

14 claves para una comunicación inspiradora en tus equipos



El Camino del Entrenador
Miguel Lorente

Quiero compartir algo contigo...

Seguro que todos sabemos soltar un discurso en público, pero...

¿Alguna vez has sentido que falta algo?

Esa conexión que va más allá de las palabras ¿no?
Bueno, pues aquí te dejo un regalito:

Mira...

Todas las cosas buenas de esta vida tienen un método...

¿Estás de acuerdo?

Pues hoy te regalo uno.

Un método para seguir 14 claves de comunicación.
Unas claves que no encontrarás en el curso de entrenador ni en lecturas convencionales...

Porqué seamos sinceros...

Si estás aquí es que algo te hueles...

Sabes que todo esto, no es solo hablar ¿verdad?

Es emocionar, transmitir, convencer...

Así que...

Adelante!

Prepárate para leer y poner todo lo que vas aprender a continuación en práctica y conseguirás darle un giro emocional y definitivo a tu comunicación!

Abrazos fuertes.

Miguel.

1. Sorpeeeesssssaaaaaaaaaaaa!!!

Inicia cada charla compartiendo una experiencia personal.

También puede ser una experiencia relacionada con algo que haya pasado en el último entrenamiento o en la semana.

Esto crea un ambiente más relajado y propicio para la escucha del grupo desde la confianza y emoción.

Anécdota graciosa, broma, jugador voluntario...
El efecto sorpresa es absolutamente clave para empezar.

**"La confianza
nace cuando
somos
auténticos y
compartimos
nuestras
experiencias."**

Pat Riley

2. Atención a tu cuerpo!!!

Siempre siempre siempre debes prestar atención a tu lenguaje corporal.

Mantén una postura abierta, evita cruzar los brazos, y mira a los ojos a la hora de comunicar.

Los gestos como asentir con la cabeza, sonreír y utilizar expresiones faciales positivas refuerzan tus mensajes.

Además, aprovecha el espacio, moviéndote con tranquilidad para mantener la atención y la energía de la gente.

El tono de tu voz también es parte de la comunicación no verbal.

Varía el ritmo y la entonación para resaltar puntos importantes o transmitir emoción.

Este enfoque coherente entre lo que dices verbalmente y tu lenguaje no verbal fortalecerá el impacto de tus mensajes en el equipo.

3. Au - to - no - mía

Dedica tiempo específico en cada charla para discusiones abiertas.

Crea un entorno donde todos se sientan cómodos compartiendo ideas y preocupaciones, promoviendo la participación activa y la autonomía.

Haz preguntas abiertas.

Fomenta el diálogo y rechaza el monólogo.

Ellos son los que juegan, por lo tanto la información que tengan es la que servirá a la hora de la verdad.

**"La
verdadera
fuerza de un
equipo reside
en la
diversidad de
sus voces."**

Phil Jackson"

4. Tienen que saber que piensas de ellos.

Desarrolla sesiones de feedback grupal durante la semana, resaltando logros colectivos y proponiendo mejoras que involucren a todos.

Incentiva el diálogo para que los jugadores se sientan partícipes.

Crear una comunicación abierta constante, hará que en los momentos cruciales de la temporada, sean ellos los que aporten soluciones a los posibles problemas.

**"Cada miembro
del equipo es
responsable del
éxito general y
del crecimiento
individual."**

Bill Belichick

5. Olfatea, huele, rebusca y entiende.

“Huele” el estado anímico del grupo y ajusta tu mensaje en consecuencia.

Valora la diversidad de habilidades y perspectivas, asegurándote de que cada jugador se sienta valorado.

Todos los estados anímicos casi seguro que son diferentes, déjate ayudar por tu staff durante la semana para conocer lo mejor posible como se encuentran cada uno de los jugadores.

"La adaptabilidad permite que el equipo evolucione y se destaque en diferentes situaciones."

– Tom Landry

6. Cuenta historias que entusiasmen.

Siempre que puedas, cuando estéis en grupo...

Comparte historias reales del equipo que destaquen vuestros valores.

Sube la autoestima del grupo, siempre que sea desde la sinceridad.

Momentos históricos, anécdotas de esfuerzo extraordinario o eventos que hayan forjado la identidad del equipo.

Por ejemplo, podrías contar cómo, en una temporada pasada, el equipo remontó un marcador adverso para ganar un título.

7. Crea cultura, crea identidad.

Debes crear y afianzar tradiciones, hábitos y rituales en el equipo.

Pueden ser rituales antes de los partidos, celebraciones después de cada victoria o incluso eventos especiales fuera del campo.

Estas tradiciones fortalecen los lazos del equipo y crean una conexión única entre los miembros.

Establecer tradiciones proporciona un sentido de continuidad y pertenencia.

Los jugadores se sentirán parte de algo más grande y único, lo que contribuirá a una cultura de equipo más sólida y cohesiva.

Todo esto finalmente...

Repercute en la confianza que tendrá el grupo en ti y por lo tanto...

En su escucha!

8. Ríete de ellos y ellos de ti.

Usa el humor de manera consciente y positiva en las charlas grupales, entrenamientos e incluso en momentos tensos de los partidos.

Es muy útil también usarlo en vídeos o reuniones algo pesadas.

Anécdotas relacionadas con el equipo o algún jugador, siempre y cuando sean chistes inclusivos y desde el cariño y el buen ambiente.

El uso adecuado del humor no solo mejora el ambiente en el equipo, sino que también ayuda a crear una atmósfera más positiva y colaborativa.

Un buen chiste compartido puede unir al equipo y aliviar el estrés, fomentando la cohesión grupal.

9. ¿Qué necesitas de mi?

No solo comuniqués metas, sino también los roles y responsabilidades individuales que contribuirán al éxito del equipo durante el entrenamiento, partido o sea la situación que sea.

Usa gráficos, vídeo o pizarra para hacerlo más claro.

Desde luego la información no llega igual, si sabes lo que tienes que hacer a si no tienes ni idea a que saldrás al campo!

**"Todos deben
saber su
función en el
equipo para
maximizar el
rendimiento
general." -**

**Kareem Abdul
Jabbar**

10. Sé claro.

Al dar instrucciones, sé específico y claro en lo que esperas del equipo.

Utiliza ejemplos concretos para ilustrar tus puntos y evita la ambigüedad. Por ejemplo, en lugar de decir "mejoren la defensa", especifica qué aspectos específicos de la defensa deben mejorar, como la comunicación en la marca y la rapidez en la transición defensiva.

La claridad en las instrucciones reduce la posibilidad de malentendidos y asegura que todos estén en la misma página.

Esto maximiza la eficiencia del equipo al ejecutar tácticas y estrategias durante los juegos y las prácticas.

11. El tiempo es oro.

Cuando hablas, gestiona el tiempo conscientemente.

Mantén las charlas dentro de límites razonables para evitar la pérdida de atención.

Enfocarse en la claridad de las instrucciones y gestionar el tiempo al hablar contribuye a una comunicación efectiva, asegurando que el equipo no solo reciba información relevante, sino que también la retenga y la comprenda plenamente.

Es importante tener en cuenta los estudios acerca de la duración de la atención del ser humano.

Puedes echar un ojo a trabajos de autores como Michael I. Posner, que ha investigado la atención focalizada y sostenida, o Mary Rothbart, conocida por su trabajo en la teoría del temperamento y la atención.

12. Crea un lenguaje único e intransferible.

Fomenta la creación de un lenguaje único y específico para el equipo.

Este argot puede incluir términos que representen estrategias tácticas, motivaciones internas o incluso chistes internos.

Desarrollar un argot propio puede fortalecer los lazos del equipo, mejorar la comunicación en situaciones rápidas y contribuir a la formación de una identidad única dentro y fuera del campo.

13. Prepáralo y organízalo. Estructura!

Cuando comuniqués información importante, organízala de manera estructurada y estratégica.

Utiliza un formato claro, como la introducción de puntos clave, detalles y conclusiones.

Una estructura clara no solo facilita la asimilación de la información, sino que también ayuda a mantener la atención del equipo.

Todo esto puede aplicarse en muchos momentos...

Charlas pre-partido, charlas en los descansos, conversaciones individuales...

Con esta preparación conseguirás que cada palabra tenga un impacto máximo.

14. Todos iguales, todos diferentes.

Adapta tu estilo de explicación a la diversidad del equipo.

Reconoce que cada jugador tiene su propia forma de absorber información. Varía entre ejemplos visuales, explicaciones verbales y demostraciones prácticas para satisfacer diferentes estilos de aprendizaje.

Al ser flexible en tu enfoque de explicación, no solo maximizas la comprensión, sino que también demuestras una atención personalizada a cada jugador.

Esto fortalece la conexión entre el entrenador y el equipo, creando un ambiente de aprendizaje más efectivo y colaborativo.