

## ¿Qué conocimientos en psicología del pádel son necesarios?

Escrito por MaratDem

Lunes, 25 de Febrero de 2013 21:30 - Actualizado Martes, 26 de Febrero de 2013 09:26

---



*El pasado viernes 22 de febrero de 2013 tuve la oportunidad de impartir una clase de psicología aplicada al pádel en el Máster en Psicología del Deporte de la UNED, en Madrid. Alumnos con ya un importante conocimiento en la materia y, aunque muchos de ellos psicólogos, también había algún entrenador que quiere aplicar la psicología del deporte para hacer mejor su trabajo. En momentos como ese, en los que me “toca” impartir formación en psicología del deporte, siempre me hago una pregunta que considero necesaria: **¿qué es lo que “de verdad” quieren de mí?***

*; es decir, ¿qué conocimientos puedo aportar para que cada uno de los asistentes después pueda utilizar (“hoy mismo si es posible”) en su día a día, en su trabajo?. Sobre esta pregunta trata esta opinión/entrada del blog de hoy, para responder de manera aplicada y fundamentada a qué tipo de formación dar (y quizás cómo) a los protagonistas del deporte, en este caso del pádel; que nunca puede ser la misma siempre, sino adaptándose a cada momento. Cada momento formativo es único.*

Sabemos que cada “participante” en el mundo del pádel (entrenador, jugador, psicólogo, preparador físico, monitor, fisioterapeuta... e incluso los padres de jugadores/as) tiene su “papel psicológico”. Es decir, cada uno influye en el funcionamiento psicológico de los jugadores (y del entorno), desde su función principal. No es lo mismo el “trabajo psicológico” que hace el entrenador, que el que hace el psicólogo, por ejemplo.

De esta manera y sabiendo que cada persona influye psicológicamente en los/as jugadores/as de pádel, es necesario adaptar la formación y conocimientos de psicología para cada uno de los implicados en este gran deporte. Así y a modo de ejemplo:

- Los conocimientos en psicología que “necesita” el entrenador tienen más que ver sobre cómo

## ¿Qué conocimientos en psicología del pádel son necesarios?

Escrito por MaratDem

Lunes, 25 de Febrero de 2013 21:30 - Actualizado Martes, 26 de Febrero de 2013 09:26

---

(y qué tipo de) mensajes mandar; estrategias de autorregulación y observación de “mecanismos” psicológicos, adaptar aspectos psicológicos al entrenamiento...

- Los conocimientos en psicología del preparador físico deben estar más enfocados a cómo fortalecer aspectos psicológicos en las sesiones de trabajo y que en esas sesiones de trabajo se “dé el máximo”.

- El monitor que da clases regularmente tendrá que saber cómo hacer para que sus alumnos estén suficientemente motivados y adquieran los conocimientos que demanden en sus sesiones.

- También el jugador o jugadora debe conocer estrategias psicológicas que le ayuden a funcionar mejor a él o ella y a su compañero/a.

- Para el fisioterapeuta, por ejemplo, es muy útil que conozca qué mecanismos psicológicos influyen en la prevención y recuperación de lesiones, de qué manera dirigirse/tratar a los deportistas para sacar lo máximo de ellos en su ámbito de actuación...

- E incluso los jueces o árbitros, en relación a su propia autorregulación o respecto al trato con los jugadores para favorecer su funcionamiento (y el espectáculo)...

- Los padres y las madres... ¡qué decir de ellos! Sabemos que son muy importantes en el funcionamiento psicológico de sus hijos. En este punto es necesario algo más que una buena formación... hablaremos de ello.

- Y, por supuesto, la formación en de los psicólogos del deporte y de los psicólogos del deporte que hagan su trabajo en pádel. En este caso se debe ser un verdadero especialista en la optimización del funcionamiento psicológico en el pádel; teniendo muy claro cómo asesorar al entrenador (y a otros implicados) de manera eficiente, cómo influir positivamente en los jugadores, manteniendo la suficiente discreción y confidencialidad...

## ¿Qué conocimientos en psicología del pádel son necesarios?

Escrito por MaratDem

Lunes, 25 de Febrero de 2013 21:30 - Actualizado Martes, 26 de Febrero de 2013 09:26

---

Y esto, claro está, no es un proceso “cerrado”, sino que cada persona, cada grupo, hace de cada momento formativo único, con unas necesidades distintas según circunstancias. A veces pienso que es un proceso casi “mágico” buscando ofrecer lo mejor a cada uno.

En ocasiones, se comete el error de formar de la misma manera a todos por igual; de forma que se piensa que, cuanto más sepa (en general) de psicología, mejor para el entrenador o cualquier otro técnico. Esto realmente no es del todo así: lo que ciertamente le interesa a cada persona, es aquello que le ayude a hacer mejor su trabajo. Si sabe más, está bien siempre y cuando sepa aprovechar esos “conocimientos de más” y sepa cuáles les ayudarán a hacer “mejor su trabajo” y cuáles hace que se “sobrepase en sus funciones” (cosa que resulta perjudicial en el adecuado funcionamiento de los jugadores): ***el que cada uno “sepa estar” en su papel es fundamental para sacar el máximo provecho de los medios que se dispongan***

Parece obvio que es imposible ser un experto de “todo”; pero sí es bueno tener unos conocimientos mínimos (al menos) de aquello que es útil y, sobre todo en psicología, que cada uno conozca y domine aquellas estrategias psicológicas que le “hacen mejor”. De ahí que un psicólogo que sepa mucho de psicología aplicada al pádel, seguramente será un experto en psicología del pádel; así como también un entrenador que sepa mucho de pádel, será una verdadera autoridad en el entrenamiento del pádel, y si encima sabe aplicar adecuadamente la psicología desde su rol... Combinar ambos papeles (psicólogo y entrenador) es cuanto menos complicado. E incluso, como ya sabemos, es realmente contraproducente “combinar ambos roles” (hemos hablado y hablaremos de estos aspectos más veces).

En resumen, cada “profesional” del pádel tiene un importante “papel” psicológico a través del que aplicará estrategias psicológicas que le ayuden a hacer mejor su trabajo. No hace falta que “sepa toda la psicología”, pero sí que conozca aquellos aspectos y estrategias psicológicas que le harán mejor en su trabajo y que mejore el funcionamiento psicológico de los jugadores. ***Es decir, es necesario adaptar la formación a las necesidades “psicológicas” de cada profesional, para que pueda aplicarla en su trabajo***

. Es una manera de optimizar el funcionamiento de todos.

*Por cierto, existe otro aspecto importante que siempre intento en mis clases y espero haberlo conseguido el pasado viernes (y en cada una de las clases que imparto): hablar en un lenguaje claro, simple, con un gran “fundamento psicológico” (según mis conocimientos y experiencia) y, sobre todo, hablando de momentos del pádel, situaciones de juego de manera muy aplicada. “Al grano con fundamento”, de manera amena, pero con “sustancia”. Muy ajustado a cada profesional. Para mí, fundamental.*

## ¿Qué conocimientos en psicología del pádel son necesarios?

Escrito por MaratDem

Lunes, 25 de Febrero de 2013 21:30 - Actualizado Martes, 26 de Febrero de 2013 09:26

---