

RUNNING HEAD: Entrenamiento estilos comunicación

TÍTULO Efectos de un programa de entrenamiento en estilos de comunicación en  
entrenadores de baloncesto<sup>1</sup>

AUTORES: Àngela Mora, Jaume Cruz y Miquel Torregrosa

Universitat Autònoma de Barcelona

Correspondencia:

Àngela Mora

Grup d'Estudis de Psicologia de l'Esport

Departament de Psicologia Bàsica Evolutiva i de l'Educació

Edifici B

Universitat Autònoma de Barcelona

08193 Bellaterra –Cerdanyola del Vallés-

E-mail: [angelamora@cpam.es](mailto:angelamora@cpam.es)

---

<sup>1</sup> Este trabajo se realizó gracias a dos subvenciones del Ministerio de Educación y Ciencia (DEP2006-56013 y SEJ2007/64528/PSIC).

EFFECTOS DE UN PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN ESTILOS DE  
COMUNICACIÓN EN ENTRENADORES DE BALONCESTO

**PALABRAS CLAVE:** Entrenamiento, comunicación, entrenador, baloncesto.

**RESUMEN:** El propósito del presente estudio fue analizar los efectos de un programa de entrenamiento, basado en una aproximación del estilo positivo de comunicación, para entrenadores de baloncesto en entrenamientos y partidos. Participaron 5 entrenadores con una edad media de 39.8 (DS=8.6) y una experiencia media de 9 años (DS=5). Los resultados muestran como todos los entrenadores después del entrenamiento mejoraron sus conductas de Apoyo y 4 de los 5 disminuyeron las Punciones y aumentaron las Instrucciones Técnicas ante errores. La discusión se basa en la eficacia de un programa de entrenamiento personalizado para mejorar las habilidades de comunicación de los entrenadores y en la importancia de esta mejora para favorecer la experiencia deportiva de sus jugadores.