

# Módulo 4. Adaptación del jugador



☰ 4.1 Adaptación del jugador

☰ Referencias

## 4.1 Adaptación del jugador

---

Cómo ya hemos visto a lo largo de los diferentes módulos del curso, el proceso de *scouting*, desde un inicio hasta que se incorpora un jugador a uno de los equipos de nuestro club, puede ser más o menos complejo dependiendo de los muchos factores que también hemos ido explicando (edad del jugador, tipo de club, profesional o amateur, entre otros).

Pero eso no es todo, ya que creemos que, una vez se han superado todas las fases y el jugador ya es oficialmente jugador de nuestro club, queda pendiente un aspecto que es muy importante: la adaptación del jugador.

Para tratar este tema, proponemos valorar los siguientes puntos:

1

Adaptación del jugador al nuevo entorno macro: país.

2

Adaptación del jugador al nuevo entorno micro: club/equipo.

---

- 3 Adaptación del jugador a nivel físico.
- 4 Apoyo emocional: adaptación psicológica.
- 5 Estrategias para facilitar la adaptación.
- 6 Evaluación continua del proceso.

Antes de abordar los puntos nombrados anteriormente, tratemos de definir el concepto "adaptación".

El concepto de "adaptación" se refiere a "la capacidad de un organismo u organización para ajustarse y responder de manera efectiva a cambios en su entorno". Este término se puede aplicar en varios contextos.

En psicología, la adaptación se refiere a: la capacidad de una persona para ajustarse a nuevas condiciones o cambios en su vida, ya sean físicos, emocionales o sociales. Esto incluye la capacidad para manejar el estrés, superar traumas o ajustarse a nuevas situaciones como cambiar de equipo o club de fútbol.

En cualquier caso y/o contexto, la adaptación es clave para el crecimiento personal o deportivo y para alcanzar el éxito a corto, medio o largo plazo. La capacidad de adaptarse eficazmente a los cambios

puede marcar la diferencia entre el éxito y el fracaso en cualquier ámbito, en este caso, de un jugador de fútbol.

La adaptación de un jugador a un nuevo club es un proceso que puede influir en diferentes facetas que, a su vez, pueden condicionar o afectar significativamente en su rendimiento y bienestar físico y mental/emocional.

Esta adaptación no siempre resulta fácil, especialmente para los jugadores más jóvenes.

Todo ello dependerá en gran medida de la personalidad, mentalidad, madurez del jugador y aspectos facilitadores del contexto.

#### **4.1.1 ADAPTACIÓN DEL JUGADOR AL NUEVO ENTORNO MACRO**

Antes de empezar a abordar el tema, definamos brevemente el concepto "macro".

Etimológicamente, **macro** (del griego) significa *grande*. Aplicado a nuestro contexto, estamos hablando del nuevo entorno macro de un jugador que ha ido a jugar, por ejemplo, al extranjero, en cuyo caso nos estaríamos refiriendo a las características generales que puede tener este nuevo país. En este caso, se pueden dar unas circunstancias a las que el jugador deberá adaptarse lo antes posible para su bienestar

personal y deportivo. Algunos de estos factores de adaptación, entre otros, pueden ser:

- **Idioma:** en el caso de ir a jugar a un club de un país extranjero en el que se habla otro idioma. Esto puede ser un obstáculo importante. Por eso, es frecuente que el club ofrezca clases de idioma para aprender la lengua local. También es muy importante la personalidad del jugador, para que se socialice lo máximo posible, con valentía y sin temor o vergüenza a no desarrollarse bien con el nuevo idioma.
- **Familia:** si el jugador ya es adulto y tiene familia (pareja e hijos), la adaptación de la familia del jugador es crucial, ya que el bienestar de la familia y su adaptación tienen un impacto directo e importante en el jugador.
- **Alojamiento:** encontrar una vivienda adecuada es crucial, si no la ofrece el club en el contrato.
- **Movilidad:** facilitar el transporte diario al entrenamiento y partidos, especialmente si el jugador no está familiarizado con la ciudad.

En el caso de jugadores jóvenes, de fútbol base, aunque no vayan a jugar a otro país, se pueden dar

realidades distintas: hay jugadores que residen bien cerca de las instalaciones del club; otros que están en la residencia que les ofrece el club; y también puede haberlos que vivan a una buena distancia del club. Si un jugador se desplaza una larga distancia desde donde reside para ir a entrenar tres o cuatro veces por semana más los partidos, puede ser que este tiempo de desplazamiento de ida y de vuelta le cause cierto cansancio, tanto físico como mental, y ello exige una adaptación por parte de los jugadores.

Puede haber casos en los que estos jugadores salgan por la tarde de su centro de estudios o de su casa para ir a entrenar (por ejemplo, entre las 4 y las 5 de la tarde) y lleguen otra vez a sus casas después de entrenar bien entrada la noche (por ejemplo, entre 10 y 11 de la noche).

Esto puede producir cierto cansancio y, además, puede llegar a influir en los estudios si uno no se organiza bien (estudiar, deberes, trabajos, etc.).

- **Documentación:** asistir con la documentación necesaria, como visados, permisos de trabajo y seguros.
- **Vida social:** tener una red de apoyo social dentro y fuera del club también puede ser muy beneficioso

para la adaptación del jugador. Estos pueden ser otros jugadores o personal del club o personas del mismo país de procedencia del jugador. Se pueden facilitar desde el club actividades o eventos para facilitar al jugador la socialización o conocer mejor su entorno.

**Figura 1: Ejemplo/esquema de contexto macro**



Fuente: elaboración propia.

---

#### **4.1.2 ADAPTACIÓN DEL JUGADOR AL NUEVO ENTORNO MICRO**

El jugador de fútbol que vaya a jugar a otro país o no, también debe adaptarse a un contexto más micro. Definamos ahora brevemente el concepto "micro".

Etimológicamente, **micro** (del griego) significa pequeño.

Entonces, al referirnos al nuevo entorno micro de un jugador que ha ido a jugar a un nuevo equipo/club, nos referimos, a grandes rasgos, a las características generales que puede tener este nuevo entorno.

Algunos de estos factores de adaptación, entre otros, pueden ser:

- **Estilo de juego:** adaptarse al estilo de juego del nuevo club es crucial. Esto puede tomar más o menos tiempo, también dependiendo de las características del jugador: físicas, técnicas, posición en el campo, etc.

Se puede dar el caso de que el nuevo equipo/club tenga una idea o estilo de juego muy diferente al que el jugador esté acostumbrado y, aunque por sus características se le ha fichado porque se cree que se puede adaptar bien, este proceso de adaptación puede llevar un tiempo.

Puede ayudar dar unas primeras lecciones teóricas de la idea de juego del club y del equipo para que el jugador se vaya adaptando lo más rápidamente posible. También algunos matices de su posición.

- **Plantilla y staff:** la relación con los compañeros y el *staff* técnico es fundamental, ya que se comparten muchos minutos y situaciones en las que, si uno se siente bien recibido y acogido, su adaptación será más rápida y mejor, y su aportación y rendimiento para el equipo será más óptima.

Adaptarse al nuevo cuerpo técnico, especialmente al primer entrenador también es clave. Desde la manera que tiene el entrenador de dirigirse al jugador (tono de voz, vocabulario, expresión corporal, frecuencia), sus rutinas de entrenamiento, sus exigencias principales, sus métodos de entrenamiento pueden facilitar más o menos dicha adaptación.

Los entrenadores, como principales líderes o responsables del equipo, son una pieza clave en la gestión del grupo, de la plantilla. En el caso de jugadores nuevos, el entrenador puede mostrarse más o menos comprensivo, paciente, comunicativo, y esto puede facilitar la adaptación de un jugador y su inclusión en el nuevo grupo, tanto con jugadores como con el *staff* técnico.

- **Expectativas y roles:** definir y clarificar el rol del jugador en el equipo y las expectativas del club, puede evitar malentendidos y mejorar la adaptación.

También es interesante que el nuevo jugador conozca las dinámicas creadas o que se generan en el grupo en diferentes momentos: vestuario, entrenamiento, desplazamientos, partidos, tras una victoria o derrota, etc.

- **Residencia:** cómo hemos comentado anteriormente, se dan casos de que el jugador está instalado en la residencia que el club le ofrece.

En este caso, el jugador está residiendo en el mismo club o bien cercano y no debe hacer grandes desplazamientos para ir a entrenar en su día a día.

Entonces, en este contexto, el jugador comparte residencia deportiva con otros jugadores, ya sean de su mismo equipo o de otros. Esto puede que también afecte a esta adaptación, por el hecho de pasar más o menos tiempo con ellos y en otro contexto fuera del terreno de juego y vestuario.

Sin olvidar que, como aspecto realmente importante a nivel de adaptación emocional, deja de residir con su familia y de compartir ratos de juego u ocio de manera habitual con sus amigos de siempre.

- **Estudios:** tal y como hemos anticipado en el apartado anterior de “desplazamientos”, el hecho de destinar

muchas horas a la semana en desplazamientos para entrenar y/o jugar partidos, podría afectar al rendimiento académico del jugador. De este modo, tiene menos tiempo para dedicar a estudiar, hacer deberes, trabajos, etc. Aunque, bien es cierto que, con una buena organización y si el nivel de los estudios no es elevado (educación primaria o secundaria obligatoria), es perfectamente compatible.

Por otro lado, si se da el caso, cómo también hemos anotado anteriormente, que el jugador hace uso del centro de estudios que le ofrece el club, este hecho puede ser otro motivo a tener en cuenta para el proceso de adaptación de un jugador: nuevo centro educativo, con nuevas normas, organización o rutinas, nuevos profesores, nuevos compañeros, en definitiva, un nuevo contexto para el joven estudiante y jugador al que le llevará más o menos tiempo adaptarse a él, teniendo en cuenta que dejará de compartir este contexto con los que eran, hasta el momento, sus compañeros de estudios.

La experiencia demuestra que la adaptación del rendimiento académico a las nuevas circunstancias está normalmente marcada por la estabilidad. El hecho de traer un rendimiento académico óptimo previo a la inclusión en el nuevo club y hundirse tras

el cambio, no es lo habitual, sino más bien la excepción.

De cualquier manera, hoy en día, los clubs suelen estar muy comprometidos con preservar el desarrollo integral de los jugadores, sobre todo de aquellos que deben ingresar en sus residencias a edades tempranas, y suelen tener recursos humanos de apoyo para evitar grandes desequilibrios en lo personal y en lo académico.

Puede darse el caso de que comparta el centro de estudios con otros compañeros del mismo club o equipo, lo cual, generalmente, favorece la adaptación.

**Figura 2: Ejemplo/esquema de contexto micro**



Fuente: elaboración propia.

---

### **4.1.3 ADAPTACIÓN DEL JUGADOR A NIVEL FÍSICO**

La adaptación de un jugador a un nuevo club a nivel físico es otro proceso a tener en cuenta que requiere tiempo y cuidado para asegurar un rendimiento óptimo.

Algunos puntos para destacar podrían ser:

- **Examen médico:** el club suele hacer evaluaciones iniciales médicas exhaustivas para valorar el estado físico del jugador antes de firmar el contrato. Esto incluye pruebas de resistencia, fuerza, flexibilidad y salud general.
- **Planificación del entrenamiento:** los especialistas en preparación física del club pueden diseñar un programa de entrenamiento personalizado para el jugador, teniendo en cuenta sus características y necesidades específicas partiendo, también, del estilo de juego del equipo.
- **Estilo de juego:** cada equipo tiene su propio estilo de juego, a nivel táctico, y esto puede tener un impacto directo en aspectos condicionales/físicos. El jugador debe adaptarse, no solo al estilo de juego en referencia a comportamientos del equipo con o sin balón, sino también a la intensidad física requerida y a las demandas específicas del entrenador. Esto también puede darse por la cultura de juego de la liga, si nos referimos a una liga extranjera.
- **Descanso y nutrición:** una adecuada nutrición y descanso son fundamentales para la adaptación física. Los clubes suelen tener nutricionistas y

programas de recuperación específicos para maximizar el rendimiento y prevenir lesiones.

- **Monitoreo:** el progreso del jugador se puede monitorear a través de pruebas físicas y evaluaciones periódicas. Esto permite ajustar el programa de entrenamiento según sea necesario y asegurar una adaptación efectiva, especialmente para jugadores que vienen de un proceso largo de inactividad o para las nuevas incorporaciones.
- **Integración social:** la adaptación física también puede estar influenciada por la integración social y emocional del jugador en el nuevo entorno, aspecto que ya hemos desarrollado anteriormente (“vida social”).

### **Figura 3: Adaptación del jugador a nivel físico**



Fuente: elaboración propia.

---

En conclusión, la adaptación física de un jugador a un nuevo club es un proceso que abarca diversos parámetros, combinando evaluación médica, entrenamiento personalizado, ajuste táctico, cuidado nutricional, descanso adecuado e integración social.

#### **4.1.4 APOYO EMOCIONAL: ADAPTACIÓN PSICOLÓGICA**

La experiencia de fichar por otro equipo (cambiando o no de ciudad o país) representa un cambio en la vida de un jugador. Cambian algunas o muchas rutinas como también puede cambiar su círculo y relaciones sociales (compañeros de equipo, *staff* técnico, amigos, familia, etc.).

Estos cambios, evidentemente, representan un sacrificio, aunque fichar por ese club sea un sueño hecho realidad.

En algunos casos, los jugadores son mayores de edad, pero, en otros, son menores y, en este último caso, el reto de la adaptación puede ser todavía mayor.

Y, aunque el nuevo club y su *staff* técnico entiendan las situaciones de adaptación, es cierto que espera y exige de él lo mismo, o incluso más, que de los jugadores que ya formaban la plantilla.

Este aspecto de la adaptación de los futbolistas se debe tomar en cuenta por los clubes y los entrenadores para controlar y/o minimizar, en la medida de lo posible, aquello que pueda alterar al jugador a nivel mental y emocional, entre otros.

Es importante que el jugador tenga expectativas realistas sobre su nuevo equipo, su rol y su protagonismo. Tener unas expectativas muy

altas puede llevar a la frustración y la desmotivación.

La motivación del jugador de unirse al nuevo club también es un factor clave.

Comentemos los principales tipos de motivación que podemos encontrar:

### **Motivación Intrínseca:**

- Se refiere a la motivación que proviene del interior de la persona, impulsada por el interés y el disfrute en la tarea misma. Es la motivación por el placer, en este caso, de jugar al fútbol.

### **Motivación Extrínseca:**

- Esta motivación surge de factores externos a la persona, como recompensas o reconocimiento. Un ejemplo podría ser obtener fama, un buen salario o conseguir títulos deportivos, individuales o colectivos.

Cada persona puede sentirse motivada por diferentes cosas y de diferentes maneras, por eso, es importante intentar conocer bien a los jugadores para poder ayudarles a motivarse, a sentirse felices y poder así optimizar su rendimiento deportivo.

El **apoyo social** es otro aspecto relevante para una buena adaptación psicológica y emocional. Compañeros de equipo y entrenadores, cómo ya comentamos anteriormente (entorno micro) son fundamentales para esta adaptación.

El apoyo y respaldo de amigos y familia, aunque no estén presentes físicamente (por motivo de distancia, por ejemplo), proporciona estabilidad emocional y es clave para facilitar al jugador una buena adaptación emocional.

Otra capacidad muy importante para una mejor adaptación es la capacidad de **resiliencia**.

Definamos **resiliencia**: la resiliencia es la capacidad de una persona para adaptarse, recuperarse y prosperar frente a la adversidad, el estrés, el trauma o la tragedia.

Se manifiesta en la habilidad de enfrentar desafíos, superarlos y salir fortalecido de ellos. La resiliencia no significa simplemente resistir o aguantar las dificultades, sino también implica un proceso de crecimiento y desarrollo personal a partir de las experiencias difíciles.

La capacidad de ajuste personal y social, a pesar de vivir en un contexto desfavorable y de haber tenido experiencias traumáticas, es lo que define a la personalidad resiliente. Ese ajuste psicológico implica la capacidad de resistir a las adversidades, el control sobre el curso de la propia vida, el optimismo y una visión positiva de la existencia (Scheier y Carver, 1992).

La confianza en uno mismo es vital para una adaptación exitosa. Creerse capaz de mejorar y superar las adversidades. Creer en la propia capacidad para tener éxito en el nuevo equipo, sentirse competente y capaz (autoconfianza y autoeficacia).

Si un jugador no está bien a nivel emocional y psicológico, no tendrá el mayor rendimiento posible y puede afectar, incluso, a nivel de lesiones deportivas.

El estado de estrés o ansiedad de un jugador puede provocar que sus actuaciones en el terreno de juego puedan facilitar una lesión, como también el estado de concentración de un jugador puede afectar en ello.

Otro aspecto importante que puede influir en un jugador es la frecuencia con la que el jugador está con la familia o la ve en persona, en los casos de jugadores que residan fuera de sus viviendas habituales, sin su familia, o con solo parte de ella.

Hay jugadores que están con la familia muy frecuentemente; los hay que lo están los fines de semana (con más o menos frecuencia); y los hay que solo lo están en períodos vacacionales (parones de liga y/o competiciones). Este aspecto también es de crucial importancia a nivel de adaptación y estabilidad psicológica y emocional.

**Figura 4: Motivación propia del jugador**



#### **4.1.5 ESTRATEGIAS PARA FACILITAR LA ADAPTACIÓN**

Cómo estamos viendo, la adaptación de un jugador de fútbol a un nuevo equipo es un proceso multidimensional que requiere atención a diversos factores. Un enfoque global y holístico sobre las necesidades psicológicas, emocionales, sociales, físicas y deportivas del jugador puede facilitar una transición exitosa y mejorar su rendimiento en el campo.

No es necesario nombrar a ningún jugador de fútbol en particular, pero se pueden encontrar muchos ejemplos de jugadores que, al cambiar de club (cambiando o no de país), tienen un rendimiento completamente diferente, si se comparan la temporada actual y la anterior. Está claro que existen una serie de factores que intervienen en estos casos, sin embargo, uno de los elementos más importantes, al menos durante el primer año, es el proceso de adaptación, con todo lo que ello implica.

Por casos como estos, que son más comunes de lo que parece o querriamos, es fundamental, para los clubes que incorporan en sus plantillas jugadores extranjeros, que se diseñen programas de adaptación e integración.

Este proceso de adaptación es recomendable que esté planificado, sin improvisación, con protocolos de actuación ante casos de dificultades de adaptación o incluso, para prevenirlas.

Lamentablemente, a veces, para algunos clubs, el jugador no es visto desde este punto de vista, como un ser humano complejo que se ve afectado por un conjunto de elementos, sino que solo es tomado en cuenta por sus habilidades técnicas, físicas o de juego, dejando a un lado cosas importantes como las que estamos comentando a lo largo del módulo.

Si un jugador tiene dificultades para la adaptación a su nueva realidad, su nuevo entorno, podemos identificarlas observando ciertos indicadores de la “no adaptación”. Estos indicadores son:

### **Indicadores de la “no adaptación”:**

- **Aislamiento:** un jugador que se aísla de los demás, tanto dentro como fuera del entorno del vestuario. Es como si se encerrara en sí mismo y en su vivienda, evitando las relaciones sociales.
- **Insomnio:** dificultad o incapacidad para conciliar el sueño.

- **Comunicaciones:** excesivo tiempo comunicándose con su familia o amistades del país de origen.
- **Irritabilidad:** enfadarse con facilidad o mostrar malas respuestas o relaciones de maltrato con la gente que rodea al jugador.
- **Apatía:** mostrarse apático ante los demás, en encuentros, reuniones, eventos o demás organizados o no por el club.

De ahí la necesidad de prepararse psicológicamente para un nuevo reto u objetivo deportivo.

Algunas de las estrategias que un club puede adoptar para ayudar en el proceso de adaptación de un jugador al nuevo club/equipo pueden ser, entre otras:

- Técnicas para la **gestión del estrés**, como pueden ser:
  - la **meditación**: ya sea a nivel individual o grupal,
  - la **terapia psicológica**: sesiones con un psicólogo deportivo.
- **Integración intercultural:** programas que ayuden a comprender y adaptarse a la nueva cultura.

- **Team-building:** se pueden organizar actividades de equipo: actividades de team-building dentro y, especialmente, fuera del campo, para mejorar y fortalecer las relaciones personales y el sentimiento de equipo.

**Figura 5: Indicadores y estrategias para la adaptación del jugador**



Fuente: elaboración propia.

#### **4.1.6 EVALUACIÓN CONTINUA DEL PROCESO**

La evaluación continua del proceso de adaptación de un jugador a un nuevo club es crucial para intentar asegurar su bienestar emocional y su máximo rendimiento deportivo.

Algunos parámetros para evaluar son más fáciles de observar, analizar y/o cuantificar, ya sea por personas o mediante herramientas tecnológicas.

Podemos evaluar indicadores objetivos y subjetivos.

La **evaluación objetiva** es un método de valoración en el que las acciones son medibles de manera concreta y precisa, sin influencias subjetivas del evaluador o herramienta de evaluación.

Este tipo de evaluación tiene algunas ventajas y algunas desventajas.

La principal ventaja de la evaluación objetiva es la imparcialidad, es decir, la influencia del evaluador o herramienta de evaluación es muy baja o nula. Otra ventaja es que el resultado es fácil de cuantificar. De este modo, la evaluación es eficiente y rápida, con resultados claros y precisos.

También, cabe decir que la evaluación objetiva puede tener algunas desventajas. Un ejemplo de estas **desventajas** es la limitación para evaluar competencias complejas: creatividad, toma de decisiones, relaciones sociales, entre otras.

Veamos ahora algunos de los aspectos claves que deben tenerse en consideración para una evaluación continua del proceso de

adaptación de un jugador.

- **Evaluación a nivel deportivo: rendimiento deportivo (evaluación eminentemente objetiva).**

- Estadísticas de juego: a nivel de estadísticas de juego de un jugador, se pueden observar, anotar y evaluar aspectos objetivos y cuantificables, como pueden ser: goles, asistencias, pases completos, intercepciones, faltas recibidas, faltas realizadas, tarjetas amarillas/rojas, y otros parámetros relevantes según su posición.
- Participación en el equipo: se pueden analizar los minutos jugados, el % de participación con balón, influencia en el juego del equipo (acciones determinantes en el resultado del partido).
- Condición física: consistiría en monitorear el estado físico del jugador, a nivel de resistencia, velocidad y fuerza, entre otros parámetros.

- **Evaluación a nivel social: integración social (evaluación eminentemente subjetiva).**

- Relación con compañeros: sería observar y analizar la interacción del jugador con el resto del

equipo, tanto en entrenamientos como fuera del campo.

- Relación con el cuerpo técnico: en este caso, sería observar y evaluar la comunicación con el *staff* técnico, así como la receptividad hacia las instrucciones y comentarios del entrenador.
- Adaptación al entorno/contexto: nos referimos a analizar cómo se adapta el jugador a la nueva cultura, costumbres y entorno, especialmente si el club está en un país extranjero.

- **Evaluación a nivel de salud: salud mental y emocional (evaluación eminentemente subjetiva).**

- Nivel de estrés: hace referencia a evaluar el nivel de estrés y ansiedad del jugador. Es importante intentar identificar las posibles fuentes que causan el estrés y proponer opciones o estrategias para solucionarlo.
- Nivel de satisfacción: observar y evaluar la satisfacción personal del jugador en referencia a la vida dentro y fuera del entorno futbolístico.

- **Evaluación a nivel profesional: desarrollo profesional**

- Progresión en entrenamientos: se basaría en la observación y análisis de la mejora en los entrenamientos, a nivel de habilidades técnicas y de comprensión táctica, a través de las sesiones de entrenamiento.
- Evaluación de objetivos: consistiría en ajustar los objetivos personales que se pueda marcar el jugador a nivel personal con los objetivos del club para intentar garantizar y asegurar una misma línea de objetivos.

### **Herramientas y métodos de evaluación (evaluaciones subjetivas y objetivas).**

Para poder observar, analizar y recoger información referente al proceso de adaptación de un jugador a un nuevo club, podemos utilizar, entre otras, estas herramientas o métodos:

- **Encuestas:** se pueden realizar encuestas periódicas al nuevo jugador, a sus compañeros y al cuerpo técnico, para así intentar tener diferentes puntos de vista del proceso de adaptación.
- **Entrevistas:** también se pueden hacer entrevistas periódicas al jugador, compañeros de equipo y *staff* técnico, para completar y cumplimentar las

encuestas y tener una experiencia evaluativa presencial y más vivencial.

- **Análisis de video:** otra herramienta o método que se puede utilizar son grabaciones de partidos y entrenamientos para evaluar los comportamientos del jugador, a nivel de interacciones con compañeros, a nivel físico, de intervenciones o acciones técnicas, a nivel de juego (táctica) y en general de rendimiento.
- **Software de rendimiento:** también se puede implementar una herramienta tecnológica, un programa informático especializado para el seguimiento a nivel físico y de rendimiento.

### **Figura 6: Evaluaciones**

<b>Evaluación a nivel deportivo: rendimiento deportivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estadísticas de juego; participación en el equipo.</li> <li>• Condición física.</li> </ul>
<b>Evaluación a nivel social: integración social</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relación con compañeros.</li> <li>• Relación con cuerpo técnico.</li> <li>• Adaptación al entorno/contexto</li> </ul>
<b>Evaluación a nivel de salud: salud mental y emocional</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de estrés.</li> <li>• Nivel de satisfacción.</li> </ul>
<b>Evaluación a nivel deportivo: rendimiento deportivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estadísticas de juego; participación en el equipo.</li> <li>• Condición física.</li> </ul>
<b>Evaluación a nivel profesional: desarrollo profesional</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Progresión en entrenamientos.</li> <li>• Evaluación de objetivos.</li> </ul>
<b>Herramientas y métodos de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuestas y entrevistas.</li> <li>• Análisis de videos.</li> <li>• Software de rendimiento.</li> </ul>

Fuente: elaboración propia.

En conclusión, tal y como hemos podido ir viendo durante el desarrollo de los diferentes apartados del módulo, la adaptación de un jugador a un nuevo club puede ser una tarea compleja.

En síntesis, podríamos decir que algunos de los **factores más destacables** o a tener más en cuenta para dicha adaptación son: la **edad del jugador**, ya que para un jugador menor de edad este proceso de adaptación puede ser más difícil, especialmente si hay una “separación” de familia, amigos; si el jugador va a un club en **otro país**

(distancia, idioma, clima, costumbres); el **recibimiento del nuevo entorno**, especialmente deportivo (compañeros de equipo y cuerpo técnico); y, evidentemente, la personalidad del jugador (madurez, sociabilidad), tal y como hemos desarrollado en los apartados “Adaptación del jugador al nuevo entorno macro” y “Adaptación del jugador al nuevo entorno micro”.

Por todo ello, si el club que recibe al jugador tiene en cuenta las posibles dificultades con las que se puede encontrar un jugador, puede contribuir favorablemente en esta adaptación tanto a nivel emocional y psicológico del jugador como a nivel de rendimiento deportivo, tal y como hemos visto en los apartados “Estrategias para facilitar la adaptación” y “Evaluación continua del proceso”.

CONTINUAR

## Referencias

---

**Scheier, M. F. y Carver, C. S.** (1992). *Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update*. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201–228.  
<https://doi.org/10.1007/BF01173489>

CONTINUAR