

# Liderazgo y *coaching* deportivo

Consulte nuestra página web: [www.sintesis.com](http://www.sintesis.com)  
En ella encontrará el catálogo completo y comentado



Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos ([www.cedro.org](http://www.cedro.org)) vela por el respeto de los citados derechos.

# Liderazgo y *coaching* deportivo

Alejo García-Naveira Vaamonde  
Roberto Ruiz Barquín (coords.)



Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o por cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

© Alejo García-Naveira Vaamonde  
Roberto Ruiz Barquín (coords.)

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.  
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid  
Teléfono 91 593 20 98  
<http://www.sintesis.com>

ISBN: 978-84-907704-7-4  
Depósito Legal: M. 27.067-2014

Impreso en España - Printed in Spain

# Índice

<i>Relación de autores</i> .....	9
<i>Prólogo: El hombre que susurraba en los oídos del cazador</i> .....	11
<i>Alex García Más</i>	
<b>1. Introducción al liderazgo en el deporte</b> .....	17
<i>Roberto Ruiz Barquín</i>	
1.1. La importancia del liderazgo en la sociedad actual .....	17
1.2. Definición y características del liderazgo .....	18
1.3. Principales teorías y modelos teóricos .....	20
1.3.1. El liderazgo como rasgo de personalidad .....	20
1.3.2. El liderazgo como conducta .....	21
1.3.3. La aproximación humanista de MacGregor .....	23
1.3.4. Los modelos de contingencia en la efectividad del liderazgo .....	24
1.3.5. El liderazgo situacional.....	25
1.3.6. El estilo de liderazgo transaccional y el liderazgo transformacional	28
1.4. Implicaciones prácticas del liderazgo en diferentes contextos: organizacional, educativo y deportivo .....	35
1.5. El líder y el equipo. Comunicación, cohesión, gestión del conflicto y rendimiento .....	37
1.6. Principales obstáculos en el desarrollo del liderazgo .....	42
1.7. Limitaciones de los modelos tradicionales de liderazgo .....	43
1.8. Una nueva opción: el <i>coaching</i> como estilo de liderazgo .....	45
1.9. Aspectos centrales del <i>coaching</i> en el desarrollo del liderazgo .....	58
1.10. Pasar a la acción.....	61

<b>2. El líder-coach</b> .....	63
<i>Alejo García-Naveira y Roberto Ruiz Barquín</i>	
2.1. ¿Qué es el <i>coaching</i> deportivo? .....	66
2.2. ¿Qué es ser un <i>líder-coach</i> ? .....	68
2.3. Ser un <i>líder-coach</i> .....	70
<b>3. Principios y postulados</b> .....	73
<i>Alejo García-Naveira</i>	
3.1. Escuelas de <i>coaching</i> .....	74
3.2. Integración de modelos de <i>coaching</i> .....	75
3.2.1. Un nuevo sentido de “SER deportista”: las personas pueden cambiar y progresar .....	76
3.2.2. Ontología del lenguaje aplicado al deporte: el lenguaje como medio.....	77
3.2.3. El tipo de observador y la acción .....	79
3.2.4. Del hacer al ser.....	80
3.2.5. El potencial y la respuesta está en el deportista .....	81
3.3. Otros aspectos a considerar.....	83
<b>4. Habilidades del líder-coach</b> .....	91
<i>Sandra Posada y Ángel Berruezo</i>	
4.1. Habilidades claves.....	92
4.2. Establecimiento de la alianza .....	94
4.3. Habilidades que favorecen una buena relación.....	95
4.3.1. Autenticidad .....	96
4.3.2. Autogestión emocional.....	96
4.3.3. Confianza y confidencialidad .....	97
4.3.4. Creer en el deportista .....	98
4.3.5. Curiosidad .....	98
4.3.6. Intuición .....	99
4.4. Comunicación eficaz con el cliente .....	101
4.4.1. Feedback .....	101
4.4.2. El manejo del silencio.....	103

## Índice

4.4.3. La escucha.....	103
4.4.4. Preguntas potentes .....	104
4.5. Habilidades que llevan al cambio de perspectiva .....	106
4.5.1. Uso de metáforas .....	106
4.5.2. Reencuadre .....	107
4.6. Habilidades que llevan a la acción.....	107
4.6.1. Establecer el objetivo .....	107
4.6.2. Promover la acción.....	108
4.7. Conclusiones .....	109
5. <i>El proceso</i> .....	111
<i>Olaia Sanz</i>	
5.1. El porqué de una secuencia.....	111
5.2. El método GROW (Crecer).....	114
5.3. Fases del modelo Grow .....	116
5.3.1. Meta: qué quiero .....	119
5.3.2. Realidad: dónde estoy .....	126
5.3.3. Opciones: diseño del plan .....	130
5.3.4. Qué hacer: me pongo en marcha.....	133
<i>Bibliografía</i> .....	137