



Cuaderno de trabajo de World Rugby y coachup: Módulo 7

Entrenador contagioso

ENTRENADOR CONTAGIOSO

Programa de hoy

- **Modelos a seguir y comportamientos contagiosos**



ACTIVIDAD DE
ENTRADA EN CALOR

¿CÓMO ESTOY SIENDO UN ENTRENADOR CONTAGIOSO HOY?

- ¿Qué comportamientos o actitudes **ha adquirido su equipo al observarlo?**



¿QUIÉN ES EL MODELO A SEGUIR MÁS IMPACTANTE PARA SU EQUIPO?

Mi respuesta y notas más importantes:

NUESTRO CEREBRO Y LOS COMPORTAMIENTOS CONTAGIOSOS

1

Conformidad
social

Alineamos la actitud, la opinión y el comportamiento con los de los demás, ya sea porque pensamos que tienen más conocimientos o porque queremos **gustar y que nos acepten**.

2

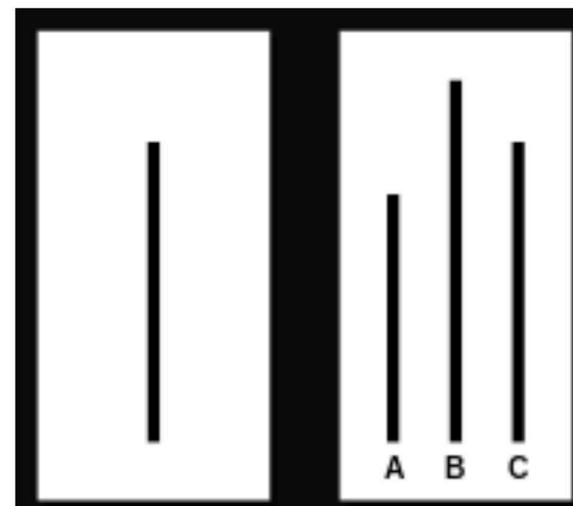
Contagio social

Los comportamientos, las emociones y las ideas se transmiten de persona a persona a través de **redes espejo subconscientes** y señales sociales.

3

Amplificadores
de potencia

El poder social **amplifica el efecto de la conformidad y el contagio**. Como entrenadores, somos literalmente contagiosos (por ej.: si eres cínico, usas tu teléfono, tienes poca energía, etc., vs presente, positivo, enfocado en el futuro, etc.)



Source: Effects of Group Pressure upon the Modification and Distortion of Judgments. Asch, S., (1951).

COMPORTAMIENTOS CONTAGIOSOS

Mis notas más importantes sobre **modelos a seguir, comportamientos contagiosos e influyentes** en el equipo:

¿CÓMO SE PROPAGAN LAS EMOCIONES Y LOS COMPORTAMIENTOS ENTRE LOS JUGADORES?

1.

2.

3.



SU SOMBRA DE COACHING: ¿QUÉ ROL ESTÁ MODELANDO?



Fuente: The Leadership Shadow. De Haan, E. & Kasozi, A., (2014)

MIS COMPORTAMIENTOS CONTAGIOSOS

Mis notas más importantes sobre **mi propio modelado de roles: lo bueno y lo malo**

REFLEXIÓN DEL
ENTRENADOR

¿CÓMO ESTOY SIENDO AHORA UN ENTRENADOR CONTAGIOSO?

- ¿Qué necesita para ser un modelo a seguir para el equipo que sea lo **deseado**? (en el habla, las acciones, las prioridades, etc.)
- ¿Qué necesita para detener el modelo a seguir que **no es útil**?
- ¿Quiénes son los **influyentes sociales** en su equipo y los está **apalancando** positivamente?

UP



PRINCIPIO BÁSICO

Los modelos a seguir son una parte muy importante de cualquier deporte y son contagiosos. Como seres humanos, imitamos instintivamente los comportamientos de aquellos a quienes admiramos y respetamos. Como entrenador, hay que modelar intencionalmente los comportamientos que se desean establecer y pedir a los jugadores más influyentes que sigan el ejemplo. **La Clave para recordar: Modelos a Seguir Positivos = Comportamiento Positivo.**

EL POR QUÉ

El fracaso nos ayuda a aprender. Necesitamos que haya seguridad para experimentar y fallar para aprender y crecer.

EL OBJETIVO

Comparta historias sobre cuándo los jugadores han fallado para que el fracaso se normalice y veamos el beneficio de aprender al cometer errores.

EL EJERCICIO

Como entrenador, compartir una historia con el equipo sobre cuándo cometió un grave error y qué aprendió de él. Invitar a cualquiera de los jugadores a compartir su propia historia sobre esto. Asegurarse de que sea voluntario y preguntarle al jugador: "¿Qué aprendiste de esto?" si no lo hubiera dicho él mismo.

CONSEJO PROFESIONAL 1

Ir primero como entrenador es importante, ya que actúa como modelo de comportamiento a seguir y demuestra que está bien. Hablar con personas influyentes del equipo antes de la sesión y alentarlos a compartir también sus propios fracasos.

CONSEJO PROFESIONAL 2

Al conversar sobre una derrota con el equipo, aprovechar estas historias para mostrar el aspecto positivo que proviene de una derrota y compartir el adagio "Aprendemos más de una derrota que de una victoria".

LISTADO DE CONTROL DEL ENTRENADOR

ENTRENADOR CONTAGIOSO:

- Identifique cuál será su modelo a seguir **más o menos de qué**.
- Identifique qué alentará más o menos a los **influyentes sociales** en el equipo para que modelen un rol.
- Identifique **ejemplos positivos** en los que el contagio social sería beneficioso.
- Identifique **ejemplos negativos** en los que el contagio social sería perjudicial.

Revise esta lista de ideas más amplias para ser un entrenador contagioso.

¿Cuáles ya ha implementado?

¿Cuáles pondrá en práctica a continuación?

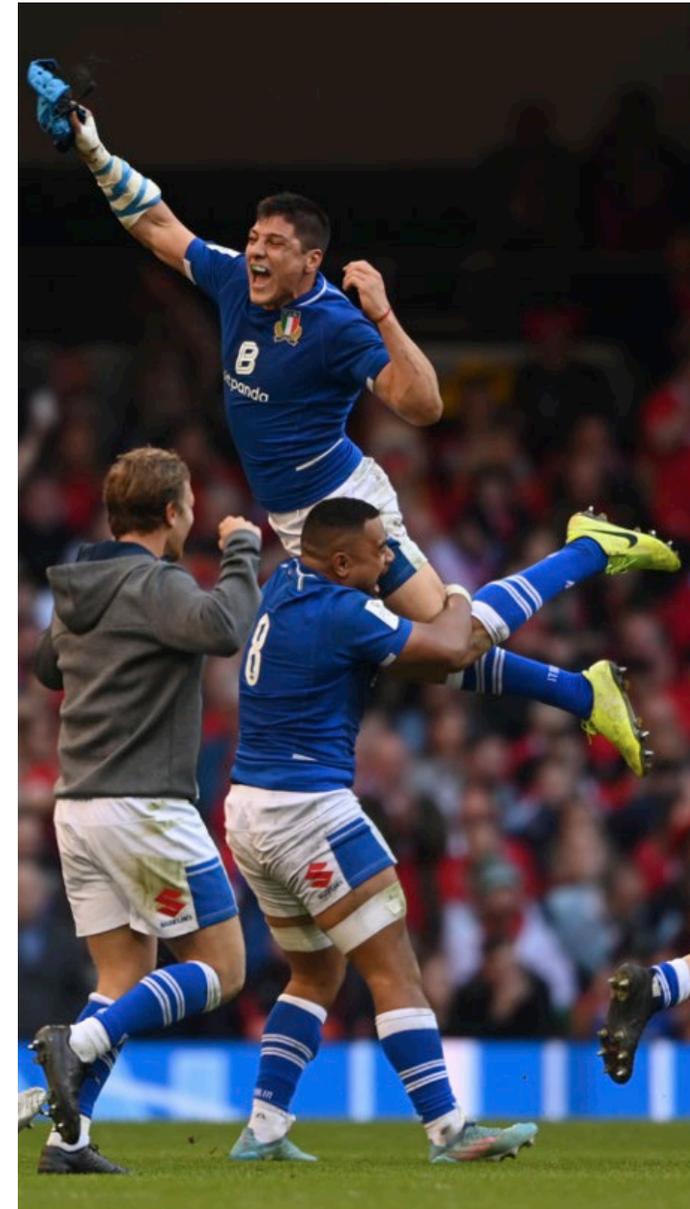
REFLEXIÓN
FINAL

LOGROS DEL CURSO

- ¿Cuál fue su **gran resultado personal buscado** en esta capacitación y **lo pudo lograr**?
- ¿Cuál fue su **gran resultado buscado para el equipo** en esta capacitación y **lo pudo lograr**?
- ¿Qué hábitos de coaching ha **iniciado, interrumpido o adaptado**?

SUS PRÓXIMOS PASOS

1. Finalice su **Plan de Desarrollo del Entrenador**.
2. Identifique e inicie sus **Pasos de Acción prioritarios**.
3. Revise el **cuaderno de trabajo y las notas** para incorporar los conocimientos.
4. Visite www.coachup.academy si **desea continuar aprendiendo** sobre la ciencia del coaching de alto rendimiento.



LECTURAS Y RECURSOS ADICIONALES



www.coachup.academy website



coachup.academy Memberships

REFERENCIAS

Lewis, Dr. Hayley. (2020). Extraído de Twitter:

<https://twitter.com/Haypsych/status/1262344706391973888>

Asch, S. E. (1951). Effects of group pressure upon the modification and distortion of judgments. *Groups, leadership, and men*, 177-190.

de Haan, E., & Kasozi, A. (2014). *The leadership shadow*. London: Kogan Page.