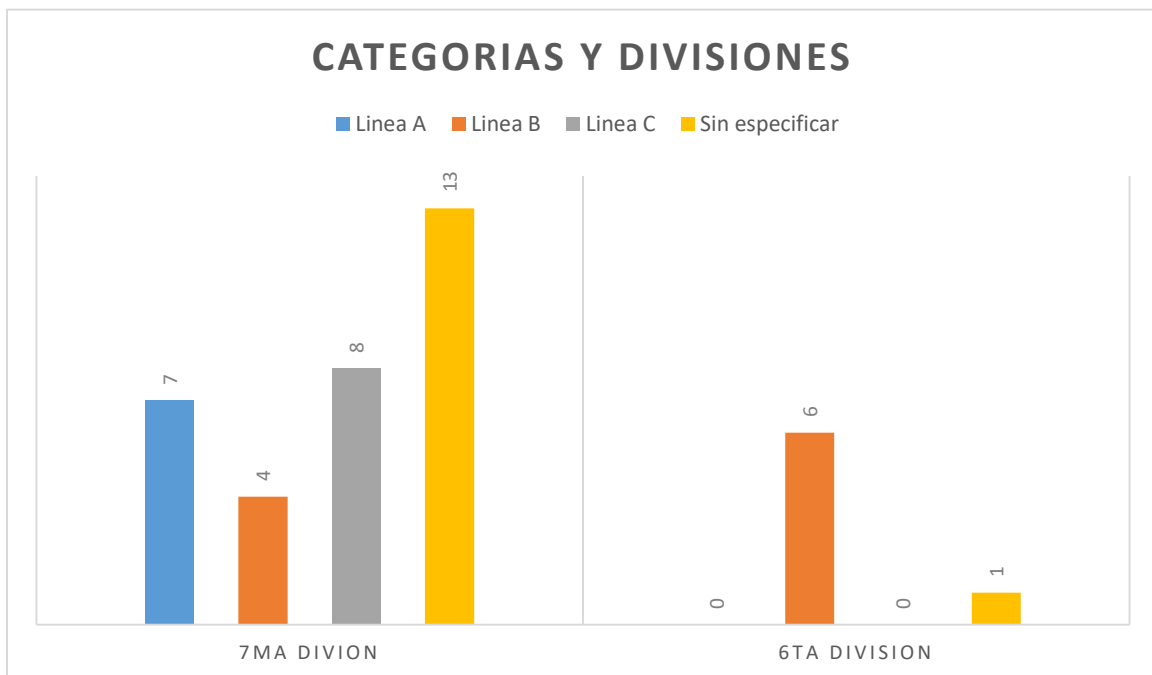
2.1 Grafico N°1: Categorías y divisiones de la muestra.

En esta pregunta lo que se pretendió fue realizar una distribución del total de la muestra realizada (39 jugadoras) comprendidas en las diversas categorías y divisiones estudiadas, dejándonos:

➤ TABLA DE CONTINGENCIA:

Categoría	Línea A	Línea B	Línea C	S/E	Total
7ma	7	4	8	13	32
6ta	0	6	0	1	7
Total	7	10	8	14	39

➤ HISTOGRAMA:



➤ CONCLUSION:

En el presente análisis se detectó que del 100% de la muestra:

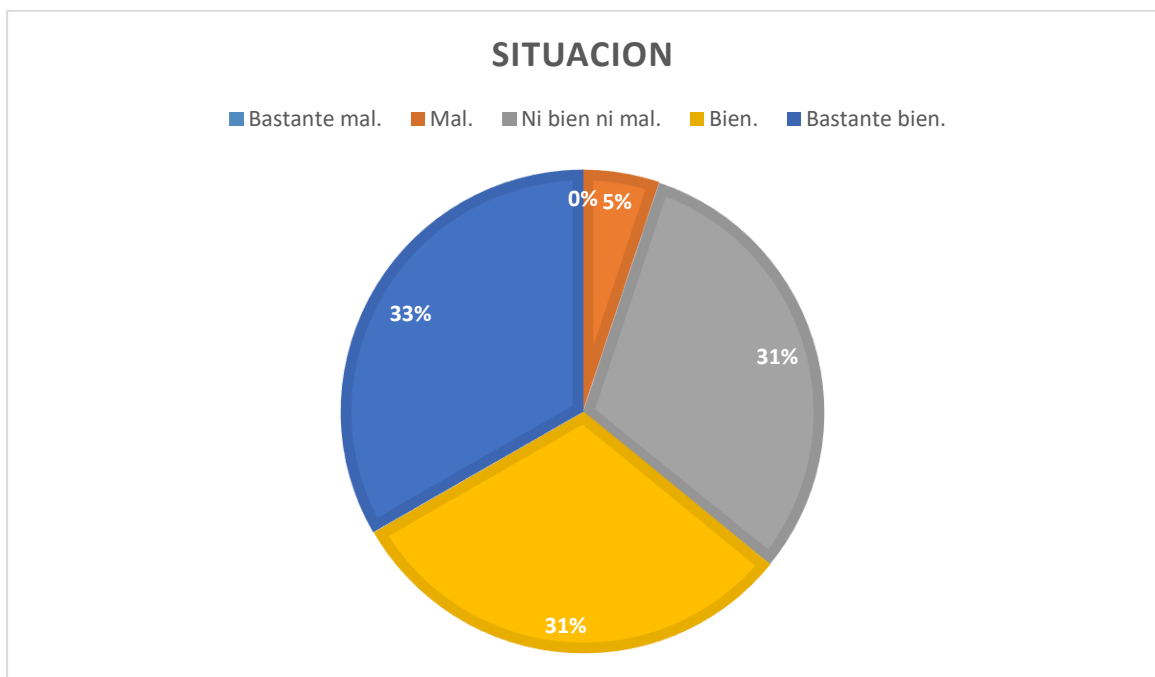
- 82% refiere a la categoría de 7ma división;
Dejándonos además que del 100% total de la categoría un 21,8% es de línea A; un 12,5% es de línea B; un 25% es de línea C; y finalmente el 40,6% restante no especifico a que línea pertenece debido a que va alternando en las mismas.
- 18% refiere a la categoría de 6ta división.
Donde simplemente del 100% de la categoría, el 85,7% son de línea B mientras que el 14,3% restante no especifico.

2.2 Gráfico N°2: Año deportivo.

A continuación, se detalla el resultado de la pregunta “En una escala del 1-5: ¿Cómo me sentí este año con el deporte y en el equipo?” donde se buscó conocer una autoevaluación evidenciando el siguiente resultado:

(*) Cabe aclarar que en esta pregunta se brindó la oportunidad de responder con 5 opciones, siendo ellas: Bastante mal, mal, ni bien ni mal, bien y bastante bien.

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

A partir del gráfico expuesto podemos, en primera instancia marcar que:

- 33% equivalente a 13 jugadoras durante el año se han sentido bastante bien.
- 31% equivalente a 12 jugadoras durante el año se han sentido bien.
- 31% equivalente a 12 jugadoras durante el año se han sentido de manera indiferente.
- 5% equivalente a 2 jugadoras durante el año se han sentido mal.
- 0% equivalente a 0 jugadoras durante el año se han sentido bastante mal.

Ahora bien, si sumamos las dos porciones que indican que las jugadoras se sintieron cómodas respecto al grupo y a su año deportivo podemos decir que el 64% del grupo se encuentra en esta situación; Sin embargo, sigue resonando el 31% referencial a que no se sintieron ni bien ni mal, generando así la incertidumbre del saber el porqué de esta situación.

Afortunadamente, solo un 5%, o bien 2 personas, se encuentran por debajo de la indiferencia lo que deja una cierta tranquilidad al tener conocimiento de un número tan bajo en la muestra total.

(*) En este punto, resulta acorde resaltar que más adelante en el desarrollo del presente informe final, se verán las causas que determinaron el porque de estos números.

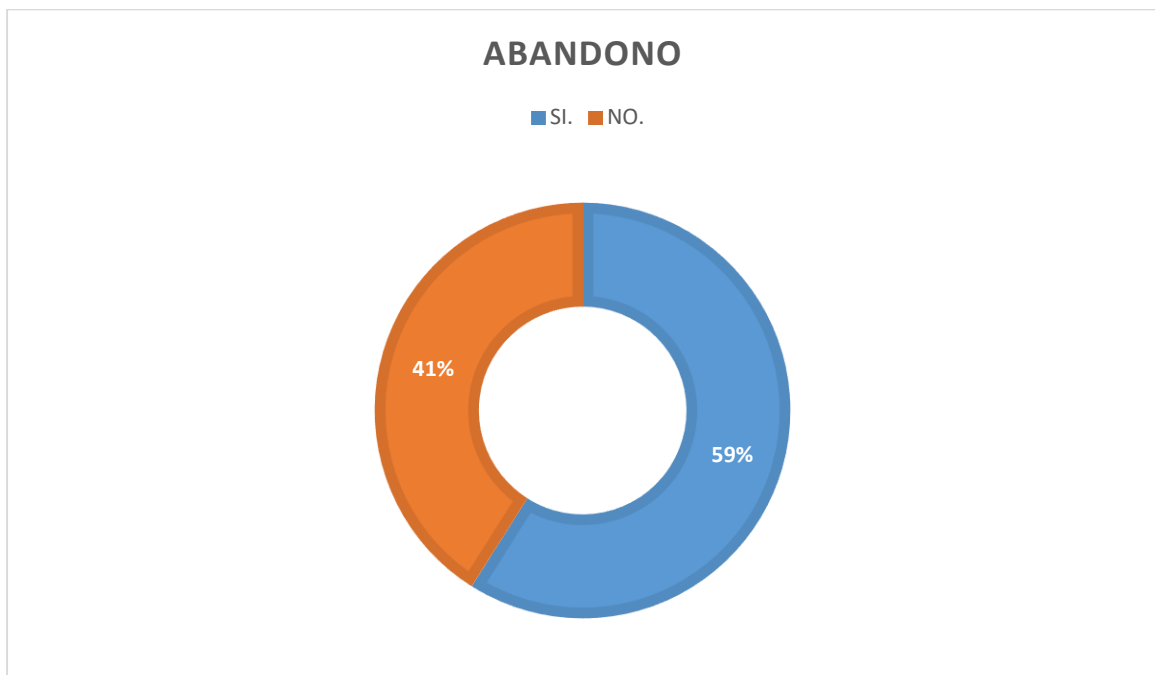
2.3 Gráfico N°3: Abandono deportivo y sus causas.

Tal vez la pregunta más resonante del tema de investigación, para su análisis se juntó a las preguntas “¿Alguna vez pensé en abandonar el deporte?” Y “Si mi respuesta anterior fue sí, ¿Cuál fue el motivo que me hizo pensar eso?”.

A través de este conjunto de preguntas, se pretendió, en primera instancia, conocer el pensamiento de las adolescentes muestreadas sobre la determinación de seguir o no haciendo lo que les gusta, como así también, sus posteriores razones que llevaron a pensar sobre esa decisión; Dejando como resultado los siguientes datos:

A.- SOBRE LA PREGUNTA: ¿Alguna vez pensé en abandonar el deporte?

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION A:

Se pudo determinar que:

- El 59% del 100% de la muestra que equivale a 23 jugadoras, este año pensó en alejarse del deporte.
- El 41% del 100% de la muestra que equivale a 16 jugadoras, este año no pensó en alejarse del deporte.

B.- SOBRE LA PREGUNTA: Si mi respuesta anterior fue si, ¿Cuál fue el motivo que me hizo pensar en eso?

Una vez entendido los resultados de la pregunta anterior, se pasó a tratar de determinar cuáles fueron/son los principales motivos por las que las adolescentes de 13 a 16 años que practican hockey en el club Popeye comprendidas en las divisiones de 7ma y 6ta división tienden a pensar en eso.

En este apartado, se trabajó con el 59% que su respuesta fue “Si”, se brindaron unas respuestas de múltiple opción donde se expuso las variables propuestas por Gárces de los Fayos, E. (2010) en su obra sobre el síndrome de burnout; Ellas fueron:

- No me gusta o prefiero practicar otro deporte.
- Siento demasiadas presiones familiares.
- No me siento cómoda con mis profesores/entrenadores.
- No me siento cómoda con mis compañeras de equipo.
- Otra.

➤ GRAFICO DE TORTA:

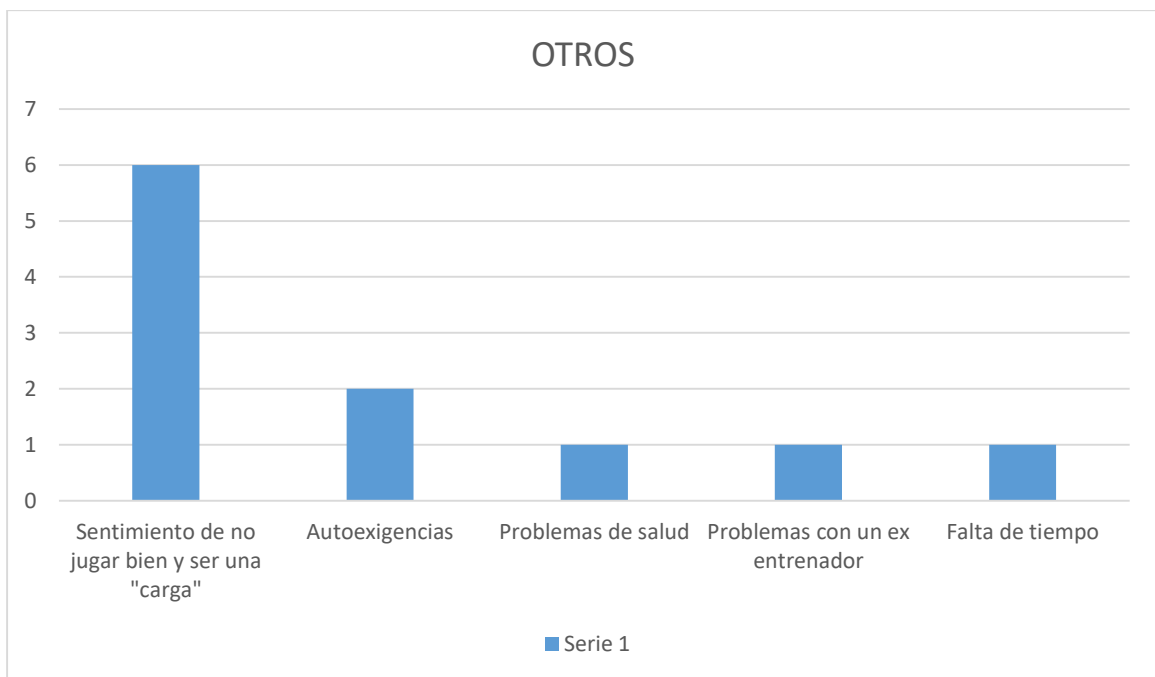


➤ CONCLUSION B:

A partir de la lectura del gráfico anterior se determinó que:

	Disgustos del deporte	Presiones familiares	Incomodidad con los entrenadores	Incomodidad con las compañeras	Otros
Cantidad	0	7	3	3	11
%	0%	29%	13%	13%	46%

Ahora bien, dentro de la variable “otros” se registraron las siguientes respuestas:



Resulta importante aclarar que esta opción fue de tipo abierta, es decir, cada quien podía poner su propio motivo, para poder entender dichas respuestas se agrupó aquellas que hacen referencia a lo mismo, dejándonos como resultado que:

- 6 jugadoras sienten o sintieron que no tienen las capacidades suficientes considerándose una carga para el equipo.
- 2 jugadoras tienen un nivel de auto exigencia bastante elevado.
- 1 jugadora expuso que su causa fue motivos de salud.
- 1 jugadora expuso que su causa fue la falta de tiempo.
- 1 jugadora tuvo problemas con un ex entrenador que la llevo a alejarse por un tiempo

➤ CONCLUSION C:

Finalmente, si tomamos en conjunto a los dos análisis realizados previamente, podemos determinar que:

A.- De 39 jugadoras encuestadas, casi un 60% pensó en abandonar este año el deporte.

B.- Las 3 principales causas que llevaron a pensar eso en las adolescentes fueron:

- Presiones familiares: Con un 29% se coloca como una causa común, afirmando así que el factor desencadenante del síndrome de burnout que propone Gárce de los Fayos, y que hace referencia a los intereses “mercenarios” de los propios padres/familiares, se está cumpliendo.
- Sentimientos negativos: Con un alto porcentaje también se ubica en este podio. Evidenciando la conducta deportiva, de la que se trata en la teoría en cuestión, de las adolescentes donde sus estresores (principalmente a causa del rendimiento y la competencia) aumentan provocando así los sentimientos de sentirse una “carga” y no poder ayudar al equipo.
- Incomodidad con los entrenadores/compañeros: Es un hecho que tanto entrenadores como compañeros del club son agentes muy importantes del desarrollo deportivo de todo practicante; En esta oportunidad se nota como esta variable también tiene impacto y relevancia en las posibles tomas de decisiones de las jugadoras.

C.- Existen otras variables, externas a las mencionadas en la obra del autor, que tienen un impacto de menor relevancia pero que aun así hay que tenerlas en cuenta, tales como problemas de salud o falta de disponibilidad horaria.

2.4 Gráfico N°4: La familia.

A continuación, se expone el análisis realizado de las posibles causas del abandono deportivo.

Se comenzará con el eje “Familia” que estuvo compuesto por las siguientes preguntas:

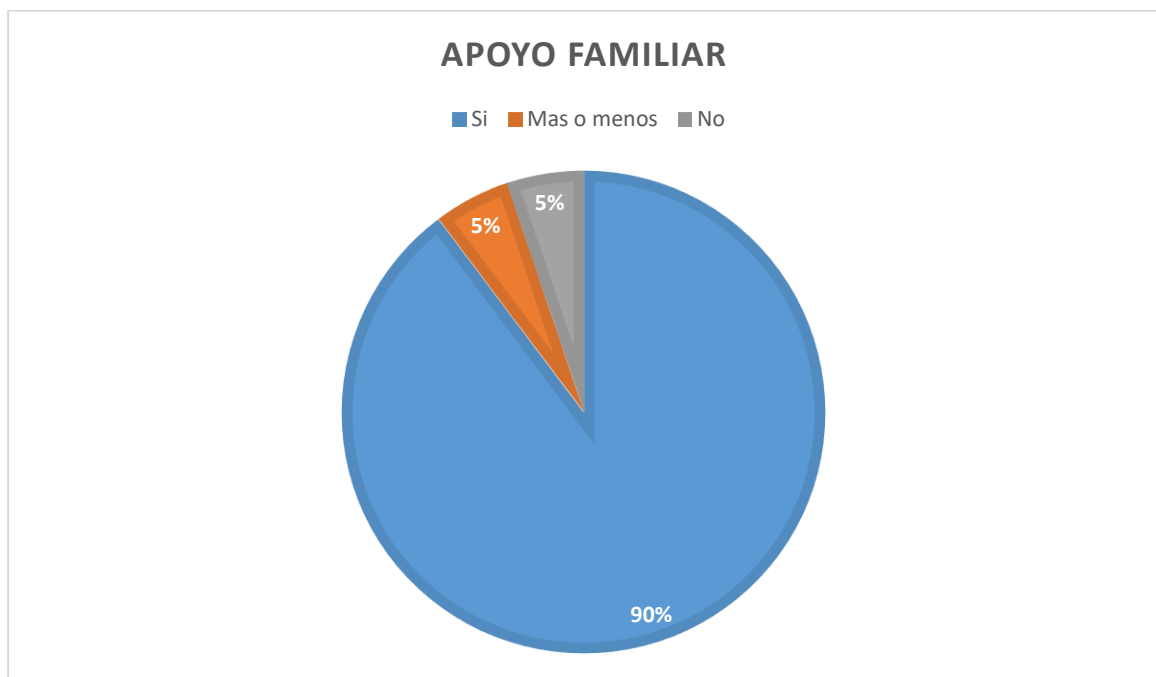
- Pregunta 1: ¿Mis padres/familiares me apoyan en el deporte que hago?
- Pregunta 2: ¿Me gusta que mis padres/familiares vayan a verme jugar?
- Pregunta 3: Después del partido, ¿Mis padres me dan sugerencias en casa?
- Pregunta 4: Esas sugerencias ¿Son buenas?

A partir de estas cuestiones se realizó el siguiente estudio:

A.- SOBRE PREGUNTA N°1.

Se buscó conocer la relación existente entre padres/jugadora, evidenciando que:

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

Existe gran apoyo por parte de los padres/familias, ya que 35 de las 39 deportistas dicen sentirse apoyadas en la decisión de practicar y jugar hockey.

Sin embargo, 2 de ellas no sienten ese apoyo familiar mientras que las 2 restantes lo sienten más o menos.

En este punto, es fundamental resaltar el hecho de que el 90% de las jugadoras se sientan seguras y en libertad de tener la aceptación de los familiares; Ya que, a esa edad, según Ortín (2009) en su obra *“Acompañamiento paterno durante la carrera deportiva”*, los padres juegan un papel central en el desarrollo deportivo de sus hijos y es fundamental para que puedan seguir arraigados al deporte y de esa manera generar la tan ansiada adherencia deportiva.

B.- SOBRE LA PREGUNTA N°2.

Esta pregunta busco apuntar a ver el impacto que genera en las chicas que sus padres/familiares vayan a verlas jugar los días de partidos, dejando como resultado:

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

A raíz de los resultados evidenciados, decimos que un 57% de las chicas encuestadas les gusta que sus padres/familiares vayan a verlas jugar, lo cual es positivo si lo sumamos al

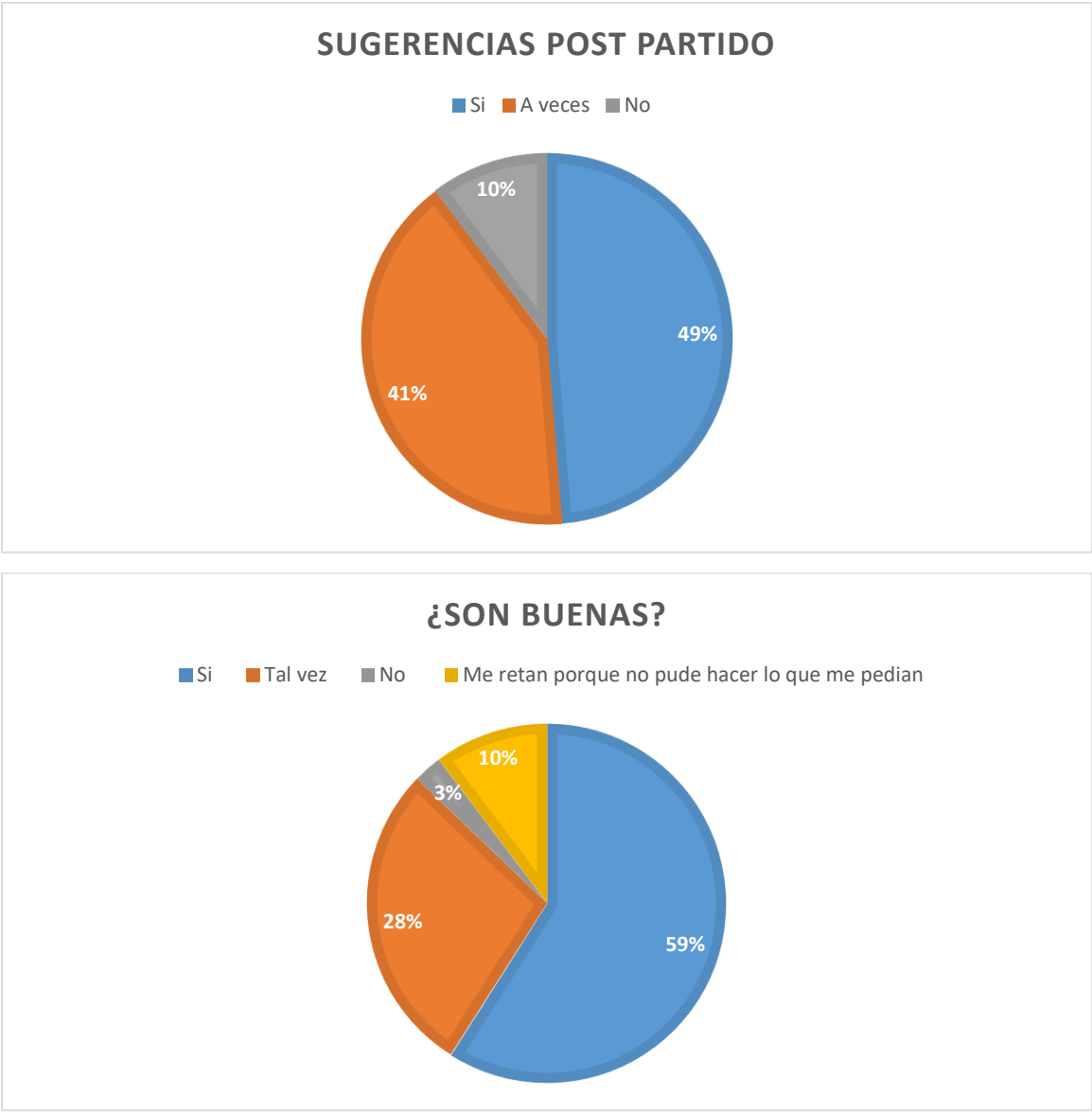
porcentaje del grafico anterior, es decir, la complementación del apoyo y acompañamiento de los padres en la competencia.

Sin embargo, hay un 33% al que no le significa nada que vayan o no a verlas jugar lo que genera cierta incertidumbre de saber el porqué de esta indiferencia. Finalmente, solo al 10% no le gusta que vayan a verlas jugar.

C.- SOBRE LA PREGUNTA N°3 Y 4.

A continuacion, se abordaron las dos preguntas restantes en el mismo análisis, mostrando que:

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSIONES:

En el primer gráfico se pudo observar cómo al 49% de las encuestadas los padres les realizan sugerencias que, sumado al 41% de las que respondieron “a veces”, nos da que a un 90% del total les realizan comentarios.

Ahora bien, de este total mencionado y siguiendo al gráfico n°2, se resolvió que:

59% de ese total recaen en que son buenas.

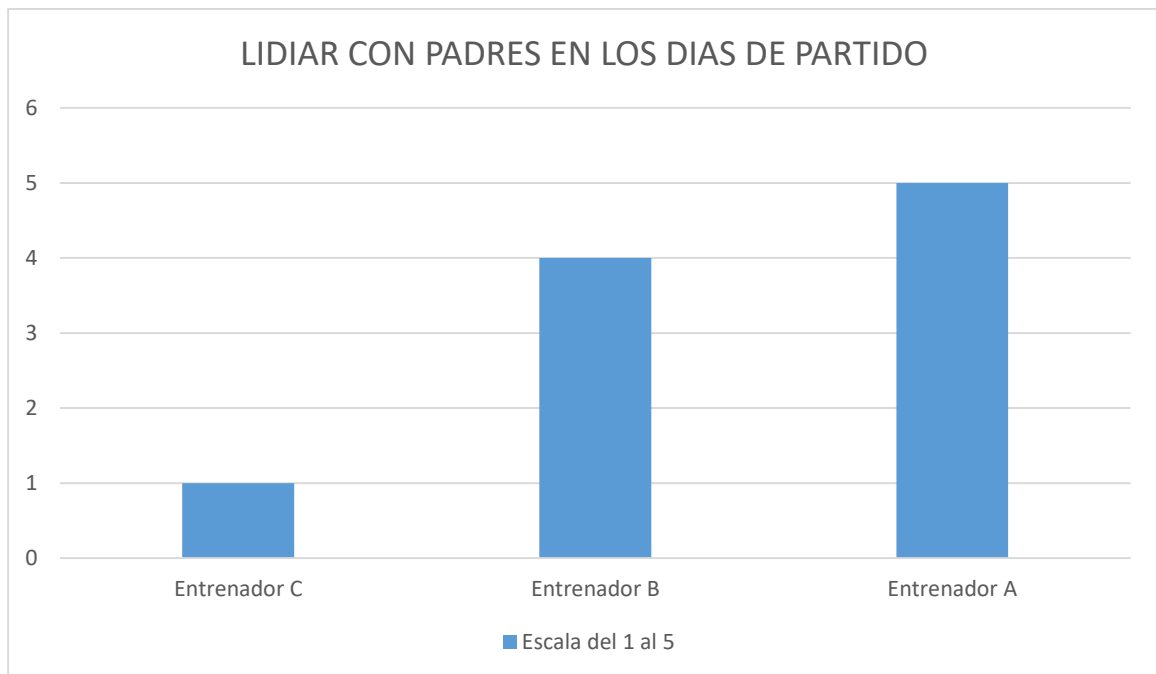
28% cree que tal vez sean buenas, dejando la duda de que a veces pueden ser malas.

Un 3% afirma que directamente no son buenas correcciones las que le realizan

Y finalmente, un 10% optó por responder que en vez de recibir correcciones, son retos que reciben por no haber podido cumplir con las exigencias que se les pidió.

En este punto resulta acorde resaltar la mirada de los entrenadores sobre las familias durante los partidos; En el cuestionario realizado a dichos profesores se pidió que en una escala del 1 al 5 detallen que tanto debían lidiar con padres/familias los días de partidos, evidenciando que:

➤ GRAFICO DE BARRAS:



➤ CONCLUSION:

Desde la mirada de los profesores, siendo ellos uno por categoría, podemos afirmar que dos de ellos lidian mucho partido a partido con los padres. Dejando como resultado que:

- Entrenador 1: 0%.
- Entrenador 2: 80%.
- Entrenador 3: 100%.

➤ CONCLUSION GENERAL SOBRE EL TEMA FAMILIAS:

Una vez analizados todos los datos por separados, conociendo la mirada tanto de los profesores como de las jugadoras, se pudo arribar a las siguientes conclusiones:

A.- Como explica Garcés de los Fayos, E. (2010) los padres y en general las familias juegan un papel importante y fundamental en el desarrollo sociodeportivo de las adolescentes, sea positivo o negativo. En el club Popeye, específicamente en 7ma y 6ta división de damas, esto se cumple.

B.- Las presiones familiares, sean por el resultadismo o por buscar un mejor rendimiento en sus hijas, están muy presentes llegando a ser una principal causa de la posible deserción deportiva.

C.- Gracias a los resultados de las encuestas realizadas a los entrenadores, se determinó que en la línea A, o también conocida como Bordo, se generan más conflictos con los padres en días de partidos; Entendiendo así que las exigencias incrementan a medida que es una línea superior en la que se trata.

2.5 Gráfico N°5: Las compañeras y el equipo.

Una vez analizados los factores familiares, se pasó al 2do pilar fundamental que el autor toma en su obra que son las compañeras y el equipo.

En este apartado, se analizó tres preguntas realizadas a las jugadoras para poder determinar la influencia que tienen las compañeras y el equipo en las posibles decisiones que se puedan tomar en torno a la falencia estudiada.

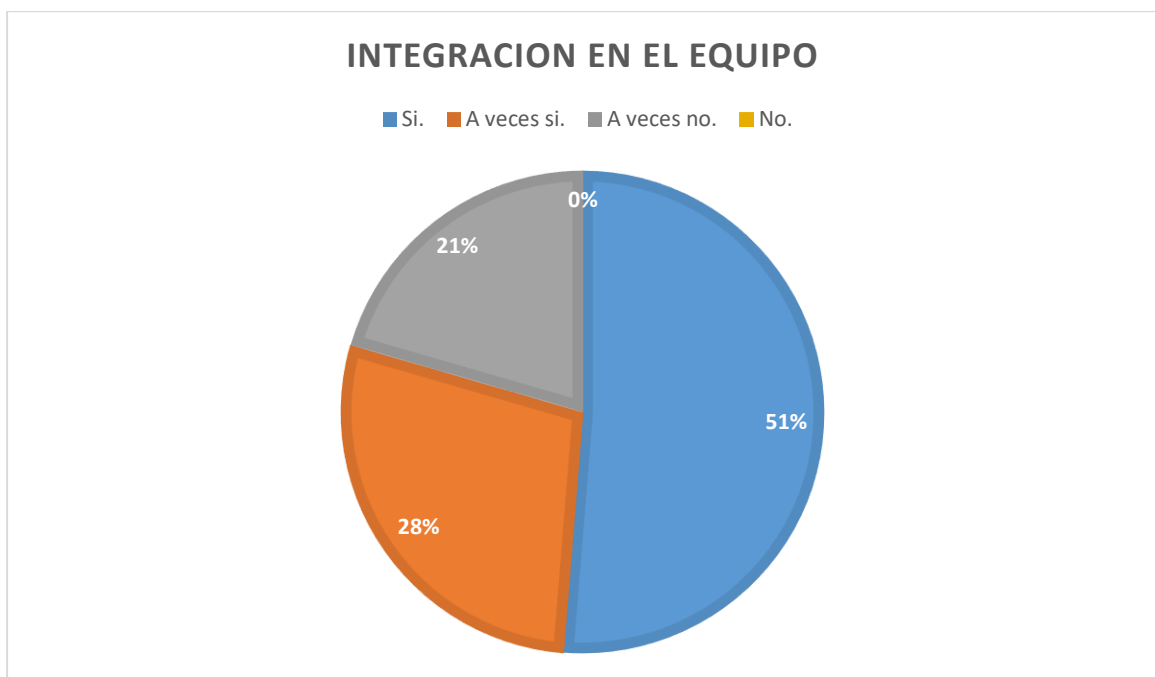
Estas preguntas fueron:

- Pregunta 1: ¿Me siento integrada en el equipo?
- Pregunta 2: Si cometo errores en los partidos, ¿Cómo se los toman mis compañeras?
- Pregunta 3: Durante los partidos, ¿Peleo con mis compañeras por alguna jugada en particular?

Los resultados fueron los siguientes:

A.- SOBRE LA PREGUNTA N°1.

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

En esta pregunta se brindó la múltiple opción, donde las posibles respuestas eran “Si” “A veces si” “A veces no” “No”.

El muestreo conto con 39 respuestas donde:

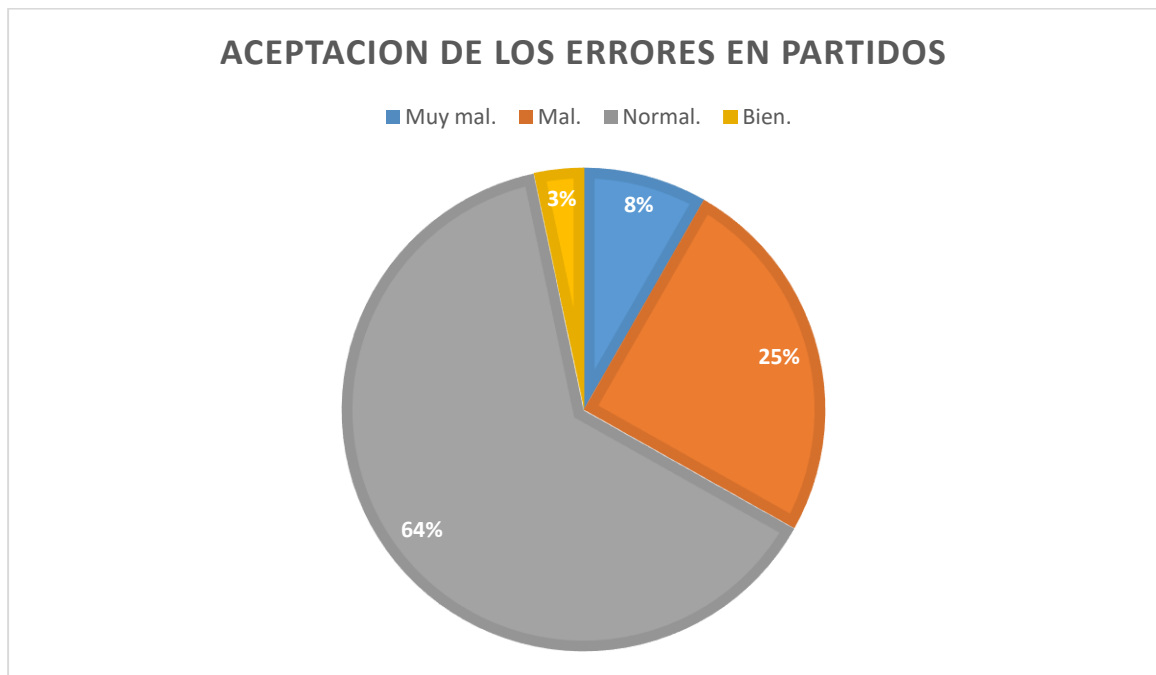
- El 51% equivalente a 20 jugadoras se mostro integrada en el equipo.
- El 28% equivalente 11 jugadoras se mostro a veces integrada en el equipo.
- El 21% equivalente a 8 jugadoras siente que a veces no la integran en el equipo.

Es importante resaltar que ninguna jugadora optó por responder “No”, lo que deja en claro que la integración en el equipo es algo fundamental, que, en este caso, se cumple siendo algunas más integradas que otras por diversos motivos, pero integradas a fin de cuentas.

B.- SOBRE LA PREGUNTA N°2.

El abordaje de la pregunta “*Si cometo errores en los partidos, ¿Cómo se lo toman mis compañeras?*” Tuvo como intensión principal entender la fuerza grupal que hay en el equipo principalmente a la hora de los partidos, es decir, la competencia.

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

La aceptación del error es algo fundamental para poder seguir creciendo psicodeportivamente, en este aspecto, se analizó la aceptación del error por parte de terceros, osea las compañeras del equipo, marcando que:

Un 64% de las compañeras toman al error de una manera neutral o normal.

Solo un 3% los toman de manera empática y buena.

Sin embargo, vemos como 33% (25% mal + 8% muy mal) se toman a los errores de manera negativa, evidenciando un flagelo enorme que es la falta de aceptación del error, lo que Garcés de los Fayos, E. (2010) marca como un golpe a la confianza y seguridad del equipo y personal.

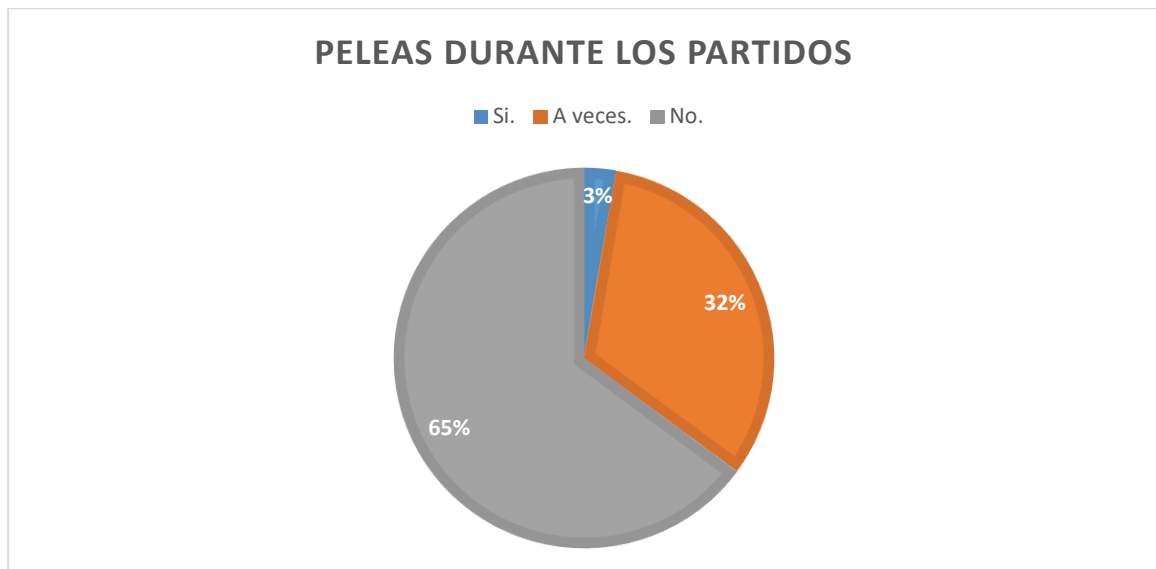
Desde esta mirada, se debería trabajar para que este número reduzca llevando a una aceptación normal o buena.

C.- SOBRE LA PREGUNTA N°3.

En la pregunta 3 se hizo referencia a algo similar que en la pregunta dos, es decir, la fortaleza como equipo durante la competencia.

Se preguntó a la muestra sobre si existen peleas internas por algunas jugadas en particular durante los partidos dejando como resultado:

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

A pesar de la poca tolerancia al error que se evidencio en la anterior pregunta, aquí las jugadoras mostraron un lado más empático marcando que un 65% no pelea con sus compañeras durante los partidos, pero en la otra cara de la moneda hay un 35% que a veces lo hace.

Las peleas durante los partidos es algo naturalizado hoy en día, por diversos factores, pero eso no quiere decir que este bien.

➤ CONCLUSION GENERAL SOBRE EL TEMA COMPAÑERAS Y EQUIPO:

Sin duda alguna, el equipo y las compañeras, juegan un papel fundamental en el proceso de aprendizaje deportivo. Sentirse a gusto con los pares nos permite brindar el 100% de nosotros sin miedo a equivocarnos y recibir retos.

En este sentido, se evidencia como en el club Popeye, específicamente en categorías de 7ma y 6ta de damas, existe una gran fortaleza en los grupos, brindando datos como que más de la mitad se siente integrada en los grupos, los errores se lo toman en su mayoría de manera normal y no existen tanto las peleas internas.

Tomando la teoría propuesta por Garcés de los Fayos, E. (2010) sobre el síndrome de burnout, esta variable no está siendo tan significativa en una posible deserción deportiva.

2.6 Gráfico N°6: Presión por los resultados y la competencia.

Cuando nos referimos a la presión por los resultados y la competencia, hablamos de la tercera pata de una mesa compuesta por cuatro variables que pueden inducir un posible abandono deportivo.

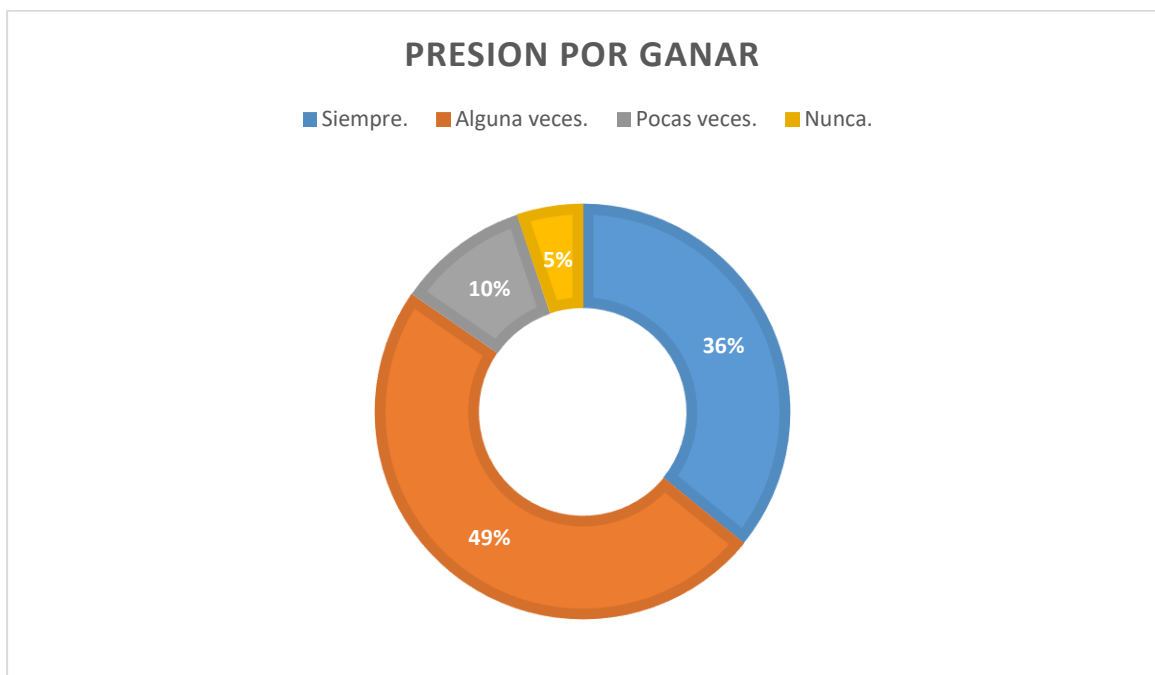
En este apartado se indaga sobre la temática, tomando como parámetro dos preguntas; Una realizada a las jugadoras y otra a los entrenadores. Ellas fueron:

- Pregunta 1: ¿Siento presión por ganar los partidos/torneos que jugué?
- Pregunta 2: A nivel institucional, ¿Existe alguna presión por los resultados?

Los resultados obtenidos fueron:

A.- SOBRE LA PREGUNTA N°1:

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

Esta pregunta fue realizada a las jugadoras, donde un 36% optó por la opción “siempre” donde se refleja un alto porcentaje de presión, sea a nivel institucional, por sus propios entrenadores, auto exigencias o por la presión del contexto en sí.

Un 49% siente presión algunas veces y tan solo el 15% restante siente presión pocas veces o nunca.

Esto, a simple vista puede parecer preocupante, sin embargo, hay que tener en claro que un club tiene una mirada competitiva en todos los partidos/torneos que disputan, es aquí donde cada jugadora debe evidenciar su conducta deportiva que propone Garcés de los Fayos dentro de los factores psicodeportivos que inducen al abandono.

Dependiendo de cómo cada jugadora asimila esta presión puede resultar en positiva y motivante o negativa y frustrante.

En paralelo se realizó una pregunta abierta refiriéndose a los sentimientos y emociones previas a un partido, donde después de su análisis se pudo agrupar estas emociones en el siguiente cuadro:

(*) Cabe resaltar que, al ser una pregunta abierta, se registraron mas o menos emociones de la muestra estudiada.

EMOCION	RECuento
Estrés/presión	4
Felicidad	20
Libertad	5
Nervios/ansiedad	14
Satisfacción	4
Confianza/tranquilidad	5
Insatisfacción	5

A raíz de este cuadro, se puede identificar diversas emociones sentidas por las jugadoras durante la competencia. Resaltando entre ellas las de felicidad como así también nervios y ansiedad.

Lo que hace ruido es que la emoción de insatisfacción supera a su contraparte de satisfacción, marcando así la auto exigencia de la que hablamos previamente y como esta puede influir en la decisión de alejarse del deporte.

B.- SOBRE LA PREGUNTA N°2.

Ahora bien, una vez entendida la mirada de las adolescentes sobre las presiones por ganar y las emociones que se ponen en juego previo y durante la competencia, debemos entender la postura de los entrenadores, dejándonos los siguientes resultados:

➤ GRAFICO DE BARRAS:

Para la comprensión y análisis de los resultados, se elaboró una pregunta en escala del 1 al 5 donde se pidió que seleccionen una opción en relación a que nivel de presión por los resultados por parte de la institución sienten.

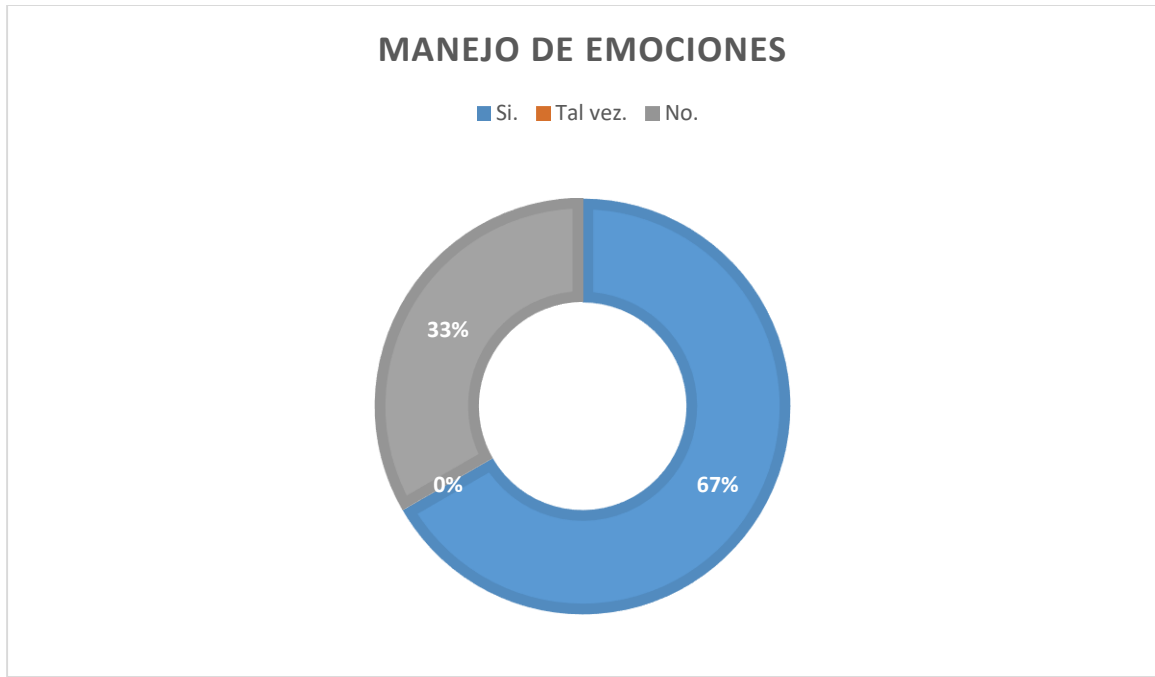


➤ CONCLUSION:

Como sucedió en el estudio de la variable “padres/familiares”, los tres entrenadores encuestados optaron por opciones distintas, nuevamente reflejando el hecho de que cuanto mas alta sea la línea de la que se está a cargo, más altas son las exigencias.

En cuanto al apartado de emociones, se preguntó sobre si tienen las capacidades necesarias para el manejo de dichos sentimientos que suelen aparecer durante la competencia, dejando el siguiente resultado:

➤ GRAFICO DE TORTA:



➤ CONCLUSION:

De la muestra total encuestada, el 67% respondió que si tiene las herramientas necesarias para el manejo de las emociones encontradas durante los encuentros.

➤ CONCLUSION GENERAL SOBRE EL TEMA DE PRESIONES Y EMOCIONES:

Las emociones juegan un papel fundamental en la competencia deportiva; Las mismas pueden afectar positivamente (a través de una motivación) o negativamente (como la frustración), el saberlas manejar es de vital importancia para transformar todos esos sentimientos encontrados en algo positivo para la competencia; En el club Popeye más presentes en su mayoría son de felicidad, evidenciando el placer que produce el juego.

En cuanto a las presiones por ganar si existen, pero afortunadamente su valor es bajo. Dejando así en claro que esta variable, de la teoría de burnout deportivo, no está siendo determinante en relación a sus pares.

2.7 Gráfico N°7: Los entrenadores/profesores.

Finalmente pasamos al análisis de la última variable, propuesta por Garcés de los Fayos, E. (2010) en su obra *“El síndrome de burnout”*, que puede inducir al posible abandono deportivo, que son los entrenadores.

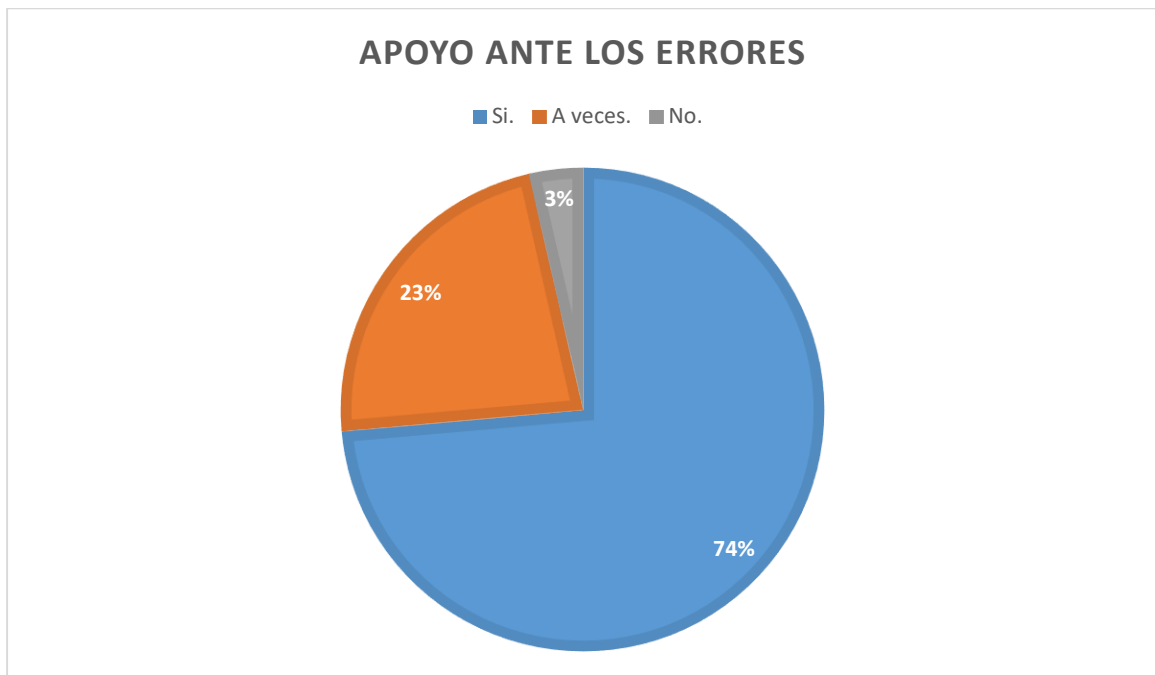
Para realizar este análisis se hizo diversas preguntas, a ambos agentes deportivos, para concluir en una comparación entre las miradas de los mismos.

A.- MIRADA DE LAS JUGADORAS.

Para conocer la mirada de las jugadoras se realizó dos preguntas para conocer la relación jugadora/entrenador y una pregunta abierta donde debían exponer 5 características que hacen a un buen profesor y 5 sobre un mal profesor.

Los resultados obtenidos fueron:

➤ GRAFICO DE TORTA:

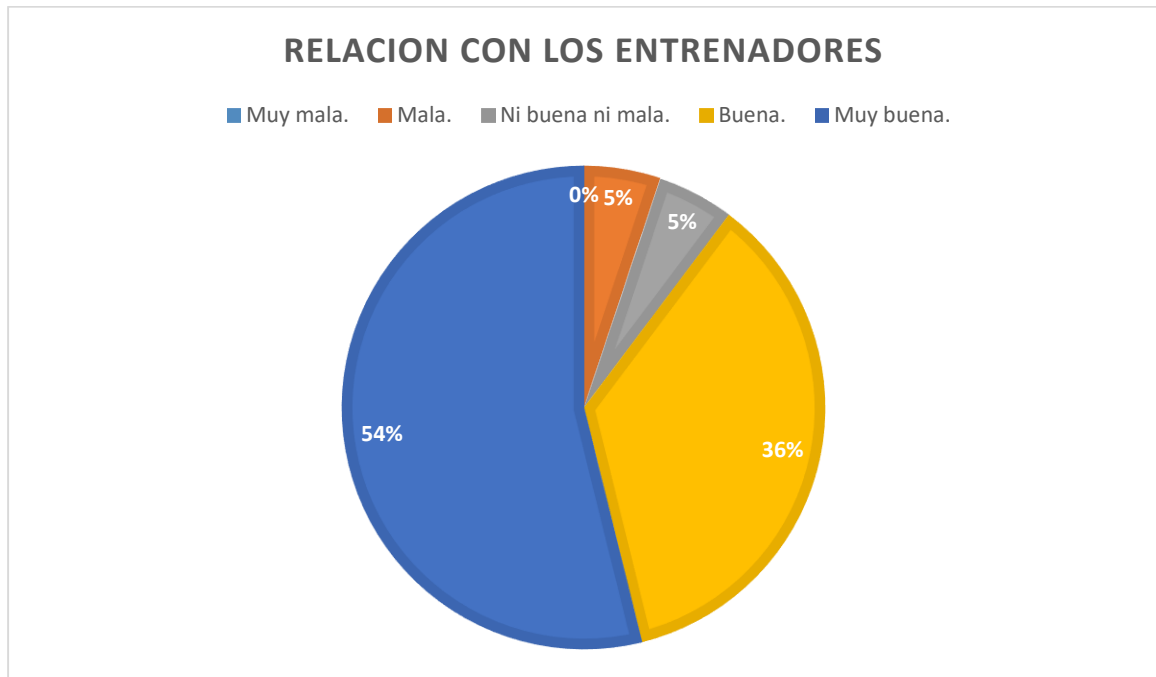


➤ CONCLUSION:

En esta pregunta se busco conocer la empatía del entrenador ante el error de sus jugadoras, demostrando que un 74% de las mismas sienten un apoyo constante frente a estas situaciones.

Un 23% que hace referencia a 9/39 jugadoras optaron por responder “a veces” y finalmente solo 1 que representa un 3% evidenció que no sienten apoyo ante los errores.

➤ GRAFICO DE TORTA 2:



➤ CONCLUSION 2:

Seguido a la pregunta anterior se pasó a indagar sobre la relación que tienen con sus entrenadores mostrando que del 90% de las encuestadas tienen una relación buena o muy buena con sus entrenadores, lo que genera impacto positivo en el crecimiento psico-social-deportivo de las deportistas, creando espacios de crecimiento seguros y de confianza.

➤ CARACTERISTICAS SOBRE LOS ENTRENADORES:

A continuacion, se le pidió al grupo redactar de 3 a 5 características que determinan sobre que es un buen profesor como así también uno malo. Posterior al análisis, se logro agrupar estas opiniones en las 5 cualidades más mencionadas, ellas son:

BUEN ENTRENADOR	MAL ENTRENADOR
Alentador	Irrespetuoso
Exigente/Estricto	Impaciente
Respetuoso	Irresponsable
Gracioso/Divertido	Maleducado/enojón
Empático	Apático

B.- MIRADA DE LOS ENTRENADORES/PROFESORES.

Seguido al haber entendido la mirada de las jugadoras, pasamos a la de los entrenadores/profesores. En este punto se trabajó bajo la misma consigna que las jugadoras, la de exponer 5 características de un buen y mal profesor;

➤ CARACTERISTICAS SOBRE LOS ENTRENADORES:

Al igual que a la encuesta anterior, fue una pregunta abierta donde, posterior a su análisis, se pudo agrupar las cinco características que se pidió:

BUEN ENTRENADOR	MAL ENTRENADOR
Ordenado	Desorganizado
Buen líder	Líder a través del miedo
Empático	Negativo
Capacitado/estudioso	Desinteresado
Respetuoso	Mal comunicador

➤ CONCLUSION:

A través de estas preguntas se puede realizar una comparación de los pensamientos que tienen ambos agentes del deporte.

Arrancando por los aspectos positivos, vemos como ambos resaltan la importancia que un entrenador sea empático y respetuoso, entendiendo estas características como cualidades indispensables a la hora de trabajar con el trato humano; Así mismo, otras particularidades que se resaltan son que un profesor debe ser alentador, exigente, divertido, capacitado y tener la vocación de saber guiar a sus alumnas siendo un buen líder.

Dichas características, tomando como referencia a las respuestas brindadas por las jugadoras, se cumplen en los entrenadores de la 7ma y 6ta división de hockey del club Popeye.

En la otra cara de la moneda, vemos como tanto jugadoras como entrenadores resaltan diversas características sin coincidir en ninguna.

Las adolescentes expusieron cualidades más humanas tales como que sea irrespetuoso, impaciente, irresponsable, maleducado, enojón o apático.

Desde la mirada de los entrenadores, se enmarcan características más profesionales como lo son desorganización, liderazgo a través del miedo, negativo, desinteresado y mal comunicador.

Es importante resaltar que ambas miradas tienen mucho complemento entre sí y nos ayudan a entender que buscan o esperan las jugadoras de sus superiores, como así también, el profesionalismo de los mismos.

➤ CONCLUSION GENERAL DEL TEMA ENTRENADORES/PROFESORES.

Para generar una conclusión se tuvo en cuenta todas las preguntas realizadas y se pudo arribar a que dentro del club Popeye, específicamente en relación a la muestra, existe una gran relación humana/deportiva entre alumnas y entrenadores, lo que genera vínculos fuertes y un ambiente de confianza y trabajo.

En este sentido y retomando con las bases teóricas, la variable del posible abandono debido al trato de entrenadores/profesores propuesta en la teoría del síndrome de burnout, no genera mucha influencia ante la posible decisión de alejarse del deporte.

3. CONCLUSION FINAL.

Una vez finalizado con el proceso de investigación y posterior análisis de datos, en relación a la problemática del abandono deportivo de adolescentes de 13 a 16 años, tomando como muestra a las jugadoras de hockey de 7ma línea A, B y C y 6ta división línea B, del club “Popeye Béisbol Club” y siguiendo los lineamientos teóricos brindados por Garcés de los Fayos, E. (2010) en su obra sobre el abandono deportivo titulada como *“El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo”* se pudo arribar a las siguientes conclusiones finales.

1.- El abandono deportivo hoy en día es una realidad muy instaurada y naturalizada en nuestra sociedad, debida a diversos factores tanto sociales, personales, familiares como así también personales, que influyen negativamente en el adolescente que se ve colapsado y decide alejarse del deporte generando una mala experiencia que en muchos casos no volviendo a darle una chance a eso que tanto le gusto en algún punto.

2. Específicamente en el club Popeye este flagelo está presente. Tomando como referencia la obra del autor mencionado, se estudió variable por variable que puedan influenciar a esta decisión, dejando como resultado que la posibilidad de abandonar está siempre presente debido a factores, principalmente, familiares; La familia y/o padres, a pesar de considerarse comúnmente como un lugar seguro y de apoyo, en este caso se notó como para muchas jugadoras son una “carga” deportivamente hablando, entendiendo a esta como un estresor que impone las ideas de lo que está bien queriendo vivir la vida deportiva a través de sus hijas.

Las constantes correcciones, donde en muchos casos son negativas, las presiones por el ganar y ser la mejor, o los simples gritos en la cancha a la hora de los partidos y competir, generan en las jugadoras sentimientos y emociones fuertes y difíciles de controlar que luego recaerán en la decisión de alejarse de los deportes debido a que les hace mal.

Por otro lado, se pudo observar como los otros parámetros estudiados (entrenadores, compañeras, etc.) hoy por hoy no serían una fuerte variable que influye en la decisión de abandonar, ya que, casi el 100% de las encuestadas mostró resultados positivos en torno a la relación con sus entrenadores, con sus compañeras de equipo y con su club.

3. Finalmente, es importante entender que, desde nuestra profesión como profesores de educación física o entrenadores deportivos, hay que tener las herramientas necesarias tales como los

conocimientos deportivos adecuados, el manejo psicoemocional, un trato humano digno de las edades con las que se trabaja como así también la responsabilidad de saber que le podemos cambiar positiva como negativamente la vida a nuestros alumnos y que, en muchos casos, somos su ejemplo a seguir.

Para concluir, nuestro rol como agentes deportivos es importantísimo durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de algún deporte, y es por eso que debemos actuar con buena fe brindando todas nuestras posibilidades para que día a día el flagelo del abandono deportivo vaya reduciéndose y darle nuevamente la posibilidad a aquellos que ya han dejado, de volver a sentirse parte del deporte y disfrutar lo lindo que es compartir cancha con sus compañeros.

CAPÍTULO IV

- **ANEXOS.**
- **BIBLIOGRAFIA.**

1. ANEXO.

A continuacion se anexarán los formatos de las encuestas realizadas tanto a jugadoras como entrenadoras como tambien los pertinentes links a las respuestas obtenidas para verificar la validez de los datos.

1.1 ENCUESTA JUGADORAS.

MI AÑO DEPORTIVO.

El presente cuestionario tiene la finalidad de autoevaluar tu año deportivo. ¡Te pedimos sinceridad en todas las respuestas y acordate que totalmente anónimo! Sentite seguro/a de compartirnos tu punto de vista.

1. ¿En qué categoría y división juego?
2. En pocas palabras ¿Por qué hago hockey? ¿Hace cuánto lo practico al deporte?
3. En una escala del 1-5 ¿Cómo me sentí este año en el deporte y en el equipo?
 - 1: Bastante mal.
 - 2: Mal.
 - 3: Ni bien ni mal.
 - 4: Bien.
 - 5: Bastante bien.
4. ¿Qué espero para el año que viene?
5. ¿Alguna vez pensé en abandonar el deporte?
 - Si.
 - No.
6. Si mi respuesta anterior fue “SI”, ¿Cuál fue el motivo que me hizo pensar eso?
 - No me gusta o prefiero practicar otro deporte.
 - Siento demasiadas presiones familiares.
 - No me siento cómodo/a con mis entrenadores o profesores.
 - No me siento cómodo/a con mis compañeros/as de equipo.
 - Otra.
7. En pocas palabras, ¿Cómo me siento cuando juego un partido de hockey?
8. 5 cosas que me gusten del hockey.

9. 5 cosas que NO me gusten del deporte.
10. Como sería mi entrenador ideal en 5 características.
11. Como sería un mal entrenador en 5 características.
12. ¿Mi profesor me apoya cuando las cosas no me salen?
- Si.
 - A veces.
 - No.
13. En una escala del 1-5 ¿Cómo es mi relación con mis entrenadores?
- 1: Muy mala.
 - 2: Mala.
 - 3: Ni buena ni mala.
 - 4: Buena.
 - 5: Muy buena.
14. En este espacio podrás dejarnos tu opinión sobre tus entrenamientos y tus profesores.
- Recordá que es anónimo y no obligatoria esta pregunta:
15. ¿Mis padres/familia me apoyan en el deporte que hago?
- Si.
 - Más o menos.
 - No.
16. ¿Me gusta que mis padres/familiares vayan a verme jugar?
- Si.
 - Me da lo mismo.
 - No.
17. Después del partido, ¿Mis padres me dan sugerencias en casa?
- Si.
 - A veces.
 - No.

18. Esas sugerencias, ¿Son buenas?

- Si.
- No.
- Tal vez.
- Me retan porque no pude hacer las cosas que me pedían.

19. ¿Me siento integrada en el equipo?

- Si.
- A veces sí.
- A veces no.
- No

20. Si cometo errores en los partidos ¿Cómo se lo toman mis compañeras?

- Muy mal.
- Mal.
- Normal.
- Bien.

21. Durante los partidos ¿Peleo con mis compañeras por alguna jugada en particular?

- Si.
- A veces.
- No.

22. 5 cosas que me gusten de mi equipo.

23. 5 cosas que NO me gusten de mi equipo.

24. Del 1-10, siendo 10 la nota más alta ¿Cómo son mis entrenamientos?

25. ¿Qué me gustaría que mejore de esos entrenamientos? Describir en breves palabras.

26. ¿Siento presión por ganar los partidos/torneos que juego o jugué?

- Si.
- Algunas veces.
- Pocas veces.
- Nunca.

1.2 ENCUESTA A LOS ENTRENADORES.

ABANDONO DEPORTIVO EN ADOLESCENTES.

El presente formulario tiene la finalidad de ser una autoevaluación que servirá como recolección de datos para una investigación en torno al abandono deportivo. Se les pide seriedad y compromiso a la hora de responder. Se recuerda además que es totalmente anónimo. Muchísimas gracias por su colaboración.

1. ¿Es usted profesor de educación física o entrenador deportivo de hockey?
 - Si.
 - No.
2. ¿Cree usted que tiene la capacitación necesaria para poder enseñar los fundamentos técnicos, tácticos y estratégicos del hockey en su categoría?
 - Si.
 - No.
3. ¿Tiene conocimientos sobre las características psicoevolutivas del rango etario del que está a cargo?
 - Si.
 - No.
4. Describa en 5 características su entrenador ideal.
5. Describa en 5 características su entrenador malo.
6. ¿Sabe usted manejar las situaciones emocionales que se presentan durante la competencia?
 - Si.
 - No.
 - Tal vez.
7. En una escala del 1-5, siendo 5 lo más alto, ¿Qué tanto tiene usted que lidiar con los padres los días de partido?
 - 1: Nada.
 - 2.
 - 3.
 - 4.
 - 5: Mucho.

8. A nivel institucional, ¿Existe alguna presión por los resultados?

- 1: Nada.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5: Mucho.

9. Este año, ¿Algunas de sus jugadoras dejó de venir y abandono?

- Muchas.
- Algunas.
- Ninguna.

10. Si su respuesta anterior fue “Muchas” o “Algunas” ¿A qué cree que se debió?

11. Finalmente, ¿Escuchó hablar sobre la teoría del burnout?

- Si.
- Tal vez.
- No.

12. Dejamos un espacio abierto para dejar, si gustan un comentario respecto a cómo mejorar el flagelo del abandono deportivo adolescente.

1.3 RESPUESTAS OBTENIDAS.

LINK DE RESPUESTAS DE JUGADORAS:

<https://docs.google.com/forms/d/1hPG19p3LWkE7H-B-ZcUBIn15scy3JMU0aimswdIuXK8/edit#responses>

LINK DE RESPUESTAS DE ENTRENADORES:

https://docs.google.com/forms/d/1YwthJItc6_GLTvoDA-Elne7Fbm0kWGmdnkharPIDeig/edit

2. BIBLIOGRAFIA.

Álvarez Bedolla A. (2002). *Estrategia, Táctica y Técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos.*

Di Lorenzo (2023). *Material de estudio de catedra Análisis de la estrategia de los Deportes. Ucasal.*

Duran, J. (2007). *Deporte, violencia y educación.* Revista de psicología del deporte.

F.I.H. (2019). *Reglamento del hockey.*

Fundación universitaria Iberoamericana (2023). *Factores y riesgos psicosociales de la actividad física para la salud.*

Gallahue (1982). *Modelo grafico del Desarrollo Motor.*

Garcés de los Fayos, E. (2010). *El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo.*

Gessel (1980). *El Adolescente de 10 a 16 años.*

Giesenow, C. (2009). *Introducción a la psicología del deporte.*

Griffa & Moreno (2008). *Claves para una psicología del desarrollo.*

Gómez García, B. (2013). *Estrés y motivación: Una intervención deportiva.* Universidad Nacional Autónoma de México.

González, L.G. & Ordoqui, J.A. (2023). *Salud mental en el deporte de alto rendimiento.* Revista cubana de Psicología.

Guffante, T. y Chávez, J. H. (2016). *Deserción deportiva en la educación superior*

Gujer, D. (2023). *Preparación mental para el deporte competitivo.*

Hernández, B., & Capella, C. (2014). *Identidad personal y compromiso deportivo en adolescentes nadadoras de nivel competitivo.* Revista de Psicología, 23(1), 71-83.

- Incarbone, O. (2003). *Del juego a la iniciación deportiva*.
- Lawther, J. (1978). *Sociología del deporte*.
- Meinel y Schnabel (1988). *Teoría del movimiento*.
- Ortin (2009). *Acompañamiento paterno durante la carrera deportiva*.
- Parlebás, P. (1988). *Elementos de Sociología del Deporte*. Ed. Unisport.
- Real Academia Española (2024). *Diccionario de la lengua española*.
- Ruiz Pérez, L.M. (1994). Deporte y Aprendizaje. *Proceso de Adquisición y Desarrollo de Habilidades*. Visor Ed. Madrid.
- Ruiz Pérez, L.M. (1996). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Edit. Gymnos.
- Toala Zavala, K. & Rodríguez Pérez, M. (2002). *Estrategias de afrontamiento y tolerancia a la frustración deportiva en adolescentes*. *Revista Ecuatoriana de Psicología*.
- Weinberg, R. & Gould, D. (1989). *Fundamento de la psicología del deporte y ejercicio* 4ta edición.
- Zimmerman, M. (1991). *La reproducción de los seres humanos*.