

La comunicación asertiva en los atletas de béisbol categoría sub- 18

The assertive communication in the athletes of baseball under-18 category

Lic. Aysent Suares García

<aysent82@gmail.com> <https://orcid.org/0000-0002-3925-3879>

Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) "Mártires de Barbados" de La Habana, Cuba.

RESUMEN

El trabajo tiene como objetivo proponer talleres para contribuir a una comunicación asertiva en los atletas de Béisbol categoría sub-18 de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) Mártires de Barbados de La Habana, Cuba. Para ello se emplearon métodos y técnicas propias de la investigación acción-participación. Los talleres muestran herramientas y habilidades para mejorar la comunicación asertiva en los atletas, la cual refiere que esta manera de transmitir saberes en grupo los hace sentir más cómodos y motivados. Los entrenadores y los especialistas que trabajan con equipos deportivos cuentan con un recurso concreto para mejorar la comunicación entre los atletas en función de mejorar la cohesión grupal imprescindible para el éxito deportivo.

Palabras clave: equipo deportivo, comunicación asertiva, talleres.

ABSTRACT

The objective of the work is to propose workshops to contribute to assertive communication in baseball athletes under-18 category of the Sport Initiation School Martires de Barbados in Havana, Cuba. For this, methods and techniques of action-participation research were used. The workshops show tools and skills to improve assertive communication in athletes, which refers that this way of transmitting knowledge in a group makes them feel more comfortable and motivated. The coaches and specialists, especially those who work with sports teams, have a specific resource to improve communication between athletes in order to improve group cohesion, essential for sporting success.

Keywords: sport equipment, assertive communication, workshops



INTRODUCCIÓN

Los equipos deportivos son grupos con características específicas, formados por un conjunto de personas que trabajan colectivamente para realizar una tarea, donde se comparten responsabilidades y se intenta buscar una mayor eficacia individual y colectiva. Estos procesos grupales, como son la cooperación deportiva, la cohesión, la compatibilidad, la eficacia colectiva, el clima motivacional, el liderazgo deportivo, entre otros, poseen una gran relevancia, puesto que pueden influir y modificar el resultado de la competición deportiva.

La cohesión colectiva es posible cuando se logra establecer metas comunes, siendo respetuoso de las opiniones y valoraciones de los miembros del grupo, manteniendo buenas relaciones entre todos los integrantes, ya que esto permite mayores posibilidades para alcanzar las metas del programa y afrontar cualquier obstáculo que se presente durante el entrenamiento y los eventos competitivos.

Los factores de cohesión grupal juegan un papel importante en la regulación de la conducta de los adolescentes y jóvenes^{1, 2}. Estos se manifiestan en diferentes esferas de la vida diaria, en las relaciones humanas, en la comunicación, en las relaciones sociales, así como en otros momentos importantes en la vida del escolar interno en una escuela. La comunicación en los procesos formativos del deporte, a través de una vía directa o indirecta, representa en primera instancia el medio para mantener a todos informados del propósito del proyecto, las metas por cumplir, las expectativas de logro, la evaluación del desempeño y el nivel de satisfacción de cada integrante. La comunicación es un proceso esencial en la formación y desarrollo de la personalidad y es la comunicación asertiva o la asertividad un estilo con un gran impacto en la esfera actitudinal. Comunicarse de manera asertiva debe ser una práctica que se ha de perfeccionar y trabajar constantemente en el contexto deportivo.

En tal sentido, se hace imprescindible desarrollar habilidades para la vida que ayuden a las personas a tomar decisiones bien informadas, comunicarse de manera efectiva, asertiva y afectiva, para desarrollar destrezas que favorezcan enfrentar situaciones y solucionar conflictos contribuyendo a una vida saludable y productiva. Las habilidades para la vida pueden ser aplicadas en el campo de las acciones personales, en la interacción con las demás personas o en

las acciones necesarias para transformar el entorno de manera tal que este sea propicio para la salud y el bienestar.

Las habilidades para la vida son fundamentalmente las destrezas que les sirven a las personas para relacionarse mejor consigo misma, con las demás personas y con el entorno. Se reconocen como básicas que facilitan ese nivel de actuación las siguientes: conocimiento de sí mismo, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de problemas y conflictos, pensamiento crítico, pensamiento creativo, manejo de emociones, sentimientos, tensiones y estrés³.

Cuando se produce un conflicto, la comunicación disminuye, se promueven comportamientos hostiles y de sospecha, el clima social es incómodo, impacto emocional negativo y disminución de la motivación en el trabajo del equipo deportivo. Para evitar que los conflictos desemboquen en esos efectos antes mencionados, es conveniente practicar un estilo de comunicación asertiva.

En el contexto de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE) Mártires de Barbados de La Habana, Cuba, fundada el 28 de enero de 1977 por el Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, tiene como misión y visión la de formar en los atletas los valores esenciales de nuestra sociedad martiana y fidelista, perceptibles en la conducta deportiva, enfocándose en ser una escuela de nuevo tipo, conservando y preservando los valores del deporte revolucionario cubano con atletas incondicionales a la Revolución y al movimiento deportivo cubano.

Este objetivo institucional exige una adecuada comunicación que asegure una verdadera influencia desde el ámbito escolar concebida desde la planificación y organización del entrenamiento deportivo para garantizar su desarrollo tanto en los atletas como el personal que trabaja en los procesos formativos.

El deporte, no sólo es un escenario de grandes retos tensionales, sino un medio de disfrute, medio para mejorar los modos de pensar, sentir y comunicarse de niños, adolescentes, jóvenes y adultos, lo cual se logra a través de la educación en valores. Considerar que los valores humanos se forman a partir de las influencias históricas- culturales, contextuales, sobre la base de la experiencia vital de los individuos, de su propia práctica y en medio de contradicciones entre lo individual y lo social, lo universal y lo particular, lo ideal y lo real, lo objetivo, subjetivo e institucional, es punto de partida axiológico para estimar la dimensión de la asertividad en el sistema de valores morales de los individuos⁴.

El béisbol se destaca como una excepcional combinación que promueve la actuación individual en un marco colectivo. Como actividad deportiva en particular en nuestro país, adquiere matices muy distintivos, pues está estructurado su funcionamiento a partir de las tendencias actuales de la disciplina, solo que con nuestras propias características se convierte entonces en una actividad muy peculiar a la hora de desarrollar y promover jugadores a planos internacionales. Esta situación hace pensar en el desarrollo de factores de carácter psicosocial, indicadores que ha de tener en cuenta todo entrenador y especialista de la psicología del Deporte que trabaje con la disciplina en nuestro país.

Al comenzar este estudio, en la observación empírica de las diferentes actividades docentes y deportiva, se constatan dificultades en la comunicación y en las relaciones entre los atletas de Béisbol categoría sub- 18 de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana en el curso 2018-2019, que afectaron el cumplimiento de las tareas deportivas del equipo y, en general, el rendimiento individual y grupal dando como resultado el 10mo lugar alcanzado en el Campeonato Nacional de este deporte, lejos de los lugares estelares obtenidos en eventos anteriores.

Se observa inicialmente que no siempre son respetuosos y compatibles entre sí, predominando los enfrentamientos y desacuerdos en los objetivos y metas deportivas, traducidos en la inadecuada comunicación entre ellos que no siempre colaboran en la realización de las tareas. Se manifiestan las situaciones negativas de educación formal como agresiones verbales, enfrentamientos de los atletas que no se corresponden con las características del deporte ni los valores histórico- culturales de nuestro pasatiempo nacional.

Estas reflexiones incentivan a proponer el objetivo del artículo proponer talleres encaminados a mejorar la comunicación asertiva en los atletas de béisbol categoría sub-18 de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana.

DESARROLLO

El equipo de Béisbol categoría sub-18 de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana está compuesto por 32 atletas de la selección provincial cuyo rango de edades es entre los 15 y 18 años y cursan el décimo, oncenavo y duodécimo grados en la Enseñanza General. Proceden de diferentes municipios de la provincia predominantemente Habana del Este, Boyeros, Arroyo Naranjo y San Miguel del Padrón. La escuela, durante años se ha destacado por los resultados deportivos satisfactorios, contando con especialistas en el área del Deporte que complimentan

esta expectativa y en la puesta en marcha de experiencias novedosas. Es un colectivo abierto a experiencias educativas, que acumulan tradición en la implementación de diferentes alternativas y estrategias para promover una formación deportiva de calidad y satisfactorios resultados deportivos.

Una de las mayores dificultades identificadas desde la observación empírica a las que se enfrenta el equipo deportivo de Béisbol y el personal que interactúa con estos atletas, son justamente los problemas de comunicación que se evidencian en la expresión oral, las relaciones interpersonales, la expresión corporal, entre otras causas. Se observan manifestaciones de rechazo, negación, agresividad, pasividad y subvaloración de sus criterios en su modo de actuación.

Se utiliza mayormente la observación participante para obtener información relacionada con la comunicación del grupo de estudio y su expresión en situaciones reales de entrenamiento y competencia porque permite recoger información mucho más verídica, si se logra una buena empatía y expresión libre de los sujetos. La observación tiene en su base un elemento actitudinal de consideración, respeto por el otro, percepción de los estados de ánimo y sentimientos del otro, con la capacidad de captar su disposición o no a la comunicación y las dificultades que pueden aparecer en ellas.

En este sentido se comprobó que los entrenamientos se realizan bajo estricta planificación y supervisión de un equipo multidisciplinario, el cual está formado por el preparador físico, entrenadores, médico, fisioterapeuta y psicóloga. Durante las 10 visitas a las diferentes actividades del equipo (7 entrenamientos, 1 imitación de juego, 2 competencias correspondiente al curso 2018- 2019), se observan situaciones de conflicto y desacuerdos entre sus miembros intentando que prevalezcan sus criterios por encima de los otros, llegando a emplear expresiones groseras y chabacanas. Algunos no intervienen y prefieren mantenerse alejados, y otros, de forma muy dispuesta asumen el rol de intermediarios para solucionar el problema. Se detecta que existe la disposición al consenso y a buscar soluciones a pesar de las diferencias de opiniones expresando que “lo más importante es que el equipo gane” o “el problema de uno es de todos”.

Se realizó un estudio exploratorio para acercarse a la situación inicial de la comunicación asertiva en el equipo deportivo parte de la aplicación de la técnica de entrevista grupal para los entrenadores. El objetivo fue recoger criterios acerca de los mayores problemas en materia de comunicación y relaciones interpersonales en el entrenamiento deportivo y las competencias

vinculadas a la agresividad o a la actuación pasiva en la situación comunicativa tomando como muestra conformada por 4 sujetos que son considerados como ejemplos con quien se puede dialogar de muchos temas de su interés, favorecida por haber practicado este deporte y tener un conocimiento del contexto.

En la evaluación de la encuesta con el objetivo de diagnosticar conductas no asertivas de los 32 atletas encuestados, 5 mostraron una tendencia a la pasividad en las relaciones interpersonales que no favorece la comunicación. Tienden a una actuación agresiva 25 atletas respondiendo afirmativamente las cuestiones relacionadas con las actitudes ante los conflictos, la influencia de las opiniones del grupo sobre los comportamientos de uno de sus miembros y la baja tolerancia a las críticas. Solo 2 atletas manifiestan buenas relaciones comunicativas en sus relaciones coincidiendo con el criterio de entrenadores, docentes y demás integrantes del equipo.

En esta investigación se aplica la técnica participativa "El árbol de los problemas" para la reflexión colectiva sobre las dificultades en relación con la comunicación partiendo de su realidad, así como las acciones que llevarán a cabo para favorecer cambios en los modos de actuación. Unánimemente acertaron que era importante para el rendimiento y resultado deportivos encontrar una vía o solución para resolver la situación problemática.

Para la aplicación de la Matriz DAFO se realizó un intercambio con los miembros del equipo de Béisbol y sus entrenadores en el estadio "Santiago Changa Mederos" ubicado en el municipio Cerro de La Habana donde llevan a cabo los entrenamientos.

Los resultados de la matriz DAFO se corresponden con los obtenidos en la caracterización inicial donde se hizo evidente que las dificultades más significativas están relacionadas en sentido general, con la carencia de recursos comunicacionales para expresar desacuerdos, disgustos, mantener la disciplina, la imposición y la agresividad verbal. Es por este motivo que las técnicas utilizadas anteriormente suscitan un proceso de reflexión grupal, de cuestionamiento crítico y de construcción colectiva, favoreciendo conformar las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas para mejorar la comunicación asertiva en los atletas de Béisbol categoría sub-18 de la EIDE "Mártires de Barbados" de La Habana.

Los resultados de los instrumentos y técnicas aplicadas, como parte de los métodos de investigación, demuestran la necesidad de una comunicación asertiva para lograr las metas y objetivos comunes como equipo deportivo, por lo que se requiere del diseño de talleres para contribuir a resolver la situación existente. Se trata de romper con el esquema tradicional de que

las actividades de intervención psicológicas planificadas en el Plan de Entrenamiento para el deporte van dirigidas a atletas al azar según las necesidades individuales y que solo participan ocasionalmente la matrícula completa del deporte.

Uno de los elementos más importante es la organización de las tareas del equipo que tiene como objetivo central, “aprender en el grupo, del grupo y para el grupo” y para lograrlo es fundamental proyectar una estrategia de trabajo colectivo, en la que debe existir un alto grado de participación de sus integrantes. En la Tabla 1, se resumen los talleres implementados.

Tabla 1. Talleres para contribuir a una comunicación asertiva en los atletas de béisbol categoría sub - 18

Taller	Título	Objetivo
1	El descubrimiento	Reflexionar sobre los estilos de comunicación y su relación con el equipo de béisbol mediante la utilización de las técnicas participativas “La pelota” y “El incidente”
2	¿Qué nos caracteriza como equipo?	Reconocer las principales cualidades que caracterizan a los atletas de béisbol mediante las técnicas participativas “Arcoiris afectivo” y “El árbol productor”
3	Sí por la paz, no a la violencia.	Reconocer las manifestaciones de violencia para la eliminación de conductas negativas mediante las técnicas participativas “Imaginación” y “Una sonrisa”
4	Un consenso común	Desarrollar habilidades en el proceso de toma de decisiones en grupo llegando a un consenso común mediante la técnica participativa “Concordar y discordar”
5	¿Te escucho realmente?	Desarrollar la habilidad de la escucha activa a partir de las técnicas participativas “Numeletra” y “El oro del silencio”
6	Con todos mis sentidos	Valorar la importancia de la comunicación asertiva no verbal (contacto visual, recursos gestuales, postura corporal) a través de las técnicas participativas “Desarrolla el lenguaje” y “La consigna”.
7	Reflexionando sobre la práctica	Valorar la aplicación práctica de las reflexiones que se han realizado en los talleres acerca de la comunicación asertiva y la importancia para el equipo deportivo mediante las técnicas participativas “Siluetas” y “El PNI”

Los talleres como forma de organización presentan un enfoque participativo, de reflexión, contribuyendo al desarrollo de los atletas como sujetos activos, capaces de expresar libremente sus opiniones, experiencias y conocimientos acerca del tema a tratar, creándose un clima de confianza y seguridad que permita la comunicación, lo que resulta de gran importancia ya que favorece la educación y por ende el mejoramiento de los modos de actuación⁵.

La aplicación de talleres va encaminada a desarrollar en los atletas y entrenadores habilidades para una comunicación asertiva, que permitan desarrollar la capacidad para escuchar y comprender los mensajes recibidos, expresar sentimientos con libertad, esclarecer los mensajes confusos y establecer límites a las conductas ajenas.

Nombre de los talleres: ¿Me comunico asertivamente?

Los talleres están concebidos sobre la base de las necesidades de atletas y entrenadores para mejorar la comunicación asertiva y en su estructuración contempla la metodología que permite la retroalimentación del cumplimiento del objetivo general.

La situación de la pandemia de COVID-19 impidió la aplicación de estos talleres en su totalidad por la importancia de la presencialidad para el logro del objetivo propuesto, lo que deja pendiente la validación práctica y la valoración de su efectividad, para lo cual se propone un sistema de indicadores que permitan la evaluación de la investigación. La asesoría de los especialistas demostró la validez de los talleres encaminados a lograr la comunicación asertiva en los atletas de Béisbol categoría sub-18 de la EIDE "Mártires de Barbados" de La Habana.

Para valorar la factibilidad de la aplicación de los talleres diseñados se realizó la selección de un grupo de 7 especialistas donde los criterios coincidieron que los talleres pueden ser impartidos en otros deportes de equipo y ser de utilidad como referencia para los especialistas en la elaboración de acciones para mejorar la comunicación entre los atletas en función de lograr la cohesión grupal, imprescindible para el éxito deportivo. Los resultados del análisis alcanzan un cierto nivel de consistencia teórico metodológico y revelan su nivel de pertinencia, validez y solidez de la propuesta de talleres en la escuela.

CONCLUSIONES

El diagnóstico inicial demostró las insuficiencias en cuanto a las adecuadas relaciones interpersonales en los atletas de Béisbol de la categoría sub-18 de la EIDE Mártires de Barbados

de La Habana reflejado en el escaso acercamiento afectivo y la falta de comprensión mutua, predominando los enfrentamientos y desacuerdos en los objetivos y metas deportivas, además de la inadecuada comunicación entre ellos que no siempre colaboran en la realización de las tareas.

La sistematización de los fundamentos teóricos a partir del análisis de diferentes concepciones demuestra la necesidad de estar preparado en el conocimiento y las habilidades relacionadas con la comunicación asertiva, para contribuir al bienestar individual y grupal de los atletas en el cumplimiento de sus tareas en diferentes contextos.

Como resultado del análisis teórico realizado se considera la comunicación asertiva como una habilidad social de relación, es una forma de expresión consciente, a través de la cual se manifiestan las ideas, los deseos, opiniones, sentimientos o derechos de forma congruente, clara, directa, equilibrada, honesta, y respetuosa, sin la intención de herir o perjudicar, y actuando desde una perspectiva de autoconfianza.

Considerar a los talleres como un espacio educativo para desarrollar la comunicación asertiva en los equipos deportivos, diseñados siete talleres dirigidos a contribuir al desarrollo de una comunicación asertiva en los atletas de béisbol categoría sub-18 de la EIDE "Mártires de Barbados" de La Habana.

Los talleres evaluados mediante la consulta de especialistas fueron considerados pertinentes y válidos para contribuir al logro de una comunicación asertiva en los atletas de Béisbol categoría sub-18 de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana, no obstante para una valoración más integral de su efectividad queda pendiente la validación práctica de los mismos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 Cañizares M. Psicología y equipo deportivo. La Habana: Ed. Deportes; 2004.
- 2 Sánchez Acosta ME. Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. La Habana: Ed. Deportes; 2005.
- 3 Rodríguez Artau R. Luces para la Vida: Educación para la prevención de las adicciones desde las habilidades para la vida. CINESOFT; 2017.
- 4 Nápoles Salazar MC. Programa para el entrenamiento asertivo en el entrenador deportivo [Tesis doctoral]. La Habana; 2008.

5 Knight Socarrás, R. Educación sexual: un reto para padres, madres y adolescentes de hoy [Tesis de Diploma]. La Habana; 2003. pág. 165

BIBLIOGRAFÍA

Amayuela Mora G. La comunicación asertiva: necesidad actual del proceso formativo. Boletín REDIB; 2015

Calua Cuevas MR. Comunicación asertiva en el contexto educativo. Boletín REDIB; 2021

El Entrenamiento asertivo. Disponible en: <http://www.psicología.onile.com/autoayuda/>

Elisondo Torres M. Asertividad y escucha activa. Programa de actualización en Habilidades Docentes. Universidad Virtual del Sistema Tecnológico de Monterrey. Disponible en: <http://www.ruv.itesm.mx/prota/promocion/ds/pahd>

Garcés Montero E. Cómo mejorar las relaciones humanas. Apuntes y comentarios. La Habana: Ed. Pueblo y Educación; 2013

Mederos Aguiar R A. Propuesta de actividades educativas para el desarrollo de la cohesión grupal en atletas del Tiro con Arco de la EIDE Héctor Ruiz Pérez de Santa Clara [Tesis de Diploma] Villa Clara, Cuba: UCCFD Manuel Fajardo; 2013

Navarro Rodríguez M. Asertividad y teoría de decisiones: el rol del orientador escolar. Disponible en: <http://www.nalejandría.com>

Núñez C y Vázquez ME. Habilidades de comunicación con las familias. Curso de Actualización Pediatría 2018. Madrid, España: Lúa Ediciones 3.0; 2018

Ugalde Villalobos ME. El liderazgo académico, comunicación asertiva y motivación. Boletín REDIB; 2016

Velázquez Rodríguez G. Propuesta de un programa para trabajar habilidades sociales en Educación Infantil [Trabajo fin de grado en Educación Infantil] Universidad Internacional de La Rioja/ Facultad de Educación. España; 2015

Recibido: 13 de enero de 2022

Aceptado: 23 de marzo de 2022

El (los) autor(es) de este artículo declara(n) que:

Este trabajo es original e inédito, no ha sido enviado a otra revista o soporte para su publicación.

- Está(n) conforme(s) con las prácticas de comunicación de Ciencia Abierta.
- Ha(n) participado en la organización, diseño y realización, así como en la interpretación de los resultados.
- Luego de la revisión del trabajo, su publicación en la revista Pedagogía Profesional.
- NO HAY NINGÚN CONFLICTO DE INTERÉS con otras personas o entidades