

# **ÍNDICE**

## **PARTE 1. EL TRABAJO PSICOLÓGICO EN EL FÚTBOL FORMATIVO Y AMATEUR**

**1. Padres y entrenadores trabajando en equipo.** Macarena Lorenzo y Rosario Cubero

<b>Resumen Capítulo</b>	14
1.1. La necesidad del trabajo conjunto entrenadores/padres	15
1.2. ¡Quiero que mi hijo sea futbolista profesional! Expectativas y objetivos	18
1.3. ¡Eres mi hijo y tienes que ser el campeón! Motivación vs presión	21
1.4. ¡Mamá!, ¿por qué no me has preparado el macuto de entrenamiento? Responsabilidad y autonomía.	23
1.5. ¿Ha sido nuestra culpa, papá? Respeto a los otros significativos.	28
1.6. Conclusiones	30
1.7. Bibliografía	31

**2. Valores en el fútbol amateur.** Milagros Estrada

<b>Resumen Capítulo</b>	32
2.1. Introducción	33
2.2. Marco Teórico	34
2.3. Desarrollo	37
2.4. 10 Herramientas prácticas	39
2.5. Conclusiones	46
2.6. Bibliografía	48

**3. Formación a entrenadores de cantera: Experiencias en el Club Atlético de Madrid.** Alejo García-Naveira

<b>Resumen Capítulo</b>	50
3.1. Filosofía y principios básicos	51
3.2. El trabajo psicológico con el entrenador	57

3.3. Perfil del entrenador de éxito y reflexión personal	59
3.4. Habilidades psicológicas básicas del entrenador	61
3.5. Estado actual del liderazgo del entrenador	66
3.6. Bibliografía	69

#### **4. Creación de equipos de psicólogos en clubes profesionales: 20 años en el Sport Lisboa e Benfica.** Pedro Almeida y João Lameiras

<b>Resumen Capítulo</b>	72
4.1. Introducción	73
4.2. Trayecto	74
4.3. Ámbito de actuación profesional	75
4.4. Modelo de intervención del gabinete de psicología del Sport Lisboa e Benfica	77
4.5. El culminar de un largo y exitoso trayecto: reflexiones sobre una experiencia con el equipo profesional de fútbol	80
4.6. Conclusiones	82
4.7. Bibliografía	83

#### **5. Entrenar es un proceso de aprendizaje: El entrenador como pedagogo.** Darío Mendelsohn

<b>Resumen Capítulo</b>	84
5.1. Introducción	85
5.2. Entrenador de futbol infantil	85
5.3. Conclusiones	98
5.4. Bibliografía	99

#### **6. Estrategias psicológicas para potenciar los cambio y el aprendizaje en los futbolistas jóvenes.** Carlos Giesenow

<b>Resumen Capítulo</b>	100
6.1. Introducción	101
6.2. Su filosofía como entrenador	102
6.3. El entrenador como facilitador de cambios	105
6.4. Contemplación positiva: una nota final	118
6.5. Bibliografía	119

## **PARTE 2. SOLUCIONES A LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS DE ENTRENADORES Y FUTBOLISTAS**

### **7. Evaluación y perfiles psicológicos: Saber lo que cada uno necesita.** Ricardo de la Vega y Roberto Ruíz

<b>Resumen Capítulo</b>	120
7.1. Introducción	121
7.2. Breve marco teórico	121
7.3. Las dimensiones del comportamiento en el fútbol y su evaluación	124
7.4. Competencias del evaluador	128
7.5. Conclusiones	130
7.6. Bibliografía	131

### **8. Las diferentes inteligencias aplicadas al fútbol.** Marcelo Roffé y Santiago Rivera

<b>Resumen Capítulo</b>	132
8.1. Introducción	133
8.2. Breve introducción al concepto de inteligencia	134
8.3. El fútbol es de listos e inteligentes	136
8.4. Las distintas inteligencias necesarias en la práctica del fútbol	137
8.5. El entrenamiento de las inteligencias en el fútbol	145
8.6. Conclusiones	149
8.7. Bibliografía	150

### **9. El impacto emocional y psicológico de las lesiones en los futbolistas.** Aurelio Olmedilla y Lucía Abenza Cano

<b>Resumen Capítulo</b>	152
9.1. Introducción	153
9.2. Lesión deportiva y aspectos psicológicos y emocionales	153
9.3. Adherencia a los programas de rehabilitación	161

9.4. Reacción emocional y psicológica a la lesión: un caso	167
9.5. Conclusión	173
9.6. Bibliografía	174

## **10. Las demarcaciones y su entrenamiento psicológico específico.** Santiago Rivera

<b>Resumen Capítulo</b>	176
10.1. Introducción	177
10.2. Síntesis de las exigencias psicológicas en el fútbol actual	178
10.3. Especificidad versus polivalencia	181
10.4. El perfil integral por demarcación y su entrenamiento psicológico específico	183
10.5. Consideraciones finales	194
10.6. Bibliografía	196

## **11. Ventajas de la visualización.** Marcelo Roffé y Francisco García Ucha

<b>Resumen Capítulo</b>	198
11.1. ¿Qué es la visualización?	199
11.2. Beneficios de la visualización	201
11.3. Aspectos claves para aplicación de la visualización en los programas de entrenamiento	203
11.4. Ejemplo de una rutina de visualización	206
11.5. Pasos para diseñar, grabar y auto aplicar una grabación para visualizar	208
11.6. Conclusión	212
11.7. Bibliografía	213

## **12. Entrenamiento psicológico dentro del trabajo integrado en el fútbol: Diseño de actividades y progresión metodológica.** Miguel Morilla y Santiago Rivera

<b>Resumen Capítulo</b>	214
12.1. Introducción	215

12.2. La preparación integral del futbolista	217
12.3. El componente cognitivo en la práctica del fútbol	218
12.4. La complejidad psicológica del fútbol y las necesidades del jugador moderno	229
12.5. La metodología del entrenamiento psicológico integrado del futbolista	232
12.6. La evaluación del entrenamiento psicológico integrado	243
12.7. Sesión tipo	246
12.8. Bibliografía	251

### **13. Trastornos de alimentación en el futbolista: Pautas para su detección y prevención.** Isabel Díaz

<b>Resumen Capítulo</b>	254
13.1. Introducción: Los trastornos de la alimentación en el deporte	255
13.2. Deportes de riesgo para el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria en el ámbito deportivo	260
13.3. Factores mantenedores de un trastorno de alimentación en el deporte	262
13.4. El fútbol y los trastornos de la conducta alimentaria	263
13.5. Pautas para la prevención de los TCA en el fútbol	267
13.6. Conclusión	270
13.7. Biografía	271

### **14. La psicología narrativa del fútbol y la vinotinto.** Manuel Llorens

<b>Resumen Capítulo</b>	274
14.1. Limitaciones de las aproximaciones tradicionales de la psicología del deporte	275
14.2. El contexto	276
14.3. Una perspectiva alternativa: La mirada narrativa	278

14.4. Herramientas de las perspectivas narrativas en el fútbol venezolano	281
14.5. Algunas consideraciones finales	288
14.6. Recomendaciones de la psicología narrativa a un entrenador	290
14.7. Bibliografía	291

**15. El juego en el azar y en el alto rendimiento deportivo: implicancias en el retiro del deportista.** Débora Blanca y Marcelo Roffé

<b>Resumen Capítulo</b>	292
15.1. Introducción	293
15.2. Juego, placer, deporte	294
15.3. El papel del azar y el pensamiento mágico	298
15.4. Salvado-hundido	302
15.5. La adrenalina, el deporte y los juegos de azar	306
15.6. Los deportistas y el Poker	308
15.7. Momento del retiro: ¿Como transitarlo sin perder más de lo necesario?	309
15.8. A modo de cierre	313
15.9. Bibliografía	315

## **PARTE 3. HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN LIDERAZGO EFICAZ**

### **16. Estrategias para optimizar la toma de decisiones en el entrenador.** Luis Casáis

<b>Resumen Capítulo</b>	318
16.1. La toma de decisión en el deporte	319
16.2. El conocimiento experto y la toma de decisión en contextos dinámicos	324
16.3. El entrenamiento en toma de decisiones: aprendiendo a ser entrenador	330
16.4. El comportamiento del entrenador: para una buena toma de decisión también se necesita...	333
16.5. Conclusión	336
16.6. Bibliografía	337

### **17. Coaching para entrenadores.** Joaquín Dosil y Anna Viñolas

<b>Resumen Capítulo</b>	342
17.1. Introducción	343
17.2. ¿Qué es el coaching?	343
17.3. Herramientas clave del coaching aplicadas al fútbol	348
17.4. El papel del entrenador-coach	355
17.5. Conclusión	365
17.6. Bibliografía	366

### **18. Liderazgo en juego: dentro y fuera del campo.** Claudia Alicia Rivas y Alejandra Florean

<b>Resumen Capítulo</b>	368
18.1. Introducción	369
18.2. Delineando el terreno de juego...	369
18.3. El entorno o contexto en el que el liderazgo se lleva a cabo. Equipo deportivo y/o equipo de trabajo	370

18.4. La filosofía de la institución en la que se va a desarrollar el liderazgo	371
18.5. Las características personales y/o profesionales que posee el entrenador	371
18.6. Liderazgo del Entrenador	371
18.7. Lider dentro del campo	379
18.8. 31 recomendaciones para entrenadores	381
18.9. Conclusiones	387
18.10. Bibliografía	388

**19. 8 claves para construir equipos exitosos.** Rocío Bohórquez y Alexandre García-Más

<b>Resumen Capítulo</b>	390
19.1. Establece normas	392
19.2. Crea señas de identidad	393
19.3. Propón tareas cooperativas	395
19.4. Aporta roles claros	396
19.5. Cohesiona a tu equipo	399
19.6. Enséñales a trabajar como colectivo	401
19.7. Oriéntales hacia el juego	403
19.8. Inyéctales pasión por el fútbol	405
19.9. Bibliografía	407

<b>Editores y coautores</b>	411
-----------------------------	-----

# **ENTRENAMIENTO MENTAL EN EL FÚTBOL MODERNO: HERRAMIENTAS PRÁCTICAS**

***Marcelo Roffé y Santiago Rivera***

