



VOCES DE LOS ENTRENADORES SOBRE LA GESTIÓN EMOCIONAL EN LA FORMACIÓN DEL JUGADOR DE BALONCESTO

Valeria Bedoya Gómez
Manuela Castillo González
Juan Carlos Palacio Bernal

Tipo de documento para optar al título de
Magíster en Educación

Director
Juan Carlos Palacio Bernal, PostDoctor (PostDoc) en Educación

Asesores de recursos académicos: Juan Pablo Charry Osorio (asesor bibliográfico)

Universidad de Manizales
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Maestría en Educación - Virtual
Manizales, Caldas, Colombia

2026

Citar/How to cite	(Bedoya, Castillo & Palacio, 2026)
Referencia/Reference	Bedoya Gómez, V., Castillo González, M., & Palacio Bernal, J.C. (2026). <i>Voces de los entrenadores sobre la gestión emocional en la formación del jugador de baloncesto</i> . [Tesis de maestría]. Universidad de Manizales. RIDUM: Repositorio Institucional Universidad de Manizales.
Estilo/Style: APA 7ma ed. (2020)	



Seleccione posgrado UManizales (A-Z), VIII

Centro de Estudios en Conocimiento y Cultura de América Latina - CECCAL.

Grupo de Investigación Educación y Pedagogía: Saberes, Imaginarios e Intersubjetividades

Línea de Investigación Educación y Pedagogía.

Declaración de inteligencia artificial: El o los autores de este trabajo de grado, declaran que no han utilizado herramientas de inteligencia artificial (IA), para la creación del contenido tal como se establece en el Acuerdo UManizales 002 (julio 26 de 2023) sobre propiedad intelectual e IA.

Biblioteca y Centro de Recursos: biblioteca.umanizales.edu.co

Repositorio Institucional: ridum.umanizales.edu.co

Universidad de Manizales: umanizales.edu.co

Revistas: revistasum.umanizales.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Manizales ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Resumen

El estudio se centra en el análisis de la incidencia que tiene la voz del entrenador de baloncesto en el proceso formativo del jugador, específicamente en el campo de la gestión emocional, que es un aspecto fundamental en la competencia deportiva. El objetivo es visibilizar las concepciones y prácticas del baloncesto como actividad lúdica y el desarrollo de la competencia emocional, reconociendo que, el rol de deportista debe trascender los aspectos técnicos y tácticos, para generar acciones de bienestar y desarrollo integral. La investigación se aborda en el marco de un enfoque cualitativo, orientado a explorar las experiencias y acontecimientos de los entrenadores de este deporte en su contexto natural; en consecuencia, se acude a la entrevista semiestructurada de una muestra integrada por nueve (9) entrenadores y la conformación de un grupo focal y un registro de observación no participante, para la recolección de la información. El análisis de los datos obtenidos se presenta mediante un ejercicio de codificación manual del contenido, identificando las categorías emergentes relacionadas con la gestión emocional en el entrenamiento o la competencia deportiva. Los resultados constatan que la autorregulación y el equilibrio emocional son factores que hacen parte de un rendimiento más consciente y sensible. Finalmente, se evidencia en los hallazgos, que al incorporar de una forma paulatina la gestión emocional en los procesos formativos no solo se favorece el desarrollo integral del deportista, también se previenen conductas desfavorables y se reduce la fatiga emocional

Palabras clave: Competencia deportiva, gestión emocional, aprendizaje emocional; formación; práctica deportiva.

Abstract

The study focuses on analyzing the impact of the basketball coach's voice on the player's training process, specifically in the field of emotional management, which is a fundamental aspect of sports competition. The objective is to highlight the concepts and practices of basketball as a recreational activity and the development of emotional competence, recognizing that the role of the athlete must transcend technical and tactical aspects in order to generate actions that promote well-being and comprehensive development. The research is approached from a qualitative perspective, aimed at exploring the experiences and events of coaches of this sport in their natural

context. Consequently, a semi-structured interview with a sample of nine (9) coaches, the formation of a focus group, and non-participant observation were used to collect information. The analysis of the data obtained is presented through a manual content coding exercise, identifying emerging categories related to emotional management in training or sports competition. The results confirm that self-regulation and emotional balance are factors that contribute to more conscious and sensitive performance. Finally, the findings show that gradually incorporating emotional management into training processes not only promotes the comprehensive development of athletes, but also prevents unfavorable behaviors and reduces emotional fatigue.

Translated with DeepL.com (free version)

Keywords: Athletic competence; emotional management; emotional learning; training; sports practice.

1. Introducción

En el baloncesto, al igual que en las demás prácticas deportivas, no solo resulta importante entrenar destrezas técnicas y tácticas, también se requiere desarrollar habilidades cognitivas y emocionales, toda vez que, no se trata solamente de la actividad física, sino de un espacio donde se produce interacción, comunicación y trabajo en equipo, todo esto, aunado a situaciones de presión, adversidad y frustración que deben ser gestionadas por los entrenadores. Tomando lo planteado por Solakumur et al. (2023), se puede afirmar que los entrenadores influyen — intencionalmente o no— en la forma en la que los deportistas gestionan sus emociones frente a situaciones de estrés que se generan en un ambiente de competencia.

En el ámbito internacional, se destaca el informe *State of Play* del The Aspen Institute (2022), donde se señala que a los 14 años es la edad donde la mayoría de los adolescentes abandona su participación en el deporte organizado y de conjunto. Según el estudio, este fenómeno se relaciona con factores como la presión competitiva, la desmotivación y climas emocionales inadecuados dentro de los procesos formativos. En el informe de la World Health Organization (2020), se advierte que la adolescencia constituye un período crítico para la pertenencia o el abandono de la actividad física, dejando en evidencia la importancia que tiene la construcción de una adecuada disposición emocional hacia cualquier tipo de práctica deportiva. En Colombia no se

identifican estadísticas específicas relacionadas con la gestión emocional en el baloncesto como proceso formativo de alto rendimiento, razón por la cual se requiere incorporación de evidencia contextualizada que documente el impacto de la gestión emocional en este deporte.

Es precisamente la gestión emocional, entendida como el conjunto de procesos cognitivos y de conducta que le permiten, en este caso a un deportista, identificar y manifestar sus emociones, la base para la toma de decisiones acertadas. La inteligencia emocional integra la capacidad para manejar los sentimientos y regular los estados de ánimo; desde la perspectiva de Brackett (2019), se concibe la regulación emocional como la capacidad para gestionar las emociones, pero también para utilizarlas de manera estratégica en la optimización del aprendizaje, el desempeño, el bienestar y el rendimiento.

Es claro entonces que, el crecimiento integral de un deportista va más allá del trabajo en sus destrezas físicas, lo que implica una actividad consciente y profunda, donde se deben involucrar el reconocimiento y la gestión de las emociones. El baloncesto como disciplina deportiva, integra una dinámica de equipo que exige cooperación, comunicación y disciplina; sin embargo, la adaptabilidad de los deportistas no depende solo de las características del contexto, también de la preparación previa, la preparación mental y el acompañamiento del entrenador.

Camacho (2021), menciona que en el baloncesto tanto la colaboración como la oposición son destrezas perceptivas, abiertas y de regulación externa, es decir, que se entrenan considerando diferentes entornos, para que así, los jugadores evalúen, prevean y se adapten a las eventualidades del juego, aspecto que aumenta la exigencia en el nivel cognitivo. Esta idea evidencia que el deporte no es solo físico, sino que se configura como una herramienta pedagógica que transversaliza lo cognitivo, lo emocional y lo social.

Al mismo tiempo, el deporte, que, desde una perspectiva sociocultural hace parte de la acción lúdica del ser humano, es una actividad colectiva y cooperativa donde se fomenta la cohesión grupal y la validación colectiva. Precisamente, la esencia del juego representa la base para alcanzar el éxito en la alta competencia, especialmente, en los deportes colectivos. La psicología deportiva explica que, desde las primeras etapas de desarrollo, los seres humanos incorporan la

creatividad, la toma de decisiones y el sentido lúdico como motivaciones intrínsecas, que más adelante favorecen sus procesos adaptativos como deportistas, alcanzando habilidades de lectura situacional, autonomía estratégica y resiliencia en condiciones de presión (Vilar et al. 2020).

2. Marco teórico y conceptual

2.1 La gestión emocional

La gestión emocional en la formación del jugador de baloncesto emerge, desde la voz de los entrenadores. Se trata de un componente estructural del proceso pedagógico y deportivo y no de una acción independiente o adicional del entrenamiento. El desarrollo técnico y táctico del jugador se fundamenta en el liderazgo lingüístico del entrenador, es decir, esta mediado por su capacidad para identificar, regular y canalizar las emociones que se hacen parte del ámbito competitivo. Es entonces en la práctica deportiva, donde se configura un escenario mixto de presión, atención, esfuerzo físico, mental y emocional, espacio donde el entrenador tiene un rol formativo que trasciende la instrucción deportiva y se orienta hacia el acompañamiento integral del deportista.

Diferentes investigaciones sobre la gestión emocional en el deporte (Solakumur et al. 2023; Robazza, et al. 2022; Aguinaga et al. 2023), resaltan la necesidad de promover a través de la figura del entrenador el desarrollo de otros factores que se integran en el campo de las emociones: la regulación, la autonomía y el bienestar. Así, tal como lo expresa Bisquerra (2007), la respuesta emocional se convierte en un aspecto clave, que incide en los resultados deportivos, impactando tanto los desempeños físicos como los cognitivos y afectivos del atleta.

Si bien, las emociones hacen parte de la vida, aprender a nombrar y gestionar los estados internos y comprender como funcionan o por qué se generan, es una labor que , en el caso de la actividad deportiva, recae sobre el rol del entrenador, toda vez, que dentro de sus competencias no solo deben reconocerse habilidades para mejorar el rendimiento físico o táctico, también para fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales que incidan en la personalidad y en la integralidad del deportista (López, 2005).

2.2 Conocimiento de las emociones propias y de los demás

La gestión emocional en el contexto del baloncesto formativo se debe valorar como una competencia transversal que articula procesos cognitivos, afectivos y conductuales en el deportista. Para Mayer y Salovey (1997), es necesario hablar de inteligencia emocional como la verdadera capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas. Este conjunto de habilidades son indispensables los deportes donde la interacción demanda una toma de decisiones ágil y segura, tal como sucede en el baloncesto.

La neurociencia ha demostrado que el conocimiento de las emociones propias permite también el reconocimiento y la comprensión de las emociones del otro (Oros, et al., 2011). Por eso, al reflexionar sobre el proceso de desarrollo que lleva cada jugador, independientemente de su nivel o de su etapa de formación, se debe considerar que cada una de estas fases necesita tiempo, estímulos y experiencias, y que es precisamente el entrenador, quien debe modificar cada una de estas variables durante las prácticas, permitiendo a los deportistas experimentar el juego como un proceso dinámico y formativo (Paz y Peña, 2021).

Si bien, queda claro que la gestión emocional es una capacidad que deben adquirir los jugadores con acompañamiento de su entrenador, se trata de una acción que no siempre se desarrolla de manera positiva, derivando en la aparición de uno de los principales obstáculos para el rendimiento deportivo: la fatiga mental. De acuerdo con Sáenz, et al. (2020), los episodios de fatiga mental son comunes y se manifiestan en una disminución del rendimiento, la precisión, la motivación y la capacidad de respuesta, evidenciando que en un deporte como el baloncesto, se requiere un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Asimismo, la disposición del entrenador resulta fundamental para sostener motivados a los jugadores en el transcurso de los entrenamientos o en la competencia; en este sentido, si el formador constantemente propone ejercicios y actividades novedosas, fomenta en los jugadores actitudes de entrega y motivación.

La pertinencia de este asunto radica en que el contexto sociocultural actual demanda una transformación en el rol del entrenador, quien debe ser un agente transmisor de conocimientos con una amplia trascendencia hacia una figura de seguridad emocional que potencie el desarrollo

integral de los jugadores, para Oros et al. (2011). Así pues, el trabajo del entrenador debe ajustarse a las necesidades y requerimientos específicos de los atletas a su cargo, al tiempo que debe garantizar una asertiva toma de decisiones dentro y fuera del escenario deportivo. Según lo manifiestan Jowett et al. (2024) los deportistas que crean vínculos seguros con sus entrenadores manifiestan mayor apoyo, mayor calidad en la relación y menor conflictividad interpersonal, en contraposición con la ausencia de control emocional, que sí afecta significativamente las relaciones interpersonales de los deportistas, llegando a impactar desde los compañeros de equipo y entrenadores, hasta sus propias familias.

2.3 Gestión emocional intrapersonal e interpersonal

La voz del entrenador debe estar presente en los procesos de éxito y de riesgo, siempre con un tono formativo y reflexivo, reconociendo que aprender a perder, a cooperar y a manejar la presión competitiva es tan importante como el dominio técnico-táctico del juego. Por esta razón, es importante distinguir entre la gestión emocional intrapersonal y la gestión emocional interpersonal.

En el caso de la gestión emocional intrapersonal, se debe mencionar que está asociada a la autorregulación, es decir, al control de los impulsos, al manejo de la frustración y al crecimiento de la autoconfianza. Se puede abordar, tal como lo plantea Solakumur et al. (2023), como una dimensión clave para la toma de decisiones, que les permite a los entrenadores apoyar a sus jugadores para que mantengan la concentración en el juego.

Por otro lado, la gestión emocional interpersonal, se encuentra vinculada con la convivencia, la cooperación y la comunicación de equipo. La voz del entrenador, en el caso específico de los deportes de conjunto, debe ayudar a los jugadores para que también lean las emociones de los otros. Esta estrategia deriva en la regulación de los conflictos y en la construcción de vínculos de empatía basados en la tolerancia y el respeto. Para Solakumur et al. (2023). Se trata de una dimensión que incide en la cohesión grupal, en el desarrollo de un sentido de pertenencia mucho más amplio y en la construcción de una identidad colectiva.

Se puede añadir una nueva gestión, denominada gestión situacional, que aborda la respuesta emocional en escenarios específicos de competencia, donde no solo los factores endógenos, que

son aquellos para los que más se han preparado los deportistas y el propio entrenador, sino también los factores exógenos como el arbitraje, la presión del público, el estado del escenario de juego o las expectativas externas, requieren un ejercicio de mediación emocional de los jugadores y un mayor grado de consciencia de la gestión intra e interpersonal por parte del entrenador.

2.4 La educación emocional

Es claro que los entrenadores no solo favorecen el rendimiento deportivo, sino que actúan como agentes de regulación emocional, al tiempo que promueven la autorregulación, sobre todo cuando los resultados no acompañan los procesos y se generan sentimientos de frustración. Solo las estrategias conscientes que se implementan en el entrenamiento y en la competencia, ayudan a forjar la estabilidad, la resiliencia y el control emocional, aspectos que integran lo que Pekrun (2014) y Laborde et al. (2016), denominan aprendizaje sostenible deportivo.

Se puede hacer alusión al carácter interpersonal y contextual de la gestión emocional, especialmente en los deportes colectivos. Bisquerra (2009), sostiene que la educación emocional debe orientarse no solo al bienestar individual, sino también a la calidad de las relaciones sociales, es decir a la cohesión de equipo, a la comunicación asertiva y efectiva y a la configuración de un clima motivacional positivo y permanente. Así, el líder, quien educa, debe ser emocionalmente competente, toda vez que influye de manera directa en la regulación emocional del grupo, pero también es una especie de arquitecto, pues diseña para su ejercicio profesional y un entorno de aprendizaje seguro.

Esta investigación, toma en cuenta que las categorías entrenamiento y gestión emocional no han sido suficientemente abordadas como nociones de estudio, ni relacionadas directamente con la función del entrenador, aspecto que evidencia una necesidad en un campo donde se deben explorar las perspectivas que tienen los formadores sobre su rol, no solo como mentores en la actividad física, también en las dimensiones cognitiva, social y emocional. Tal como lo plantean Solakumur et al. (2023), es importante analizar los estilos de liderazgo, las estrategias de regulación emocional y el manejo de la presión dentro y fuera de la competencia.

En este sentido, la educación emocional en el deporte formativo no puede entenderse como un componente circunstancial, sino como un eje transversal que atraviesa la planificación, la

ejecución y la evaluación del entrenamiento. La manera como el entrenador gestiona el error, distribuye el reconocimiento, interviene ante el conflicto o modela respuestas ante la derrota configura un aprendizaje implícito que impacta la construcción de la autoeficacia y la identidad deportiva del jugador. Así, la práctica sistemática de estrategias de regulación emocional contribuye no solo al rendimiento inmediato, sino a la consolidación de trayectorias deportivas más estables y conscientes.

La educación emocional profundiza en la relación que existe entre entrenamiento y gestión emocional, marcando una ruta para la comprensión del rol formativo del entrenador y aportando elementos para el diseño de procesos pedagógicos más integrales dentro del deporte como actividad formativa para la competencia de alto rendimiento. De igual forma, en deportes colectivos como el baloncesto, donde la interacción constante exige toma de decisiones bajo presión temporal y social, la educación emocional se asocia con la competencia emocional del entrenador, toda vez que incide directamente en el clima motivacional del equipo. Así, un liderazgo que integra habilidades técnicas con sensibilidad emocional favorece la cohesión grupal, la confianza interpersonal y la resiliencia ante la adversidad competitiva.

3. Metodología

Este estudio responde a un enfoque de investigación cualitativa, adoptando un diseño interpretativo de carácter no experimental. Esta elección metodológica permite comprender los significados que construyen los participantes desde sus propias experiencias, en lugar de manipular variables o establecer relaciones causales. El diseño interpretativo se centra en analizar cómo los sujetos atribuyen sentido a los fenómenos estudiados dentro de su contexto natural, lo cual resulta pertinente cuando se busca explorar procesos, percepciones y dinámicas subjetivas. Según Creswell y Poth (2018), la investigación cualitativa es idónea para “entender cómo los participantes perciben un problema o fenómeno en su ambiente cotidiano, mediante la interpretación detallada de sus perspectivas” (p. 7).

En coherencia con este planteamiento, el enfoque no experimental permite recopilar información directa sin alterar las condiciones en las que emergen los hechos, garantizando una aproximación profunda, contextualizada y comprensiva del fenómeno de estudio. En este caso, se

busca comprender las experiencias y reflexiones que los entrenadores de baloncesto construyen en torno a la formación en gestión emocional del deportista. Este posicionamiento permite profundizar en las voces y percepciones de los participantes fomentando una interpretación contextualizada de sus discursos y prácticas.

3.1 Participantes

En el desarrollo de este estudio fue posible contar con la participación de nueve (9) entrenadores de baloncesto con amplia trayectoria y reconocimiento en el ámbito nacional. Para la selección se realizó un muestreo intencional, considerando como criterios de inclusión, contar con más de 10 años de experiencia como jugadores profesionales de baloncesto en un club o en selección Colombia; además, que actualmente estuvieran ejerciendo el cargo de entrenadores y participando activamente en procesos formativos.

Cuatro (4) de los entrenadores seleccionados son profesionales que han dirigido equipos que participan en las competencias organizadas por la federación Colombiana de Baloncesto, los demás entrenadores han desempeñado sus actividades en formación de jugadores en diferentes ligas o clubes deportivos en categorías infantiles, juveniles y de mayores durante los últimos 10 años. (Ver tabla 1).

Tabla 1

Datos de los entrenadores de baloncesto entrevistados

Código	Tipo de entrenador	Años como entrenador	Seudónimo
EB1.	Profesional	33	Salvador
EB2.	Profesional	40	Gerardo
EB3.	Profesional	13	Federico
EB4.	Formador	12	Sebastián
EB5.	Formador	39	Omar
EB6.	Formador	22	Alberto
EB7.	Profesional	35	Miguel

EB8.	Profesional	32	María
EB9.	Formador	23	Ignacio

Nota. Elaboración propia.

3.1.1 Técnicas e Instrumentos

Para la recolección de la información se utilizó la técnica de entrevista semi estructurada, orientada a partir de una guía de 12 preguntas dirigidas a los entrenadores. Adicionalmente, se conformó un grupo focal, donde la guía establecía ocho (8), preguntas, centradas en los retos formativos que los entrenadores identifican en la gestión emocional del jugador durante la competencia deportiva. Así, todas las preguntas estuvieron enfocadas en identificar la manera en la que los entrenadores promueven el desarrollo de habilidades emocionales dentro de su actividad formativa, acudiendo a estrategias de regulación, motivación y control.

Las entrevistas realizadas tienen en promedio una duración de 30 a 45 minutos, garantizando rigor metodológico; adicionalmente, la guía de las entrevistas que sometida a un ejercicio de validación de contenido por parte de cinco expertos en baloncesto y ciencias del deporte, quienes validaron aspectos como pertinencia, coherencia y claridad en cada uno de los ítems.

Una vez validado el instrumento, se contactó a cada uno de los participantes y se coordinó la firma de los consentimientos informados. Posteriormente, se realizaron las entrevistas entre los meses de mayo y agosto del año 2025, en su mayoría de manera presencial, considerando la disponibilidad de los entrenadores y sus posibilidades de desplazamiento. Las conversaciones fueron grabadas con autorización previa y posteriormente transcritas para su análisis (Ver Anexo A).

La observación no participativa se utilizó como técnica pertinente para estudiar los diferentes procesos de formación en el baloncesto, permitiendo abordar la dimensión emocional y evidenciar cómo se relaciona el proceso pedagógico y deportivo en un contexto real. Se constató al entrenador no solo en su papel técnico, sino también ejecutando un rol de formador emocional, influenciando el aprendizaje y la constante construcción de la confianza del jugador. De esta manera facilitó identificar que la gestión emocional del entrenador, no se basa solo en el proceso

verbal, sino que principalmente se manifiesta a través del lenguaje no verbal con conductas como, estar al mismo nivel del jugador y comunicarse, estrechar la mano, ovacionar o tocar su hombro. Desde este punto de vista dicha técnica, se convierte en una herramienta esencial para comprender los procesos formativos en el deporte, permitiendo analizar la relación entre el objetivo pedagógico, manifestación observable y el impacto en los jugadores.

3.1.2 Análisis de la información (triangulación de los datos)

El ejercicio de codificación de los datos, en un primer momento busca identificar los núcleos de sentido, es decir, las unidades más pequeñas de sentido que pueden existir en un mismo orden textual, unas veces un grupo de palabras, en ocasiones una frase, un grupo de frases, según lo que sea, estas unidades lingüísticas contienen unidades de sentido. También se pueden denominar unidades de registro a aquellos enunciados que poseen un sentido completo en sí mismos y que servirán para cualquier clasificación o codificación posterior. De esta manera se establece un esquema de triangulación entre los autores que justifican la caracterización de los resultados, las citas literales ilustrativas obtenidas mediante la implementación de los instrumentos y el análisis a la luz de la teoría.

Las principales categorías emergieron del marco teórico y las subcategorías surgieron a partir de la información recolectada en el trabajo de campo. Este procedimiento permitió identificar patrones, significados y tensiones en torno a la comprensión, aplicación y desafíos de la gestión emocional en la formación y competencias deportivas.

3.1.3 Componente ético

Tabla 2

Criterios de rigor y planteamiento ético

Criterios	Planteamientos
Credibilidad	Observación no participante
	Validación por juicio de expertos
Consistencia	Triangulación
	Comparación de resultados con teorías

Reflexividad	Transcripción literal de las entrevistas
	Método comparativo constante
Coherencia epistemológica	Relación entre el objetivo general de la investigación, metodología y referentes teóricos.

Nota. Fuente: Elaboración propia

4. Resultados

Los principales resultados y hallazgos de la investigación permiten reconocer dos categorías base: Formación deportiva en baloncesto y Gestión de las emociones. En este sentido, la primera categoría se complementa con tres (3) subcategorías: Metodologías de enseñanza, Momentos de reflexión y retroalimentación y acompañamiento emocionales implícito, tal como lo presenta la Tabla 3, donde además se incluyen las voces de los entrenadores y se añade una interpretación a la luz de la teoría.

Tabla3

Subcategorías que suscita a la categoría formación en baloncesto a partir de las entrevistas

Subcategoría	Caracterización del significado	Fragmentos Representativos
Metodologías de enseñanza	Los entrenadores utilizan metodologías que se basan principalmente desde una perspectiva progresiva, organizada y planificada, respetando el proceso de aprendizaje de los jugadores (Díaz y Bojanich, 2018). Algunos entrevistados coinciden en trabajar de lo simple a lo complejo, realizar ejercicios de manera repetitiva para lograr crear hábitos; hacer	“Ir de lo simple a lo complejo...”, “Planificar las sesiones para que tengan un objetivo claro...” (EB3) “Fomentar la autonomía y la inteligencia del jugador...”, “Desarrollar hábitos a través de la repetición.” (EB6)

	sesiones estructuradas, e integrar no solo el desarrollo técnico- táctico sino también el físico y emocional, y darle mucha importancia a la comunicación y la exploración de enseñanzas significativas.	
Momentos Reflexión y retroalimentación emocional	Los entrenadores coinciden que es de suma importancia generar momentos de reflexión, retroalimentación y diálogo con los jugadores, no siempre tienen dentro de su planeación estos momentos, pero sí valoran mucho que los jugadores estén emocionalmente preparados. Unos lo hacen de manera espontánea desde el vínculo personal o la confianza con los jugadores, otros desde la corrección de actitudes específicas y otros utilizan charlas emocionales.	“Fuera de la cancha soy un amigo más, busco que sientan confianza para manifestar lo que les pasa dentro y fuera del juego.” (EB1) “Trato de reunir el grupo cuando veo falta de disciplina o actitud, según lo que vaya viendo en cada sesión.” (EB8) “Está implícito en todo momento, se trata de que los deportistas se enamoren de lo que hacen.” (EB2) “Las charlas son distintas cuando se compite o se entrena, a veces son motivacionales, otras para que reflexionen sobre sus errores.”(EB7)
	Cuando no se cuenta con un psicólogo deportivo, a los entrenadores les toca asumir el rol y ese acompañamiento	“Sin ser profesionales de la psicología, la experiencia nos da la habilidad de

Acompañamiento emocional implícito	emocional desde su intuición y su manejar ese tipo de experiencia, desde la observación y la situaciones; a veces un cercanía que tengan hacia los jugadores. abrazo suelta el llanto.” Emplean recursos como el humor, el (EB5) diálogo, la generación de retos en los entrenamientos para fortalecer la gestión “Es importante llevarlos a la emocional, todo esto basado en su frustración en el conocimiento empírico, y en la relación entrenamiento, porque si no humana que tienen con sus jugadores. lo viven ahí, no sabrán cómo afrontarlo en la competencia.” (EB9)
---	--

Nota. Elaboración propia.

A la luz de la teoría del enfoque ecológico, Renshaw y Chow (2019) destacan que los entrenadores deben diseñar tareas que permitan al jugador autoorganizarse, adaptarse y adquirir habilidades mediante la progresiva complejidad de los escenarios. Este enfoque coincide con los entrenadores del estudio, quienes buscan que los deportistas desarrollen autonomía, inteligencia de juego y hábitos a partir de la variabilidad y estructuración progresiva de las tareas.

Estos hallazgos se alinean con Tamminen y Crocker (2020), quienes sostienen que la reflexión emocional guiada y el diálogo abierto entre entrenadores y deportistas contribuyen al desarrollo de estrategias de regulación emocional, fortalecen la cohesión y mejoran la toma de decisiones bajo presión. La retroalimentación emocional se convierte así en un elemento pedagógico clave que facilita la construcción de climas afectivos seguros en el deporte de conjunto.

De acuerdo con Larsen, Aguilar y Treasure (2021), el apoyo emocional cotidiano del entrenador funciona como un mediador entre las demandas competitivas y el bienestar del deportista. Cuando el entrenador establece relaciones cercanas y utiliza estrategias como el humor, la contención y la anticipación, fomenta un clima de seguridad psicológica, esencial para enfrentar

la frustración y desarrollar resiliencia emocional. Esto coincide plenamente con el acompañamiento implícito descrito por los entrevistados.

La segunda categoría que hace referencia a la gestión emocional se compone de tres (3) subcategorías: Regulación emocional del entrenador y del jugador, influencia de los factores externos en la gestión emocional, durante la competencia e incidencia de las emociones en el rendimiento deportivo (Ver Tabla 4).

Tabla 4

Subcategorías que suscita a la categoría gestión de las emociones a partir de las entrevistas

Subcategoría	Caracterización del significado	Fragmentos Representativos
Regulación de las emociones del entrenador y del jugador	En el baloncesto la gestión emocional se entiende como esa capacidad del entrenador para reconocer, comprender, canalizar sus propias emociones y las emociones de sus deportistas durante los entrenamientos y los partidos. Los entrevistados reconocen que las emociones que más prevalecen son la frustración, la ansiedad, la euforia y la ira, y que todas estas emociones influyen francamente en el rendimiento deportivo y en la toma de decisiones.	“Durante los partidos noto mucho la ansiedad en los jugadores, sobre todo antes de lanzar tiros libres o en los minutos finales.” (EB8)
	Se observa una conciencia creciente sobre el requerimiento de educar al jugador emocionalmente, logrando que tengan una mejor estabilidad, resiliencia y enfoque competitivo.	“El lenguaje corporal me dice todo: cuando bajan los hombros o evitan mirar al rival sé que algo pasa.” (EB4)
		“Si uno no entiende el estado emocional del jugador, puede tomar decisiones equivocadas, por eso trato de observarlos más que solo darles instrucciones.” (EB1)
		“He notado que cuando el público presiona, las emociones se contagian, tanto positivas como negativas.” (EB7)

		“Mi propio manejo emocional influye directamente en el equipo; si yo me altero, ellos también se descontrolan.” (EB3)
Influencia de los factores externos en la gestión emocional, durante la competencia	Los entrevistados evidencian que las emociones que se generan por situaciones propias o externas impactan en el rendimiento deportivo, y, es por esto que, deben ser gestionadas con autocontrol y preparación. Contemplan que es fundamental educar emocionalmente al jugador y que de esta manera puedan enfrentar las provocaciones del rival, la presión del público y todos esos momentos decisivos del juego, fortaleciendo su concentración y estabilidad emocional.	“El público puede levantar o desestabilizar al jugador según su madurez emocional.” (EB5) “Les enseñó a respirar, a enfocarse y no responder provocaciones.” (EB4) “En un partido las emociones definieron el resultado; cuando se descontrolaron, perdimos el enfoque.”(EB9)
Incidencia de las emociones en el rendimiento deportivo	El desempeño de los jugadores está determinado por las emociones, estas condicionan su precisión, la forma en cómo toman decisiones, y su carácter competitivo. El manejo emocional adecuado permite transformar la frustración o ansiedad, en confianza y motivación; a diferencia de la falta de control genera desmotivación, bloqueos emocionales, y por ende bajo rendimiento. Los entrenadores reconocen que la fortaleza mental y la	“Las emociones te pueden bloquear en un momento dado.” (EB2) “El jugador que no juegue con emoción no tiene por qué ganar.” (EB8) “Si no están mentalmente bien, el resultado no va a ser positivo.” (EB1) “He tenido jugadores con talento, pero sin carácter, y eso los limita.” (EB3)

gestión emocional son tan importantes “El público, la frustración o el miedo como la parte táctica y física, para de pueden cambiar totalmente el esta manera lograr los objetivos rendimiento.” (EB3) establecidos.

Nota. Elaboración propia.

Es claro que, los formadores consideran que las emociones más comunes durante un juego o competencia son el enojo, la frustración, el desánimo y la alegría. Aseguran que el lenguaje corporal, gestos, contacto visual, tono de voz y posturas, son las principales señales para identificar el estado emocional en los deportistas. Basados en la observación continua, logran anticiparse a situaciones de falta de emoción, bloqueos emocionales, pérdida de la concentración. Adicionalmente reconocen que la gestión emocional es un proceso pedagógico que requiere de acompañamiento, empatía y comunicación, precisando así una formación integral.

Adicionalmente, estos datos obtenidos coinciden con lo propuesto por Paley y Hajal (2022) quienes sostienen que la regulación emocional es un proceso bidireccional en el deporte: tanto el entrenador como el jugador influyen mutuamente en sus estados psicológicos. La evidencia demuestra que entrenadores capaces de identificar y gestionar su propio estado interno modelan conductas de estabilidad emocional, lo que mejora la toma de decisiones y reduce reacciones impulsivas en momentos críticos. Esto respalda lo observado en el estudio: la regulación emocional es una competencia compartida y esencial para el rendimiento competitivo.

Por su parte, Campo et al (2019), afirman que los factores externos actúan como *estresores competitivos*, capaces de alterar la activación fisiológica y los procesos cognitivos del deportista. La preparación emocional previa —mediante simulación de escenarios y entrenamiento psicológico— permite reducir la reactividad a la presión ambiental. Este hallazgo coincide con lo reportado por los entrenadores: la capacidad de manejar la presión del público, el ruido o las provocaciones es un predictor del enfoque, la estabilidad y el rendimiento bajo condiciones adversas.

En la literatura reciente, especialmente en Friesen et al. (2022), se confirma que las emociones influyen directamente en la percepción del reto, la coordinación motora, la

autoconfianza y la estrategia competitiva. Las emociones positivas facilitan la concentración y mejoran la ejecución técnica, mientras que la ansiedad o el miedo pueden deteriorar la precisión y promover el pensamiento rígido. Esto coincide con lo expresado por los entrenadores: el rendimiento no depende solo de la habilidad técnica, sino también de la capacidad del jugador para transformar emociones negativas en recursos funcionales, desarrollando lo que se denomina fortaleza mental dinámica.

5. Discusión

La información presentada permite apreciar que los entrenadores identifican que las emociones integran el eje central en el proceso formativo y competitivo del deportista del baloncesto. Los formadores coinciden en que la gestión emocional afecta de manera directa tanto el rendimiento individual como el rendimiento del equipo. La suficiencia de reconocer, interpretar y canalizar no sólo las emociones propias sino las ajenas se cataloga como una competencia esencial en el aspecto deportivo, y es equiparable con el desarrollo técnico, táctico y físico.

Se debe hacer referencia a lo que Robazza et al. (2022) llaman el clima motivacional percibido, es decir, el ambiente psicológico y motivacional creado por el entrenador y el contexto deportivo, que impacta las estrategias de regulación emocional de los atletas, sus emociones y sus experiencias psicobiológicas relacionadas al deporte. La información recopilada indica que un clima motivacional orientado al aprendizaje y la cooperación favorece regulaciones emocionales saludables y experiencias positivas, así como un mayor bienestar, menor ansiedad y mejores estados afectivos. Esto permite afirmar que no solo el estilo directo del entrenador importa, sino también el tipo de clima que promueve alrededor del equipo.

La actitud del entrenador es fundamental para que los jugadores estén animados durante los entrenamientos o la competencia, si continuamente está innovando con diferentes ejercicios y actividades, despertará un mayor grado de entrega y motivación. El objetivo principal del baloncesto está orientado a la conquista o logro del éxito, esto debido a su carácter competitivo, que constantemente está en la búsqueda de alcanzar logros, que generen motivación no solo a los jugadores sino también a los formadores.

Por otro lado, cuando se realizaron las entrevistas se halló con que algunos de los formadores de baloncesto, le daban mucha importancia a esos primeros pasos alcanzados, cuando un niño logra hacer un pase efectivo, rebotar un balón sin que se le vaya, convertir su primera canasta, ganar un partido, o ganar el título de campeón, por más mínimo que sea ese logro, lo es todo para ellos, significa un triunfo, que le da al deportista la satisfacción, la plenitud de éxito. El mayor logro de un partido es ganar, pero significa mucho esos logros pequeños e individuales que se van teniendo durante el juego, hacer un robo, o un buen pase, hace que el jugador se llene de confianza le aporte seguridad y mejore o potencie su desempeño, esto también hace que se pueda dar su permanencia en un deporte y que tengan la capacidad de afrontar grandes retos, y mantener su desempeño deportivo.

Rozaidi et al. (2023), en un estudio de revisión sistemática sobre la relación entre los comportamientos de liderazgo del entrenador, en este caso, reflejados en la instrucción, el apoyo social o la retroalimentación y la salud mental de los atletas, establecen que no todos los comportamientos instructivos del entrenador favorecen la autonomía, es decir, se evidencia que el control psicológico que sobrepasa un límite de normalidad, se convierte en intimidación frustración y bajo rendimiento; mientras tanto, los síntomas positivos están asociados a un liderazgo empático.

Un factor que se puede relacionar con la idea anterior es el uso del lenguaje no verbal, es decir, las expresiones faciales, las actitudes que presentan los jugadores, que generalmente son reconocidas por sus entrenadores como indicadores del estado emocional, permitiendo intervenir de manera oportuna para sostener la motivación, favoreciendo la concentración y previniendo bloqueos. De la misma manera se debe discutir que las emociones sea tanto positivas como negativas y en el contexto deportivo, logrando afectar no solo la toma de decisiones, también el control de las emociones positivas como la euforia, la alegría o la confianza.

Sobre este asunto, el estudio de Jowett et al. (2024), relacionado con la inteligencia emocional de los entrenadores que han sido deportistas, menciona que la sensación de satisfacción es percibida tanto por el entrenador como por el atleta, pero que el nivel de inteligencia emocional de los entrenadores es la base para que las relaciones que se establezcan con los deportistas sean sólidas, de buena calidad y se conviertan en expresiones de bienestar. Se destaca la dimensión

emocional, aclarando que no basta con cultivar competencias técnicas o tácticas, porque la empatía, autoconciencia y habilidades relacionales del entrenador son claves.

Un aspecto importante identificado durante las entrevistas fue que todos los entrenadores tuvieron previamente una etapa como jugadores, afirmando que el conocimiento adquirido no solo proviene de la formación recibida o de la educación profesional, sino que ha partido de la propia experiencia como deportistas y de su trayectoria competitiva. Esta experiencia les permite comprender las emociones que está vivenciando el jugador en diferentes escenarios y de igual manera fortalecer su capacidad de acompañamiento y orientación de los procesos de manera más empática y consciente (Friesen et al. 2022).

El análisis permite afirmar que la valoración de los logros cumple una función formativa decisiva en la construcción de la autoeficacia y la adherencia deportiva. Los entrenadores no solo celebran el resultado final, que en este caso se refiere a ganar un partido o un torneo, sino que reconocen el valor de los pequeños logros que estructuran el aprendizaje emocional. Se puede referenciar una idea sobre el liderazgo motivacional en el deporte mencionada por Cruyff et al. (2023), “los entrenadores que adoptan conductas de apoyo a la autonomía contribuyen positivamente al bienestar psicológico y a la motivación intrínseca de los atletas.” (p. 7). Desde esta perspectiva, el reconocimiento oportuno de pequeños avances no es un gesto menor, sino una estrategia pedagógica que fortalece la percepción de competencia, incrementa la confianza y consolida la permanencia del deportista en el proceso formativo.

En contraste, los hallazgos también invitan a problematizar los diferentes estilos de formación del entrenador, porque una instrucción flexible puede trivializar el ejercicio deportivos, pero una instrucción rigurosa puede fácilmente derivar en un acto de control psicológico excesivo. En este sentido, una mala praxis puede deteriorar tanto el rendimiento como la salud mental. Para Smith y Côté (2022), existe suficiente evidencia para afirmar que los climas de entrenamiento controladores se asocian con un aumento de la ansiedad y una disminución del disfrute entre los deportistas jóvenes; por esta razón, se plantea la necesidad de establecer esquemas de intervención preventiva cuando sea necesario para ayudar a regular las emociones negativas o las emociones positivas desbordadas, logrando equilibrar el clima motivacional para la toma de decisiones.

Los resultados reflejan que dentro de la formación del jugador la gestión de las emociones debe asumirse como un componente pedagógico transversal (Mujica & Jiménez, 2020). El formador-entrenador se convierte no solo en un educador técnico sino que debe ser un mediador emocional, que enseña a sus jugadores como identificar, comprender, canalizar y/o transformar sus estados emocionales para alcanzar el objetivo planteado mediante un desempeño integral. Reafirmando la importancia de incluir la educación emocional, como principio fundamental en los programas de formación en baloncesto, trabajando así en bases sólidas para la formación de jugadores resilientes, conscientes y emocionalmente competentes.

6. Conclusiones

La gestión emocional es un componente estructural de la formación deportiva, no un elemento complementario, pues en este estudio, las voces de los entrenadores demuestran que la gestión emocional atraviesa todos los procesos de entrenamiento en baloncesto, desde la toma de decisiones hasta la cohesión grupal y el rendimiento competitivo. Los entrenadores reconocen que la capacidad de identificar, regular y canalizar emociones como frustración, ansiedad, euforia o miedo lo cual determina la estabilidad del jugador y su eficacia en momentos críticos del juego.

En esta misma línea, cabe mencionar que la relación entrenador-jugador es el principal mediador para el desarrollo emocional en el deporte, esto se resalta en el análisis de las narrativas, donde se revela que el acompañamiento emocional directo o indirecto, que realiza el entrenador tiene un efecto decisivo sobre la seguridad psicológica de los jugadores y es esta la base para modelar sus comportamientos.

En el deporte, al igual que en otras actividades cotidianas, los factores externos actúan como estresores, pero en el caso de una disciplina como el baloncesto, son además decisivos en la competencia y requieren preparación específica. Son los entrenadores quienes deben preparar a los deportistas para las provocaciones del público, del rival, la presión del ambiente, los árbitros, porque la capacidad para anticipar estos factores y entrenar estrategias de autocontrol y resiliencia se convierte en un recurso clave para sostener el enfoque competitivo y alcanzar una mayor cantidad de logros competitivos. Queda claro que el rendimiento deportivo depende tanto del dominio técnico como de la fortaleza mental y emocional, pues evidencia que el desempeño en la

cancha no solo se configura a partir de variables físicas o tácticas, sino que son las emociones positivas las que potencian la precisión, la confianza y la creatividad, Todo esto obedece a una red de pedagogía emocional que el entrenador construye desde su intuición, su reflexión, pero sobre todo, su experiencia.

La gestión emocional en el baloncesto de base formativa y en la práctica competitiva, debe ser asumido como una competencia pedagógica intencional, es decir, un ejercicio donde la eficacia depende de la planificación, ejecución y evaluación del entrenamiento, no solo en términos físicos, también actitudinales y conductuales. Esta dinámica va más allá de la experiencia intuitiva del entrenador, toda vez que las voces recopiladas en el estudio, evidencian la necesidad de transformar las prácticas, haciéndolas conscientes y reflexivas, diseñadas como espacios donde se promueven la aceptación, el reconocimiento y la autorregulación.

Como síntesis final, se debe contemplar una proyección de los resultados se requiere un proyecto de adaptación curricular para la educación emocional, que vaya más allá de una meta del Estado y que se aplique al deporte formativo en todos los niveles de formación escolar, garantizando la apertura de espacios sistemáticos orientados al desarrollo de competencias emocionales como la autorregulación, el liderazgo empático, la comunicación asertiva y el manejo de conflictos.

También se requiere una formación experiencial y reflexiva organizada para los entrenadores desde el nivel amateur hasta el nivel profesional, pues queda en evidencia que muchos entrenadores aprenden a gestionar emociones desde la experiencia empírica. Esto sugiere la necesidad de integrar metodologías como estudios de caso, simulaciones de situaciones competitivas, análisis de escenarios críticos, entre otros, que ayuden a anticipar y comprender escenarios emocionales complejos.

En esta misma línea, se debe promover la articulación interdisciplinaria para fortalecer el diálogo entre diferentes ciencias del deporte como psicología, pedagogía y gestión educativa, pues el rol del entrenador exige el dominio de competencias que exceden el dominio técnico, requiriendo comprensión de dinámicas grupales, procesos motivacionales y construcción de climas socioafectivos saludables. Por último, se debe pensar en la evaluación de competencias

emocionales para obtener una certificación profesional, adaptando los criterios de evaluación para la obtención de un título con un enfoque mucho más integral.

7. Referencias

- Aguinaga San José, I; Martínez-Pampliega, A; Santamaría, T & Merino Ramos, L. (2025). The Coach's Role in Young Athletes' Emotional Competence and Psychological Well-being. *International Journal of emotional education*, 15 (1), 136-151. doi.org/10.56300/MCUE4028
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XX1*, 10, 61-82. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>.
- Brackett, M. (2019). *Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves, and Our Society Thrive*. Celadon Books. <https://easypdf.live/downloads/4990275-permission-to-feel-unlocking-the-power-of-emotion>
- Camacho, Lazarraga. P (2021). *Manual didáctico para la enseñanza del baloncesto en las etapas de formación*. Dykinson. <https://www.digitaliapublishing.com/a/103887>.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications. <https://revistapsicologia.org/public/formato/cuali2.pdf>
- Campo, M., Mackie, D. M. & Sánchez, X. (2019). *Emotions in Group Sports: A Narrative Review From a Social Identity Perspective*. *Frontiers in Psychology*, 10, 666. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00666>
- Cruyff, J., et al. (2023). Autonomy-supportive coaching and athletes' psychological well-being: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(2), <https://www.tandfonline.com/toc/rijs20/16/2>
- Friesen, A; King, D; McGrogan, T. & Morrell, P. (2022). *Examining the muscular and psychological effects of emotions and emotion regulation in sport*. Symposium presented at

the 2022 North Atlantic Sport Psychology Conference.
<https://www.asignificantpursuit.com/home/research-expertise>

Jowett, S; Boardley, i. D: Wachsmuth, & Balduk, A. (2024). El papel de la inteligencia emocional y las relaciones de calidad en los niveles de satisfacción de deportistas y entrenadores: un análisis de múltiples estudios. *Taylor & Francis online*
DOI: 10.1080/21640629.2024.2359774

Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). *Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review*. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 26(8), 862–874.
Doi: 10.1111/12510

Larsen, C. H., Aguilar, A., & Treasure, D. (2021). The coach–athlete relationship and athletes’ well-being: A contemporary perspective. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 284–305.
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2019.1649177>

López Cassa, E. (2005) La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). Basic Books.

Mujica Johnson, F. N., & Jiménez Sánchez, A. C. (2020). percepción emocional del alumnado de 3º de eso ante las prácticas de la unidad didáctica de baloncesto en educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (429), 47–60.
<https://doi.org/10.55166/reefd.vi429.899>

Oros, L. B., Manucci, V., Richaud-de Minzi, M. C. (2011). Desarrollo de emociones positivas en la niñez. Lineamientos para la intervención escolar. *Educación y Educadores*, 14(3), 493-509. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83422605004.pdf>

- Paley B & Hajal NJ (2022). Conceptualizing Emotion Regulation and Coregulation as Family-Level Phenomena. *Clin Child Fam Psychol*. doi: 10.1007/s10567-022-00378-4.
- Paz Guerra, S., Peña Herrera, B. (2021). *Psicología de la educación*. Abya-Yala. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/20369>
- Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2014). Introduction to emotions in education. In R. Pekrun & L. Linnenbrink-Garcia (Eds.), *International handbook of emotions in education* (pp. 1–10). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Renshaw, I., & Chow, J. Y. (2019). A constraint-led approach to sport and physical education pedagogy. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(2), 103–116. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1552676>
- Robazza, C., Morano, M., Bortoli, L. y Ruiz, MC (2022). El clima motivacional percibido influye en las estrategias de regulación emocional, las emociones y las experiencias psicobiosociales de los atletas. *Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 59, 102-110. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102110>
- Rozaidi, N. A., Zid, A., Rajli, M. A., Hamid, S. F. A., & Dzoolkarnain, H. H. (2023). *Coach Leadership Behaviour and Athlete Mental Health: A Literature Review*. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities*, 8(6), e002387.
- Sáenz-López, P., Duque-Ramos, V. H., Almagro-Torres, B. J., & Conde-García, C. (2020). Basketball and Emotions. Asystematic review. *Journal Sports Science*, 16(1), 73-84. <https://revista-ebalonmano.unex.es/index.php/ebalonmano/article/view/2502>
- Smith, A. E., & Côté, D. L. (2022). Coaching climate, athlete anxiety, and motivational outcomes in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17556775/>
- Solakumur, A, Dilek, N; Yilmaz, U; Kul, M. (2023). The Effect of Coaches' Leadership Behaviors on Athletes' Emotion Regulation Strategies. *The Sport Journal*. <https://thesportjournal.org/article/the-effect-of-coaches-leadership-behaviors-on-athletes-emotion-regulation-strategies/>

Tamminen, K. A., & Crocker, P. R. E. (2020). *Emotion in sport and performance*. Routledge.
<https://psycnet.apa.org/record/2024-33137-068>

The Aspen Institute. (2022). *State of play 2022: Trends and developments in youth sports*. The Aspen Institute Sports & Society Program. <https://www.aspeninstitute.org/news/state-of-play-2022/>

Vilar, L., Araújo, D., Davids, K., & Bar-Yam, Y. (2020). Sports teams as complex systems: Patterns, dynamics, and performance. *Human Movement Science*, 73, 102663.
<https://doi.org/10.1016/j.humov.2020.102663>

World Health Organization. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33239350/>

Anexos

Anexo A. Guía de entrevista

Título: Sentidos que le confieren los entrenadores a los procesos de formación del jugador de baloncesto para la gestión de las emociones en competencias deportivas en la ciudad de Manizales

Objetivo General: Comprender los sentidos que le confieren los entrenadores a los procesos de formación del jugador de baloncesto para la gestión de las emociones en competencias deportivas en la ciudad de Manizales

Maestranes: Valeria Bedoya Gómez – Manuela Castillo González

Entrevista individual

1. ¿Cuáles son los principios pedagógicos que guían tu práctica como entrenador?
2. ¿Qué importancia le das a la dimensión emocional en la formación integral del jugador?
3. ¿Cómo entiendes la gestión de las emociones en el contexto del baloncesto?
4. ¿Consideras que las emociones influyen en el rendimiento deportivo? ¿Por qué?
5. ¿Consideras que las emociones son determinantes en el desempeño de un deportista?

6. ¿De qué manera incorporas el desarrollo de habilidades emocionales en tus procesos formativos?
7. ¿Qué estrategias utilizas para ayudar a los jugadores a reconocer y regular sus emociones durante la competencia?
8. ¿Has recibido algún tipo de formación en educación emocional? (si-no), ¿Consideras necesario hacerlo?
9. ¿Cómo actúas cuando un jugador presenta frustración, enojo o tristeza en medio de una competencia?
10. ¿Qué rol crees que cumple el entrenador como referente emocional para sus jugadores?
11. ¿Qué sentido le atribuyes al acompañamiento emocional dentro del proceso de formación deportiva?
12. ¿Cómo manifiestan sus jugadores las emociones en la práctica y desempeño del baloncesto?
13. ¿Qué estrategias usas para regular las emociones en el entrenamiento y en las situaciones de juego?
14. Por falta de control de las emociones en tus jugadores, ¿has perdido partidos? O ¿has ganado partidos? ¿Dónde radica la diferencia?
15. Las emociones, pueden generar enojo, frustración, tristeza, impotencia ¿Cómo enseñas a tus jugadores a manejar las provocaciones del rival?

Entrevista grupo Focal:

1. ¿Qué emociones considera que son más prevalentes en los jugadores durante la competencia? ¿Cómo las percibe a través de su lenguaje corporal y expresiones faciales?
2. ¿Podría compartir algún ejemplo concreto de una situación en la que haya logrado transformar la actitud de un jugador o del equipo a través de la sensibilización formativa?
3. ¿Cómo percibe el impacto de las emociones del público en el rendimiento de los jugadores y en su propio estado emocional?
4. ¿Cómo maneja las situaciones de frustración, ansiedad o ira que puedan surgir durante la competencia?
5. Si en la práctica de su deporte, no se cuenta con un psicólogo deportivo, ¿cómo forman en la gestión de las emociones acordes al desarrollo y a la situación deportiva de cada jugador?

6. Me pueden dar un ejemplo de ¿cómo hacen para abordar las alteraciones de ánimo agradables o penosas de sus deportistas, ya sean intensas o pasajeras en situaciones de juego?
7. Sabemos que en la práctica de cualquier deporte hay que aceptar las emociones y no reprimirlas. Por ello indagamos ¿cómo enseñas autorregular los cambios fisiológicos y emocionales en los jugadores y que no se salgan de control?
8. ¿Qué les sucedería en un entrenamiento o en una situación de juego, si no comprenden las alteraciones o estados de ánimo de sus jugadores porque es parte de la adrenalina de la competencia?

Anexo B. Guía de Validación



EVALUACIÓN POR JUECES DE UN INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN CUALITATIVA CONSTRUIDO

GUÍA PARA REVISIÓN POR EXPERTOS

Estimado(a) juez:

La información que contiene esta guía para revisión por juicio de expertos hace parte del proyecto de trabajo de grado de los estudiantes Manuela Castillo González y Valeria Bedoya Gómez bajo la

dirección de Juan Carlos Palacio Bernal en el Programa de Maestría en Educación. El proyecto se denomina Sentidos que le confieren los entrenadores a los procesos de formación del jugador de baloncesto para la gestión de las emociones en competencias deportivas en la ciudad de Manizales. El objetivo general de este trabajo de grado es “Comprender los sentidos que le confieren los entrenadores a los procesos de formación del jugador de baloncesto para la gestión de las emociones en competencias deportivas en la ciudad de Manizales”.

En esta fase de la investigación, el interés es la recolección de información a través de **entrevistas semiestructuradas** a una muestra de expertos (Entrenadores de baloncesto). Esto con el fin de realizar un proceso de recolección de datos que respondan a los objetivos de la investigación, con la aplicación de una guía abierta de entrevista individual y, una guía abierta de entrevista para grupo focal.

Para asegurar el proceso de validación de estos instrumentos para la recolección de información, le ruego su colaboración como experto en temas asociados al deporte, la formación deportiva y el liderazgo a través de la dirección técnica, la participación que se le solicita es leer con detenimiento las guías de entrevista (individual y grupo focal) y diligenciar el formato que se anexa para recoger su calificación de los instrumentos, así como sus valiosos aportes, recomendaciones y sugerencias para optimizar su presentación y aplicación.

A continuación, le solicitamos que califique en cada casilla el *aspecto cualitativo* que le parece cumple con cada indicación según su juicio de experto con la orientación de la siguiente escala:

Calificación Aspecto cualitativo

- 1 - Deficiente**
- 2 - Aceptable**
- 3 - Bueno**
- 4 - Excelente**

Información del experto que realiza la valoración:

Nombres y apellidos:		
Último título académico o título de formación técnica en el deporte:		
Cargo:		
Antigüedad o años de experiencia como entrenador de baloncesto (Si aplica señale con una X)		De 1 a 9 años
		De 9 a 19 años
		20 años o más

VALORACIÓN DE LA GUÍA DE ENTREVISTA INDIVIDUAL

CRITERIOS PARA EVALUAR	CALIFICACIÓN			
	1	2	3	4
Las preguntas son pertinentes				
Las preguntas son adecuadas para los destinatarios				
La redacción es clara				
Es coherente el contenido con la temática				
El lenguaje es adecuado para los informantes				
Número de preguntas por objetivo				
Relevancia de las preguntas				
Relación con el objetivo general				
SUGERENCIAS: Este espacio es importante para recibir sus comentarios, observaciones o recomendaciones para el mejoramiento y validación de las guías.				

VALORACIÓN DE LA GUÍA DE ENTREVISTA GRUPO FOCAL

CRITERIOS PARA EVALUAR	CALIFICACIÓN			
	1	2	3	4
Las preguntas son pertinentes				
Las preguntas son adecuadas para los destinatarios				
La redacción es clara				
Es coherente el contenido con la temática				
El lenguaje es adecuado para los informantes				
Número de preguntas por objetivo				
Relevancia de las preguntas				
Relación con el objetivo general				

SUGERENCIAS: Este espacio es importante para recibir sus comentarios, observaciones o recomendaciones para el mejoramiento y validación de las guías.