

Guía rápida: ¿En qué estado actitudinal está tu jugador?

Estado	Cómo piensa	Cómo se comporta	Cómo intervenir desde el rol de entrenador
 Desafío	"Puedo mejorar" – "Quiero hacerlo bien" – "Aprendo del error"	Participa activamente, mantiene el foco, se reordena ante el error	Potenciar su autonomía. Proponer desafíos. Reforzar el vínculo con el proceso.
 Bloqueo / Explosión	"Quiero rendir... pero no sé cómo" – "Si fallo, es grave" – "Tengo que demostrar"	Está tenso, reacciona impulsivamente, se frustra rápido	Bajar exigencia externa. Enfocar en el rendimiento, no en el resultado. Escuchar.
 Evitación / Apatía	"Me da igual" – "¿Para qué voy a seguir?" – "Esto no tiene sentido"	Asiste, pero no se involucra. Actitud pasiva, falta de entusiasmo.	Redefinir objetivos alcanzables. Reconectar con el propósito. Acompañar emocionalmente.
 Renuncia	"No quiero más" – "No sirvo para esto" – "Ya no me importa"	Puede dejar de asistir o hacerlo sin conexión. Muestra malestar o desconexión total.	Intervenir con contención. No forzar. Escuchar activamente. Priorizar el bienestar.

 Recomendación general: Estos estados no son permanentes, pero sí progresivos si no se interviene.

Como entrenadores, detectar a tiempo y acompañar con criterio puede marcar la diferencia entre un jugador que se va... y uno que se queda.

En nuestro **curso de Entrenador de Fútbol juvenil contenidos licencia B CONMEBOL**, tenemos muchas herramientas para gestionar las emociones e intervenir de forma asertiva. Hacé **[clic acá](#)** para ver más información del curso.