

Elementos para lograr destreza comunicativa en la comunidad deportiva

Elements of communication skills in the sports community

Concepción Esther Linton Almaguer¹ (estherla@ult.edu.cu) (<http://orcid.org/0000-0002-7021-8078>)

Carmen Lozada Vega² (carmenlv@ult.edu.cu) (<http://orcid.org/0000-0001-7832-2454>)

Yaquelin Romero Rodríguez³ (yaquelinrr@ult.edu.cu) (<http://orcid.org/0000-0001-7515-3173>)

Resumen

En este trabajo se abordan los elementos para lograr destreza comunicativa en la comunidad deportiva, en esta actividad se le ha prestado mayor atención a los diferentes elementos, características, tipos de comunicación teniendo en cuenta las deficiencias que se manifiestan entre deportistas o entre entrenador y deportista detectadas a través de la observación y, la aplicación de diferentes test. Se realiza una fundamentación teórica acerca de estas problemáticas basado en diferentes métodos de investigación científica. Y la importancia que tiene en el ambiente deportivo la comunicación que se manifiesta a través de las relaciones interpersonales entre padres, entrenadores, comités y atletas, vitales para mantener la armonía en cualquier entidad deportiva.

Palabras claves: comunicación, deportistas, entrenador, actividad deportiva.

Abstract

In this work the elements to achieve communicative skills in the sports community are approached, in this activity more attention has been paid to the different elements, characteristics, types of communication taking into account the deficiencies that are manifested between athletes or between coach and athlete detected through observation and the application of different tests. A theoretical foundation is made about these problems based on different methods of scientific research. And the importance that has in the sports environment the communication that is manifested through interpersonal relationships between parents, coaches, committees and athletes, vital to maintain harmony in any sports entity.

Key words: communication, sportsmen, trainer, sport activity.

Importancia de la comunicación en la actividad deportiva

En la actualidad los filósofos y científicos han dado mayor atención que en épocas anteriores a los problemas de la comunicación. En las obras de los clásicos del marxismo aparecen múltiples referencias en algunos casos de forma explícitas y en otras, a partir de observaciones en las relaciones sociales. Pero este problema no

¹ Máster en Ciencias Pedagógicas. Licenciada en Español-Literatura y en Marxismo e Historia. Profesora Auxiliar. Universidad de Las Tunas. Cuba.

² Máster en Educación Física Contemporánea. Licenciada en Cultura Física y Deporte. Universidad de Las Tunas, Cuba.

³ Licenciada en Filosofía. Profesora Asistente. Universidad de Las Tunas, Cuba.

fue objeto de análisis filosófico detallado en estos tiempos. La teoría de la comunicación se formó en relación opuesta a la doctrina del contrato social, propio de la ilustración.

Los estudiosos de la comunicación asumen preferentemente el criterio del contacto entre los hombres, que es una propiedad humana, pero este problema no resulta fácil y es tan complejo como la propia actividad humana. Es por ello, que el análisis integral de la comunicación encuentra su expresión concreta en la dialéctica materialista cuando determina la esencia del hombre, como el conjunto de las relaciones sociales, lo que sentó las premisas para la comprensión científica de la comunicación en su dimensión social.

La historia, la sociología, los estudios culturales y la filosofía, como ciencias sociales y humanas, aportan a la configuración del campo de la comunicación y el deporte en tanto que le provee un marco de referencia para el estudio del deporte fuera de la dimensión estrictamente física y competitiva. Las ciencias sociales y humanísticas crean un espacio para que los comunicadores se interesen por el estudio de la actividad deportiva, como un fenómeno social que difunde y enaltece la comunicación y repercute en la visión del mundo que tienen las personas y las organizaciones sobre temas de identidad, política, cultura popular, ocio, entre otras acciones del hombre. Estas ciencias, además, les permiten a los comunicadores primero, trascender de la supuesta “superficialidad” del deporte como objeto de estudio y, segundo, le otorgan a la comunicación la posibilidad de que sea un campo integrador para la investigación multidisciplinar de la actividad deportiva.

Actualmente, el deporte se ha convertido en una temática que está todos los días en la mente de muchas personas, lo cual, de acuerdo con Billings (2010, pp. 20-21), se debe a que:

... los medios ven en el deporte 1) una rápida velocidad de penetración, pues gusta a sujetos de distintas edades y procedencias; 2) la probabilidad de que el público se interese por nuevas tecnologías que facilitan las transmisiones por dispositivos electrónicos como tabletas y celulares inteligentes; 3) la oportunidad para que los propietarios de los medios puedan negociar derechos de transmisión exclusivos; 4) posibilidades para cambiar las reglas de los juegos con el propósito de facilitar la identificación de los jugadores e insertar más anuncios creando más entretiempos.

Por la importancia que tiene la comunicación en la actividad deportiva se le ha prestado atención diferentes a los elementos de la misma que logren una adecuada comunicación entre los entrenadores y los atletas, mediante ella se puede lograr una mayor comprensión en aras de obtener resultados competitivos desde la base hasta los equipos de alto rendimiento, aún se mantienen insuficiencias en el lenguaje de los mismos que no logran una comunicación adecuada lo que afectan también el resultado deportivo.

La comunicación: un acercamiento conceptual

La comunicación es el acto esencial de los seres humanos que les permite compartir, expresarse y comprender. La comunicación no se refiere solamente al acto de hablar. Podemos pasarnos el día hablando sin comunicar nada, porque la comunicación implica también, escuchar, una idea y vuelta, un intercambio con

nuestros semejantes y también con nuestro entorno. La comunicación es el proceso mediante el cual una fuente envía un estímulo por símbolos a un receptor predispuesto en cierto clima, para crear significados o mensajes que representen lo que tenía en mente comunicar o propósito, en espera de cierta respuesta o retroalimentación (Angulo, 2016).

La comunicación es esencial en la vida, sin ella no podríamos expresar nuestras emociones ni disfrutar de las experiencias compartidas durante el desarrollo de la vida. Sin darnos cuenta, mantenemos una comunicación constante, sin necesidad de tener que estar hablando con alguien, es decir, desde que nos levantamos podemos ver diarios, revistas, radio, televisión, teléfonos y otros medios.

La comunicación depende del contexto en el que se desarrolle y de varios elementos como son (Rosendo, 2017, p. 6):

- El mensaje: Este se construye por los diferentes códigos, señas y cualquier tipo de comunicación posible, es decir, imágenes, claves, sonidos, entre otros.
- El emisor: Se trata de aquel que toma la iniciativa para comenzar la comunicación. Es el que decide mandar un mensaje.
- El receptor: Es quien recibe todos los mensajes que ofrece el emisor.
- El código: Es un conjunto de imágenes, claves y lenguaje que debe ser compartido por las dos partes, es decir el emisor y el receptor, de modo contrario el mensaje no podría transmitirse y no produciría la comunicación.
- El canal: Al hablar de canal se hace referencia a el medio por el cual el mensaje es transmitido, este puede ser gráfico visual, como por ejemplo una publicidad en una revista u oral-auditivo, como puede ser hablar con otra persona. Sin embargo, existen otros canales para aquellas personas que tienen dificultades en la comunicación.
- El contexto: Generalmente no se suele tomar en cuenta este elemento, pero la realidad es que depende del contexto en el que se desarrolle el mensaje que se va enviar, es cómo lo va a recibir el receptor. Deben tener en cuenta la forma y ámbito en el que se produzca.
- Los sonidos: Los sonidos que interfieran en la transmisión de un mensaje pueden afectarlo y cambiar su contexto.
- La retroalimentación: Esta se genera cuando el receptor devuelve información luego de que recibió el mensaje del emisor. Hace referencia a la interpretación que le haya dado el receptor bajo todos los elementos nombrados anteriormente que afecten a esa transmisión, como el código, sonido, canal, y otros.

La comunicación hace referencia a la interacción social, es decir, a la acción y al resultado de comunicarse. Es una acción social necesaria, ya que, si esta no existiese, nadie sería capaz de conocer a fondo el mundo que nos rodea y mucho menos compartir las experiencias propias de cada ser humano con los demás. En el proceso de comunicación mediante el lenguaje, el hombre se comunica con otras

personas e intercambia ideas con ella expresa sus sentimientos, aspiraciones, sus actitudes hacia unos u otros fenómenos y acontecimientos influye sobre otras personas motivándolos a realizar determinadas acciones.

La comunicación es un proceso de interacción entre profesores, estudiantes y estos entre sí y de la escuela con la comunidad, que tiene como finalidad crear un clima psicológico favorable, para optimizar el intercambio y recreación de significados que contribuyan al desarrollo de la personalidad de los participantes. (Ojalvo, 1999, p. 3)

Por tanto, se debe analizar que ocurre con la comunicación en el ambiente deportivo. En términos comunicativos, las relaciones interpersonales entre padres, entrenadores, comités y atletas son de vital importancia para mantener la armonía en cualquier entidad deportiva.

La actividad deportiva al igual que toda actividad humana incluye un proceso de comunicación el cual tiene diversidad de manifestaciones, como todo proceso complejo, enmarcado desde el contexto pedagógico en su fase formativa hasta los espacios competitivos como modo de recreación en una triada de comunicación entrenador-deportista-público, en esta ocasión centraremos las reflexiones a entrenador deportistas como unidad indisoluble en el proceso de formación deportiva.

La estructura de comunicación en el deporte al igual que otro proceso comunicativo se realiza a partir de códigos los que constituyen reglas de elaboración, interpretación y combinación de signos. Los cuales tienen un carácter social en la comunidad deportiva y estas constituyen un conjunto de obligaciones que permiten la comunicación en grupos de deportistas y entrenadores y entre otros grupos, en una actividad deportiva. La comunicación no es un proceso aislado, el rol de los elementos tratados que varía en función del tipo de actividad y la comunicación de que se establezca.

La comunicación en este ámbito se manifiesta en la relación pedagógica que establece el entrenador tanto con los deportistas, como los contenidos de un deporte en particular, implica el uso de la palabra, con adecuada entonación, argumento técnico, así como el uso del lenguaje corporal. El deportista en el proceso de aprendizaje y perfeccionamiento en los diferentes niveles de la pirámide del deporte y la demostración motriz de los entrenadores constituyen una parte indispensable del lenguaje para lograr establecer una comunicación deportiva adecuada en el proceso formativo. En la pedagogía tradicional, el uso del lenguaje por el entrenador expresa su status, superior al de los deportistas, se trata de un lenguaje de autoridad.

Tipos de comunicación en el deporte

Existen diferentes tipos de comunicación en el deporte, desde el entrenador con el deportista, el entrenador con su equipo en plantilla de varios jugadores, también en el deporte directo del entrenador con el deportista.

En este sentido sobresalen tres tipos de comunicación estándar o establecida dentro del deporte: pasiva, agresiva y asertiva (Ojalvo, 1999, p. 54).

- Pasiva: Se trata de no dar todo tipo de información que tiene que dar a los deportistas; eso va producir dudas entre los deportistas y la comunicación no va a ser total entre el entrenador y del deportista porque él no va a ofrecer todo tipo de información y va a dejar muchas cosas sin decir y eso no transmite todo al deportista.
- Agresiva: Esa comunicación es totalmente lo contrario a la anterior el entrenador dice todo lo que quiere, todo lo que piensa, pero sin pensar en el momento adecuado o si es la frase adecuada.
- Asertiva: Decir las cosas como la piensan, pero en el momento adecuado. Saber cuándo y cómo decir las cosas (la más inteligente).

Efectividad de los mensajes verbales (De Dios Viña, 2013, párr. 8)

- Ser directo.
- Asumir los mensajes como propios.
- Ser completo y específico:
Ser claro y coherente. Evitar mensajes dobles.
- Mantener una actitud de apoyo:
Dar a conocer con claridad las necesidades y los sentimientos.
- Separar los hechos de las opiniones.
- Centrarse en un elemento cada vez:
Lanzar los mensajes de forma inmediata.
- Asegurarse de que el mensaje no contiene significados equívocos.
- Mantener una actitud de apoyo.
- Ser coherente con los mensajes no verbales.
- Reforzar mediante la repetición.
- Hacer que el mensaje sea el adecuado para el marco de referencia del receptor.
- La comunicación efectiva requiere destrezas y esfuerzos de ambas partes.

El lenguaje no verbal es en parte innato, en parte imitativo y en parte aprendido. Generalmente, distintas áreas del cuerpo tienden a trabajar unidas para enviar el mismo mensaje, aunque a veces es posible enviar mensajes contradictorios, como cuando alguien está contando una anécdota divertida pero la expresión de su cara es triste. Esto puede ser debido, por ejemplo, a que mientras habla está pensando en otra cosa, tal vez en lo siguiente que va a decir, y la expresión de su cara se corresponde con lo que está pensando y no con lo que está diciendo, de manera que deja perplejo a su interlocutor.

En otras ocasiones, los mensajes son confusos debido que se pueden estar transmitiendo varias emociones a la vez, como rabia, miedo y ansiedad, que a veces

aparecen unidas. Con los desconocidos nos comunicamos principalmente a través de los ojos. Por ejemplo, cuando vamos caminando por un pasillo estrecho y nos encontramos con alguien de frente, primero le miramos a los ojos y luego desviamos la mirada hacia el lado del pasillo por el que pretendemos pasar. Cuando no se emiten estas señales o no se interpretan correctamente, lo más probable es que ambas personas acaben manteniendo una especie de baile a derecha e izquierda hasta aclararse.

Crespo y Balaguer (1994) indican que la comunicación no verbal hace referencia a las emociones, y la comunicación verbal a aspectos cognitivos. La comunicación no verbal puede ser sustituta por verbal o ser un apoyo de esta. Centrándonos en cada una de ellas por separado, la comunicación verbal la podemos clasificar como la principal forma de transmitir información y de conseguir que los demás entiendan. Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente sobre los problemas en el momento de comunicarnos es muy importante que el emisor controle esas dificultades para llevar a cabo una buena comunicación verbal.

La comunicación no verbal si la relacionamos con las emociones su control es más complicado. Por ello, para mejorar la comunicación no verbal hay que intentar hacerla consciente, intentar pensar en cómo gesticulamos con las manos, la cara, la posición del cuerpo. O sea, el lenguaje corporal es cuando lo relacionado con la apariencia física, postura corporal y gestos, otra forma es la proximidad física (simplemente con la distancia podemos transmitir algo) y el para-lenguaje que es cuando se refiere a la manera en la que se transmite el mensaje y se muestra el estado del emisor o la intencionalidad. Por ejemplo: el tono, pausas o volumen.

Pérez (2011) la comunicación no verbal cuando hace referencias a las miradas a partir del movimiento ocular que regula el proceso de comunicación y ayuda y estimula las zonas de la corteza cerebral. Así, las miradas tienen determinada significación en la comunicación cotidiana. Por ejemplo, una mirada con la pupila hacia arriba indica recuerdo visual; hacia abajo, diálogo interior; oblicua hacia abajo, calibra sensaciones; oblicua hacia arriba, construyendo imagen. Una mirada fija se considera amenazante; prolongada de arriba hacia abajo, refleja actitud crítica; esquiva o huidiza, falta de sinceridad o turbación.

Deficiencias que persisten en la comunicación entre deportistas o entre entrenador y deportista

En observaciones a diferentes entrenamientos deportivos se constataron que aún se manifiestan deficiencias en la comunicación entre los deportistas o entre el entrenador y los deportistas como son:

- Carencia de habilidades comunicativas verbal o no verbal. (No se transmite bien lo que se quiere decir porque se en ocasiones el entrenador no es capaz de explicarle a un deportista en formación inicial con claridad algo técnico porque no sabe utilizar palabras más fáciles y coloquiales para que los puedan entender)
- La no recepción del mensaje de manera adecuada por la falta de atención del deportista

- Incomprensión de la información que le llega al deportista. (Si en la vida cotidiana muchas veces ocurre que alguien no entiende o malinterpreta lo que hemos querido decir, imagínense bajo la presión de una competición, un entrenamiento o un momento importante en la carrera de cualquier deportista).

Cuando se practica cualquier deporte y queremos comunicarnos con alguien lo primero que debemos hacer es ponernos en el lugar de nuestro receptor. ¿Está atento a mi mensaje, puede recibirlo? ¿Quizás está en un estado que le es difícil ahora recibir cierta información? Por ejemplo, no es muy conveniente que cuando un compañero de equipo falle, sea corregido al instante (seas entrenador o compañero), puesto que posiblemente se cumplan todas las condiciones anteriores para que la comunicación no sea óptima. Se debe esperar el tiempo que sea oportuno en función de cómo se interpreta la situación de la otra persona.

El entrenamiento de las habilidades comunicativas se ha efectuado en numerosos campos de la actividad humana, las relaciones entre los atletas juegan un importante papel sobre todo cuando se habla de deportes colectivos, que no se escapa a estas necesidades por las intensas relaciones que se establecen entre los jugadores, es difícil imaginar el deporte actual sin esta relación entre atletas, con el objetivo de estimularse, orientarse, reprobarse, ponerse de acuerdo.

Para lograr la comunicación en el deporte se deben conocer las reglas, normas, nivel técnico-táctico, respaldado por el conocimiento individual, las pericias y maestría de sus practicantes y esta se muestra a través de señales, el primer sistema de señales aseguran el desarrollo sensorial que le permite llegar a la generalización de su capacidad perceptiva y el segundo sistema de señales lo desarrollan a través de las operaciones lógicas: Análisis, síntesis, comparación, obstrucción, generalización y lo que hace posible el razonamiento lógico y esto le permite llegar a las iniciativas e inventivas necesarias que los conduzca al éxito del equipo deportivo.

A través del primer sistema de señales de los deportistas aseguran el desarrollo sensorial que le permite llegar a la generalización de su capacidad perceptiva y a través del segundo sistema de señales podrá desarrollar las operaciones lógicas: Análisis, síntesis, comparación, obstrucción, generalización y hacer posible el razonamiento lógico que le permite llegar a las iniciativas e inventivas necesarias que los conduzca al éxito de su colectivo.

Algunos elementos para lograr la comunicación asertiva en el deporte:

- El entrenador debe tener un lenguaje asequible y el atleta debe escuchar con cuidado.
- Modelar la comunicación afectiva y adaptar el estilo de comunicación según las necesidades de los demás.
- Preparar al personal deportivo sobre la comunicación afectiva y proporcionar oportunidades para la misma.

- Valorar los estilos de comunicación y hacer los ajustes que sean necesarios, para premiar la comunicación efectiva.

Precisiones finales

La comunicación en el ambiente deportivo se manifiesta en las relaciones interpersonales entre padres, entrenadores, comités y atletas son de vital importancia para mantener la armonía en cualquier entidad deportiva.

La funcionabilidad de la comunicación en el deporte depende del crecimiento profesional del entrenador para lograr una adecuada formación de los atletas, mediante la utilización de las diferentes formas se desarrollan en el deporte y la comprensión que se manifiesten entre los deportistas, o entre el entrenador y el deportista.

Referencias

- Angulo, L. (2016). Comunicación y deporte: un campo integrador para el análisis del fenómeno deportivo. *Campos*, 4(1), 101-136.
- Crespo, M. y Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia, España: Albatros.
- De Dios Viña, E. (2013). *La comunicación en el deporte*. Recuperado de <https://es.esc.escrib.com/doc/326651668>
- Ojalvo, V. (1999). *La Ciencia de la Comunicación* (documento digital). Universidad de La Habana, Cuba.
- Pérez, E. (2011). La comunicación en el deporte de alto rendimiento. Fundamentos generales. *Revista Digital Efdeportes*, (157). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>.
- Pérez, G., Cruz, J. y Roca, J. (1995). *Psicología y Deporte*. Madrid: Alianza.
- Rosendo, G. (2017). Artículos relacionados: comunicación verbal, deporte, mensaje, verbal ¿nos comunicamos suficiente y bien en el deporte? *Deportivas. Ikala, revista de lenguaje y cultura*.