



TÍTULO

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN DE COACHING ASISTIDO CON CABALLOS PARA UN EQUIPO DE FÚTBOL

AUTORA

Pilar M.^a Espinosa Martín

Esta edición electrónica ha sido realizada en 2016

Tutores	D. Rafael Martos Montes, D ^a . Alejandra Marín García
Instituciones:	Universidad Internacional de Andalucía ; Universidad de Jaén
Curso	Máster en Intervención Asistida con Animales (2015/2016)
ISBN	978-84-7993-745-4
©	Pilar M. ^a Espinosa Martín
©	De esta edición: Universidad Internacional de Andalucía
Fecha documento	2016



Reconocimiento-No comercial-Sin obras derivadas

Usted es libre de:

- Copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra.

Bajo las condiciones siguientes:

- **Reconocimiento.** Debe reconocer los créditos de la obra de la manera especificada por el autor o el licenciadore (pero no de una manera que sugiera que tiene su apoyo o apoyan el uso que hace de su obra).
- **No comercial.** No puede utilizar esta obra para fines comerciales.
- **Sin obras derivadas.** No se puede alterar, transformar o generar una obra derivada a partir de esta obra.
- *Al reutilizar o distribuir la obra, tiene que dejar bien claro los términos de la licencia de esta obra.*
- *Alguna de estas condiciones puede no aplicarse si se obtiene el permiso del titular de los derechos de autor.*
- *Nada en esta licencia menoscaba o restringe los derechos morales del autor.*



UNIVERSIDAD DE JAÉN

*Centro de Estudios de
Postgrados*



**UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL DE
ANDALUCIA**

Oficina de Postgrado

Trabajo Fin de Máster

Programa de Intervención de coaching asistido con caballos para un equipo de fútbol

Alumno/a: Espinosa Martín, Pilar M^a

Tutor/a: Prof. Dña. Marín García, Alejandra
Prof. D. Martos Montes, Rafael

JUNIO 2016

Índice

1. RESUMEN	3
2. JUSTIFICACIÓN Y MOTIVACIÓN	3
3. OBJETIVOS	9
4. METODOLOGÍA.....	9
4.1. Participantes.....	9
4.2. Áreas de mejora	10
4.3. Recursos materiales, humanos y animales	10
4.4. Cronograma de actuaciones.....	11
4.5. Localización	13
4.6. Seguridad y limpieza.....	13
5. FASES DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO.....	13
5.1. Fase previa.....	13
5.2. Fase de Intervención	14
5.2.1. Sesiones de inicio de actividad.....	14
5.2.2. Sesiones de Intervención.....	16
5.3. Fase de finalización.....	25
5.3.1. Sesión final.....	25
6. VIABILIDAD DEL PROGRAMA.....	26
7. RESULTADOS ESPERADOS.....	26
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	27
9. OTRA BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA.....	28
ANEXOS.....	29
Anexo 1: Evaluación inicial (I)	29

Anexo 1: Evaluación inicial (II)	30
Anexo 2: Cronograma de actividades.....	31
Anexo 3: Calendario (Diagrama de Gant).....	32
Anexo 4: Mapa Centro Hípico el Acebuche	33
Anexo 5: Plan de viabilidad	34
Anexo 6: Cuestionario final	35

1. RESUMEN

Las Intervenciones Asistidas con Animales, en este caso con caballos, son un método muy útil para trabajar con las personas ya que en cada una de las sesiones el animal facilita y motiva la consecución de unos objetivos planteados. En este diseño de programa, definiremos y clarificaremos los diferentes términos de coaching deportivo de equipo y coaching asistido con caballos (CAC), por otra parte también explicaremos la relación entre ambos conceptos y finalmente presentaremos una propuesta, de diseño de un programa, detallada, sobre coaching con caballos para un equipo de fútbol, cuyo uno de los objetivos principales, será la cohesión de equipo, entre otros.

The Interventions Represented with Animals, in this case with horses, are a very useful method to work with the persons since in each of the meetings the animal facilitates and motivates the attainment of a few raised aims. In this design of program, we will define and clarify the different terms of coaching sports of equipment and coaching represented with horses (CAH), on the other hand also we will explain the relation between both concepts and finally we will present an offer, of design of a program, detailed, on coaching with horses for a soccer team, whose one of the principal aims, will be the cohesion of equipment, between others.

2. JUSTIFICACIÓN Y MOTIVACIÓN

Para entender en qué consiste nuestro programa de intervención y de que se trata, tenemos que responder a la pregunta de ¿qué son las intervenciones asistidas con animales? *“Son intervenciones orientadas, intencionalmente, hacia unos objetivos enfocados a salud, educación y/o servicios humanos, donde se incluye o incorporan animales con el propósito de obtener unos beneficios terapéuticos en los seres humanos”*.(IAHAIO, 2013)

Si nos remontamos a la filosofía que se ha ido siguiendo a lo largo de la historia, según (Soldevila, 2014) *“toda esta corriente nos viene, en su faceta más moderna, desde EEUU. Debo remarcar además que sobre todo, han sido mujeres las que han recuperado este aspecto de trabajo, por el impacto emocional que los caballos producen”*. Según esta autora una de las pioneras en tratar este tema fue Barbara Rector, que ya en los años 60 incorporaba a los caballos en sus terapias de crecimiento personal, fundadora de EFMHA (EquineFacilitated Mental HealthAssociation).

Por otra parte tenemos a Adele VonRustMcCormicky y Marlene Deborah McCormickambas psiquiatras americanas de raíces escocesas, que comenzaron a trabajar la psicoterapia asistida con equinos (PAE).

Linda Kohanov, domadora de caballos y fundadora del centro Epona en EEUU, un centro pionero en la educación emocional con caballos y autora que ha revolucionado el concepto de comunicación con caballos, también ha influido en este tema con sus aportaciones; al igual que AriannaStrozzi, domadora, que hace más de veinte años trabaja con caballos impartiendo cursos de liderazgo y autora de un libro sobre el mismo tema; no podemos olvidar a CarolynResnick, domadora de caballos desde finales de los años 50 y gran pionera en incorporar la educación emocional en sus cursos de doma natural, y por último, en la vertiente más científica, Lucy Rees, eminente etóloga y zoóloga galesa que reside en España y que fue la pionera de la doma natural en este país.

Así pues a lo largo de las décadas, muchos pueblos entendieron que el caballo era más que un animal para supervivencia y transporte. Gracias al lenguaje corporal y vocal de estos, podemos entenderlos perfectamente y se pueden relacionar con el ser humano de forma tan clara como en su manada. El comportamiento social de los caballos es exquisito, armonioso y equilibrado. Sus normas se basan en el bienestar y la supervivencia de su especie. No hay un solo líder sino que siempre buscan la cooperación del grupo.

Dentro de lo que son las intervenciones asistidas con animales podemos encontrar varios tipos, aunque actualmente no existe un protocolo de regulación como tal sino que cada entidad tiene el suyo propio. Así pues nos vamos a fijar en la clasificación propuesta desde la International Association of Human-Animal InteractionOrganizations(Asociación Internacional de Organizaciones de Interacción Humano-Animal).(IAHAIO, 2013)

- ❖ Terapia Asistida por Animales (TAA): es un tipo de intervención orientado a un objetivo específico, centrado en la mejora física, cognitiva, conductual y/o socio-emocional, planificada. Existe un progreso medido e incluido en la documentación profesional. AAT está dirigida por una persona con formación específica.
- ❖ Educación Asistida por Animales o Pedagogía Asistida por Animales (AAE): es una intervención cuyos objetivos están planificados y estructurados por parte de un educador maestro de educación, los cuales deben tener conocimiento de los animales involucrados.

- ❖ Actividades Asistidas por Animales (AAA): son interacciones informales cuyos fines son de motivación, recreativos y educativos. En este tipo de intervención no hay metas de tratamiento.

Si nos centramos más específicamente en las Intervenciones Asistidas con Caballos, haremos referencia a la clasificación de la Professional Association of Therapeutic Horsemanship International (PATH, 2016) donde encontramos:

- ❖ Monta terapéutica o equinoterapia: es una actividad equina asistida con el propósito de contribuir positivamente al bienestar cognitivo, físico, emocional y social de las personas con necesidades especiales. La equinoterapia proporciona beneficios en las áreas de salud, educación, el deporte y la recreación y el ocio.
- ❖ Conducción terapéutica: se ofrece a las personas con discapacidades físicas, mentales, sensoriales, emocionales, un carro modificado para acomodar su silla de ruedas, con el que se pretende transmitir seguridad, conocimientos del caballo y habilidades de conducción sin necesidad de montar directamente al caballo.
- ❖ Volteo interactivo: *“es la realización de ejercicios gimnásticos sobre el caballo con este parado o en marcha”* (García-Moreno, 2009). Estos movimientos pueden ser muy simples o más elaborados dependiendo de las necesidades de la persona. El volteo interactivo fomenta el trabajo en equipo, enseña el respeto por el caballo, fomenta la independencia, aumenta la confianza y fomenta la interacción social entre otros.
- ❖ Hipoterapia: se refiere al uso del movimiento del caballo como una estrategia de tratamiento por terapeutas físicos, terapeutas ocupacionales y patólogos del habla / lenguaje para hacer frente a las deficiencias, limitaciones funcionales y discapacidad en pacientes con disfunción neuromotora y sensorial. Esta estrategia de tratamiento se utiliza como parte de un programa de tratamiento integrado para lograr los objetivos funcionales.
- ❖ PATH International Equine Services for Heroes (Servicios Internacionales Equinos para Héroes): Es un programa que consiste en asistir a los veteranos militares proporcionándoles liderazgo y orientación, gracias a las actividades y terapias asistidas equinas. Para lograr esta misión, los centros internacionales

PATH conectan con el Departamento de Asuntos de Veteranos de Centros y clínicas médicas, así como con veteranos individuales. Veteranos de cualquier edad pueden beneficiarse del programa.

- ❖ Psicoterapia facilitada equina (EFP): se define como un proceso interactivo en el que un trabajador profesional de salud mental trabaja con un técnico especialista en caballos para hacer frente a los objetivos de psicoterapia establecidos entre el profesional de salud mental y el cliente.
- ❖ Aprendizaje Asistido Equino o Equine-Assisted Learning (EAL): es un enfoque de aprendizaje experimental que promueve el desarrollo de habilidades para la vida con objetivos educativos, profesionales y personales, a través de actividades con caballos.

A estas clasificaciones vamos a añadir un término propuesto por (C.A.V.A, 2012) como es el Coaching Asistido con Caballos (CAC) *“El Coaching asistido por Caballos está especialmente indicado para trabajar y potenciar, de una manera rápida y efectiva, áreas personales tan importantes como el liderazgo, la pro actividad y la asertividad”*. Dentro del cual irá englobado nuestro programa de intervención

La Asociación Española de Psicología y Coaching Deportivo (AEPCODE), define el proceso de coaching como *“una técnica psicológica que consiste en una relación profesional continuada que ayuda a obtener resultados extraordinarios en la vida y/o en el deporte de las personas. Mediante el proceso psicológico de Coaching Deportivo, el cliente profundiza en su conocimiento, aumenta su rendimiento y mejora su calidad de vida”*(AEPCODE, 2011). Los pilares básicos del coaching deportivo son:

- ❖ El deportista es completo, creativo y lleno de recursos, como cualquier persona. Dispone en su interior de todo lo que necesita para alcanzar sus sueños. No hay nada roto, ni nada que arreglar. Por este motivo, el coach debe trabajar desde el respeto auténtico: no es consejero, ni consultor, ni mentor.

- ❖ El coach tiene curiosidad verdadera. No da nada por hecho. No interpreta lo que le dice el cliente en función de sus creencias o su experiencia. Pregunta para que el cliente profundice en su propio auto descubrimiento.

- ❖ Trabajamos sobre la visión integral del deportista (rueda de la vida). El coaching se proyecta sobre todas las áreas de su vida.

Las bases de una relación de coaching potente son: confidencialidad, sinceridad, seguridad y valentía.

Dentro de este proceso podemos ver cinco fases muy bien definidas según (García-Naveira, 2009) (figura 1):

- ❖ Analizar y reflexionar. El coach genera conversaciones con el deportista para que este analice y reflexione sobre el tema que haya decidido abordar. Se observan las creencias, opiniones, valores, etc. que sustentan el “ser” del deportista y el tipo de observador que es.
- ❖ Descubrir. La toma de conciencia (imagen mental) permite al deportista obtener el suficiente conocimiento práctico para clarificar sus fines y los medios a utilizar. El deportista profundiza en su auto- descubrimiento, tomando conciencia de su realidad en todos los ámbitos de su vida y eligiendo después, de forma responsable, los cambios que desea para su vida deportiva y personal.
- ❖ Establecer objetivos y estrategias. Una vez que “nos hemos dado cuenta”, es importante tanto definir lo que se quiere conseguir como el medio por el cual se va a hacer. Los objetivos tienen que ser retadores pero a la vez realistas para provocar un resultado positivo y motivador. También es necesario que el deportista salga de su zona de confort. Tiene que haber un compromiso por parte del deportista.
- ❖ Pasar a la acción. Un buen coach anima al deportista a que cumpla su plan de acción, utiliza diferentes herramientas y recursos para apoyar al proceso de coaching y es capaz de marcar distancia con los problemas de su deportista para ayudarle a ver diferentes perspectivas para solucionar un problema. No olvidemos que el deportista espera lograr sus objetivos y depende del grado de persuasión que el coach es capaz de infundir en él.
- ❖ Interiorizar y crear hábitos. El *coaching* también es aprendizaje. Esto hace que el resultado de sus acciones vuelva a modo de *feedback*, para ser nuevamente reflexionadas y continuar, así, en un “círculo ganador” y constante de reflexión-acción, siempre orientado al objetivo que el deportista desea conseguir. En esta fase es de destacar la necesidad de ofrecer feedback, reforzar los avances y logros y reformular el proceso si es necesario. En definitiva, facilitar un aprendizaje transformador del deportista.



Figura 1: Fases del proceso de coaching. Elaboración propia. 2016

El mismo proceso se lleva a cabo si hablamos específicamente de coaching deportivo de equipo, añadiendo además como objetivo principal trabajar y anclar una correcta idea de trabajo en equipo, para lograr los objetivos propuestos entre todos, consiguiéndolos así de una forma más rápida y eficaz. En este proceso se incide además sobre las emociones, trabajando siempre para crear un clima de motivación conjunta y siempre de una forma positiva.

El CAC, propiamente dicho, podemos definirlo según (McMillan, 2012) como “una metodología del Coaching que tiene como finalidad acompañar a personas, grupos o equipos de trabajo a la consecución de sus objetivos, retos o metas”, pero ¿por qué con caballos? Sencillamente porque ellos no juzgan, no mienten, no reflexionan... sino que solo se limitan a reflejar cómo somos nosotros mismos, reaccionando según nuestras actuaciones.

Es en esta última idea en la que nos apoyamos, principalmente, además de todas las anteriores mencionadas, para relacionar ambos conceptos: coaching deportivo de equipo—coaching con caballos.

De todos es bien sabido que en el mundo del deporte, más si cabe aun en el deporte por equipos, al igual que en todos los ámbitos de la vida, existen diferencias personales, cada persona tendrá unas virtudes y unas aptitudes que otra no tendrá; pero como su nombre indica en los “deportes de equipo” no solo podemos valernos de nuestras propias capacidades sino que tenemos que interactuar y relacionarnos con los demás componentes y compañeros para conseguir nuestros objetivos, ya que la palabra “equipo” conlleva a más de una persona.

De esta forma es necesario que nos cooperemos y ayudemos los unos a los otros para poder aprovecharnos de la virtud que cada uno pueda aportar y ayudarnos mutuamente en aquellas cosas que individualmente quizás no sacaríamos un rendimiento óptimo. Es por esto, que el coaching con caballos nos ayuda a llevar al mundo del deporte, situaciones que después podrán transferir y extrapolar a la vida real.

3. OBJETIVOS

Teniendo en cuenta todo lo comentado en los apartados anteriores, después de realizar una evaluación inicial, (Anexo 1: Evaluación inicial) los objetivos principales que se van a trabajar dentro del Programa de Intervención propuesto, que creemos que son los más adecuados, son los que señalamos a continuación:

- ❖ Mejorar las habilidades de comunicación entre todos los componentes del equipo y que se creen vínculos sólidos.
- ❖ Incrementar y mejorar la interacción entre los miembros del equipo, fomentando así la idea de equipo.
- ❖ Aumentar el compromiso de las personas del equipo, para resolver conflictos.
- ❖ Aprender a delegar funciones y acciones al resto de compañeros.

Además de estos objetivos mencionados, se trabajarán algunos otros, de forma transversal durante todo el programa, y de forma implícita al proceso, como son:

- ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros.
- ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.

4. METODOLOGÍA

4.1. Participantes

Este programa de intervención podría aplicarse a cualquier equipo deportivo de cualquier modalidad (baloncesto, voleibol, fútbol, etc.), siempre con las modificaciones y adaptaciones pertinentes en base a las características del mismo; quedando excluidas de dicho programa aquellas personas (en este caso deportistas) que presenten algún cuadro de alergias relacionadas con el crin del caballo o cualquier otro componente que le pueda afectar; así como también personas con fobias a dichos animales.

En este caso particular hemos tomado como referencia un equipo de fútbol cuyos integrantes del equipo tienen edades comprendidas entre 18 y 35 años.

4.2. Áreas de mejora

Las principales áreas de mejora que vamos a trabajar a través de la intervención son:

- ❖ Comunicación
- ❖ Trabajo en equipo
- ❖ Resolución de conflictos
- ❖ Delegación de funciones

4.3. Recursos materiales, humanos y animales

Para llevar a cabo el programa de intervención propuesto utilizaremos diferentes recursos, que nos servirán de apoyo para llevarlo a cabo y conseguir así de una forma más rápida y eficaz los objetivos propuestos en el mismo (figura 2).

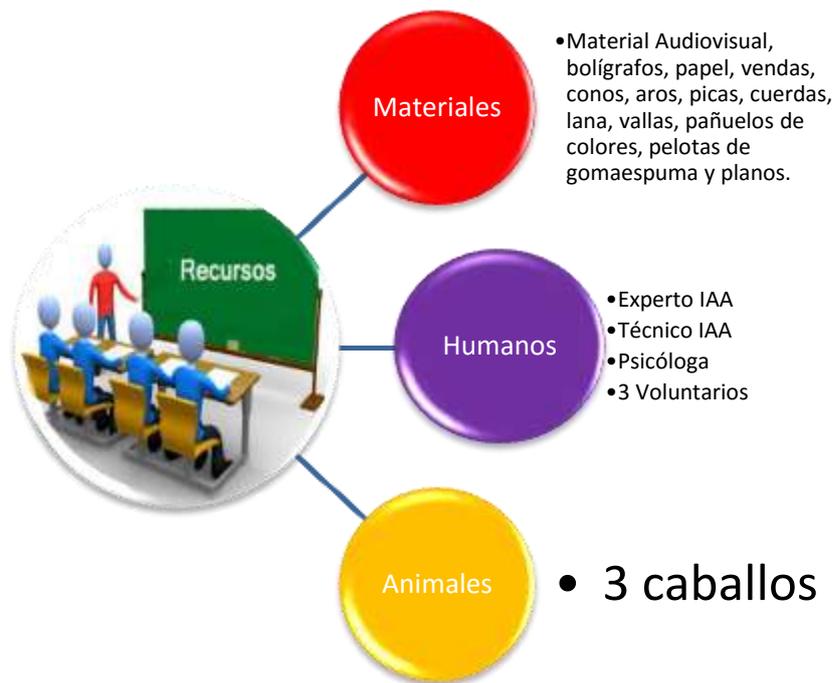


Figura 2. Tipos de recursos. Elaboración propia. 2016

Para llevar a cabo el programa de intervención contamos con los siguientes recursos humanos:

- ❖ Un técnico especialista en caballos.
- ❖ Un experto en intervenciones asistidas con animales.

- ❖ Una psicóloga deportiva
- ❖ Un equipo de voluntarios

Además de los siguientes recursos animales:

- ❖ “Andaluz”: caballo de 15 años, marrón chocolate, con un carácter muy apaciguador.
- ❖ “Gitano”: caballo de 17 años, blanco, manso y cariñoso.
- ❖ “Lola”: yegua de 19 años, de color marrón muy oscuro, líder de la manada.

Así mismo para llevar a cabo la evaluación de nuestro programa de intervención haremos uso de los siguientes materiales: para la evaluación inicial, por un lado llevaremos a cabo un análisis FODA (Anexo 1: Evaluación inicial (I)), una técnica utilizada para descubrir las características internas de los componentes del equipo y del equipo como tal, “*para determinar aspectos importantes, fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas*”(Olvera, 2014) de cada uno.

Por otra parte pasaremos el TEST 360°(Olvera, 2014) (Anexo 1: Evaluación inicial (II)) el cual se utiliza para ver el punto de vista de cada componente del equipo sobre el resto. Digamos que puede ser utilizada como una co-evaluación. Así pues nos ayuda a conocer el desempeño y características de cada uno de los evaluados desde una perspectiva externa; detectar áreas de mejoras y oportunidad de los individuos y llevar a cabo así las acciones oportunas para alcanzar los objetivos propuestos dentro del equipo.

Durante todo el proceso llevaremos a cabo una recogida de datos mediante un registro observacional y un diario de campo en el cual anotaremos todo lo oportuno de las sesiones llevadas a cabo para ayudarnos tanto en la evaluación del equipo como en nuestra autoevaluación.

Y por último, para la evaluación final pasaremos un cuestionario (Anexo 6: Cuestionario final), el cual consta de una serie de preguntas para responder con una escala de valor de 1 a 5 y algunas preguntas cortas.

4.4.Cronograma de actuaciones

Para llevar a cabo todo el proceso, nos guiaremos a través de un cronograma de actuaciones (Anexo 2: Cronograma de act) donde podemos ver tres fases perfectamente identificadas con sus respectivas etapas cada una:

- ❖ Fase previa: donde en primer lugar se llevará a cabo una observación inicial del grupo de participantes y se llevará a cabo la evaluación inicial (anteriormente comentada) para así marcar los objetivos y llevar a cabo el diseño del programa como tal.
- ❖ Fase de intervención: en esta fase se llevarán a cabo las sesiones iniciales y de intervención específicamente.
- ❖ Fase final: en esta última fase concluiremos con las sesiones finales del programa de intervención; se llevará a cabo una evaluación final del proceso, comparando los resultados obtenidos con los esperados y poder así realizar una memoria final con todos los datos.

Diseño de las sesiones

Llevaremos a cabo 12 sesiones en total; dos de las cuales serán iniciales, nueve serán de intervención propiamente dicha y una de finalización. La duración de las mismas oscilará de 60 minutos a 120 minutos dependiendo del transcurso de las actividades propuestas.

Las sesiones que proponemos en nuestro programa de intervención serán orientativas; se podrán modificar en base a la respuesta del equipo durante el desarrollo de las mismas. Se irán trabajando los objetivos de tal forma que en todo momento se irá reforzando el/los objetivos de la sesión anterior, para que se lleve a cabo un trabajo continuo.

Temporización y organización

El programa se llevará a cabo trabajando de forma conjunta y multidisciplinar (Anexo 3: Calendario (Diagrama de Gant)).

El experto en IAA y el psicólogo (equipo terapéutico) estarán presentes en todas las fases: planificación, intervención, evaluación y finalización del programa.

Los voluntarios llevarán a cabo, junto al experto en IAA y el equipo terapéutico, el desarrollo de las sesiones.

Y el técnico en IAA colaborará en el desarrollo de la memoria final.

4.5.Localización

Las sesiones se llevarán a cabo en las instalaciones del Centro Ecuestre El Acebuche localizado en Camino Monasterio, 41110 Bollullos de la Mitación, Sevilla <http://www.elacebuche.es/> . (Anexo 4: Mapa Centro Hípico el Acebuche).

4.6.Seguridad y limpieza

Los animales con los que vamos a contar, están específicamente entrenados y seleccionados para que todo fluya con normalidad, no obstante, si se diera el caso y ocurriera algún percance, contamos con un seguro de responsabilidad civil, el cual cubrirá todas las partes.

5. FASES DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO

5.1.Fase previa

En esta fase, después de ponernos en contacto con el entrenador de dicho equipo, informaremos a todos los componentes del mismo, cuerpo técnico, jugadores y directiva, el proceso que llevaremos a cabo. Le explicaremos que comenzaremos con una observación del grupo y posteriormente les pasaremos unos test, para una evaluación inicial (con los materiales que quedan descritos en el punto anterior), que nos ayudará a saber cuál será el punto de partida para comenzar con el programa de intervención y nos guiará para marcar los objetivos específicos de dicho programa.

Los objetivos que se trabajarán son los indicados anteriormente (OBJETIVOS), no obstante pueden variar y se irán adaptando, dependiendo de cómo vayan transcurriendo las sesiones.

5.2.Fase de Intervención

5.2.1. Sesiones de inicio de actividad

SESIÓN N°1: “LOS CABALLOS Y NOSOTROS”	
FECHA:14 SEPTIEMBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principales ❖ Conocer el mundo de los caballos.
MATERIALES	Material audiovisual, papel, bolígrafos.
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico y diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga Animales: caballos del centro ecuestre
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (30´); B) Parte Principal (60´); C) Parte final (10´); 100´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
	Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión
	A1) Daremos un paseo por las instalaciones y se les irá dando una breve explicación de cada una de las partes de las mismas y podrán observar el comportamiento de los caballos del centro.
	B1) Explicación teórica sobre los caballos y su comportamiento
	B2) Preguntaremos cuáles son sus primeras impresiones, como se sienten, si ven alguna relación con los humanos en general y con el futbol en concreto
	C3) Presentación de los caballos con los que trabajaremos durante el programa. Despedida y comentarios finales
OBSERVACIONES	Al ser la primera sesión será introductoria y servirá de anclaje para todas las sesiones posteriores

SESIÓN Nº2: “¿COLORES Y CABALLOS?”	
FECHA:28 SEPTIEMBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principales ❖ Tomar contacto con los caballos ❖ Empezar a comunicarnos con los compañeros
MATERIALES	Pañuelos de colores, papel y bolígrafos
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico y diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga, voluntarios Animales: 3 caballos
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (15´); B) Parte Principal (25´); C) Parte final (10´); 60´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
	Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y recordaremos lo que trabajamos en la primera sesión
	A1) Presentación sorpresa: previamente se habrán puesto pañuelos de tres colores diferentes en una bolsa oscura (rojo, azul y verde). Se les pedirá que uno por uno vayan cogiendo un pañuelo y cuando todos lo tengan tendrán que irse al lado del caballo que tenga el cartel con ese mismo color.
	B1) ¡Igual que yo! Cada grupo formado en el anterior ejercicio tendrá que hablar entre ellos, y anotar en un papel semejanzas llamativas (por ejemplo que tengan el mismo tipo de alergia, mismo coche... etc.); y después mediante un capitán que asignará cada grupo lo tendrán que decir en voz alta. Variantes: podemos buscar semejanzas con el caballo que nos ha tocado (por ejemplo si el caballo es oscuro pues quienes son más morenos, etc.)
	B2) Se les harán preguntas tipo: ¿os gusta el grupo que os ha tocado? ¿Por qué? ¿Conocíais tanto a los compañeros? ¿Qué os ha sorprendido?
	C3) Les daremos un tiempo para que nos expliquen sus impresiones, dudas o preguntas. Despedida y comentarios finales. Avanzaremos el tema de lo que se trabajará la próxima sesión.
OBSERVACIONES	Aunque el equipo ya se conoce, con esta sesión pretendemos que sirva de introducción para la próxima (en la cual se trabajará la comunicación) y les haremos ver que a veces no sabemos tantas cosas como pensamos.

5.2.2. Sesiones de Intervención

SESIÓN N°3: “¿QUÉ PODEMOS HACER?”	
FECHA: 26 OCTUBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	<p>Principales</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crear vínculos sólidos mediante la comunicación <p>Secundarios</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Material audiovisual, vendas
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico y diario
RECURSOS	<p>Humanos: técnico; experto; psicóloga; voluntarios</p> <p>Animales: 3 caballos</p>
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (40´); B) Parte Principal (60´); C) Parte final (10´); 120´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
	Recordaremos lo trabajado en la sesión anterior y explicaremos lo que se va a trabajar durante la sesión
	A1) Explicación teórica sobre la importancia de la comunicación no verbal, tanto entre personas como entre caballos.
	B1) Por grupos de 8 personas tendrán que hacer que uno de los caballos que le asignemos le siga de un punto a otro previamente marcado, para ello es necesario que haya buena comunicación verbal y no verbal ya que los caballos por su naturaleza no nos van a seguir sin más, sino que es necesario que nos comportemos como ellos. Para ello les diremos que es necesario que antes se reúnan para consensuar como lo van a hacer.
	B2) Les haremos preguntas tipo ¿os ha resultado difícil? ¿Qué os ha parecido? ¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué pensáis que podríais haber hecho mejor?
	B3) Igual que el ejercicio B1 pero ahora todos los componentes del equipo, menos uno, llevarán los ojos vendados; el que puede ver será el que guíe al grupo para que el caballo les siga.
	B4) Repetiremos las preguntas del paso B2
	C1) Haremos un feedback final para que ellos mismo sean conscientes de si piensan que lo han hecho bien o mal. Despedida y comentarios finales.
OBSERVACIONES	No hay una forma correcta de hacerlo, lo único que se pretende es que consigan el objetivo. Por supuesto siempre va a ser más fácil cuando hay comunicación.

SESIÓN Nº4: “¿CON QUE CABALLO TE IDENTIFICAS?”	
FECHA:12 OCTUBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principales ❖ Mejorar las habilidades de comunicación entre todos los componentes del equipo Secundarios ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Material audiovisual, papel, bolígrafos.
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico y diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga Animales: caballos del centro ecuestre
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (40’); B) Parte Principal (40’); C) Parte final (10’); 90’ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y dejaremos un tiempo para que observen cómo se comportan los caballos del centro ecuestre	
A1) Explicación teórica sobre la importancia de la comunicación verbal (40’aprox)	
B1) “Mira a tu alrededor”: Por equipos de 6 personas pensarán y “discutirán” sobre los caballos que hay en el centro ecuestre: cual creen que es el líder, cual el co-líder, etc. Y además deberán establecer una relación entre estos caballos y la persona del equipo que ellos creen que ocupa esta función dentro del mismo. Variantes: tendrán que anotar impresiones de los caballos físicas y de comportamiento	
B2) Se les pedirá al capitán de cada grupo que expliquen sus conclusiones	
B3) Haremos preguntas tipo: ¿pensáis que esto es lo ideal dentro de un equipo deportivo? ¿Con esta estructura es con la que os gustaría seguir? O ¿preferís otra? ¿Cuál? ¿Qué podemos hacer para cambiarlo?	
C1) Haremos un breve balance de lo que se ha hecho durante la sesión y se les propondrá que durante los días próximos a la siguiente sesión tendrán que ir nombrando a un capitán diferente cada día y éste será el encargado de decir que le ha parecido el entrenamiento de cada día y que se podría o no mejorar. Despedida y comentarios finales siembre dando un feedback positivo.	
OBSERVACIONES	En esta sesión se pretende que sean conscientes de la importancia que tiene la comunicación entre los miembros de un equipo.

SESIÓN N°5: “TODOS JUNTOS”	
FECHA: 9 NOVIEMBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principal ❖ Incrementar y mejorar la interacción entre los miembros del equipo, fomentando así la idea de equipo. Secundarios ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Material audiovisual, papel, bolígrafos
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga, voluntarios Animales: 3 caballos
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (30’); B) Parte Principal (50’); C) Parte final (10’); 90’ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión	
A1) “Trabajo en equipo”: Explicaremos teóricamente lo que significa el trabajo en equipo.	
B1) “Cada uno el suyo”: Le daremos a cada uno un papel para que escriba su nombre y después le diremos que hagan una bola con el papel y lo lancen al suelo. Cuando demos la señal tendrán que ir a buscar el papel con su nombre y cogerlo, cuando todos tengan el papel pararemos el crono. Después le diremos que vuelvan a lanzar el papel y esta vez tendrán que coger cada uno el papel con su nombre pero si abren otro con el nombre del compañero podrán llevárselo, al terminar, preguntaremos, ¿cómo pensáis que el tiempo ha sido menor? ¿Por qué? ¿Pensáis que es más efectivo el trabajo en equipo?	
B2) Se formarán 3 equipos de 6 personas y les diremos que lleven al caballo de un punto a otro, no podrán tocar al caballo ni hablarse entre ellos. Previamente se reunirán 5 minutos para decidir de qué forma lo van a llevar a cabo. Variantes: Iremos introduciendo pautas, solo uno podrá dar órdenes, todos podrán comunicarse...	
B3) Haremos preguntas tipo: ¿cómo os habéis sentido? ¿Pensáis que es mejor trabajar en equipo? ¿De qué forma creéis que habéis logrado mejor el objetivo?	
C1) Daremos feedback final positivo, despedida y comentarios finales.	
OBSERVACIONES	En los ejercicios de la sesión no habrá una forma correcta de resolverlos, se trata de qué se den cuenta de la importancia que tiene de trabajar en equipo

SESIÓN Nº6: “¡1, 2, 3 EQUIPO!”	
FECHA: 23 NOVIEMBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principal <ul style="list-style-type: none"> ❖ Incrementar y mejorar la interacción entre los miembros del equipo, fomentando así la idea de equipo. Secundarios <ul style="list-style-type: none"> ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Cuerdas, picas, aros
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga Animales: caballo
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (15´); B) Parte Principal (50´); C) Parte final (15´); 80´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión	
A1) Haremos preguntas sobre la sesión anterior ¿qué recordáis de la sesión anterior? ¿Qué os pareció importante? ¿Habéis aplicado algo en los entrenamientos?	
B1) Se harán dos equipos, uno de ellos tendrá que preparar un circuito. El otro equipo tendrá que dirigir al caballo por el circuito y después se cambiarán los roles.	
B2) Se les harán preguntas ¿os ha parecido difícil? ¿Por qué?	
B3) Se repetirá el ejercicio B1 pero cambiando materiales y componentes de los equipos.	
B4) Se les volverán a hacer preguntas ¿Cómo os ha parecido esta vez? ¿Os estáis ayudando los unos a los otros? ¿Qué pensáis? ¿Alguien ha dicho que os lo tenéis que poner difícil?	
C1) Se les explicará la importancia de apoyarse los unos a los otros aun estando en grupos diferentes. Despedida y comentarios finales	
OBSERVACIONES	En los ejercicios de la sesión no habrá una forma correcta de resolverlos, se trata de que se den cuenta de la importancia que tiene de trabajar en equipo

SESIÓN N°7: “¿TÚ QUE OPINAS?”

FECHA: 7 DICIEMBRE

HORA: 18:00

OBJETIVOS

Principal

- ❖ Incrementar y mejorar la interacción entre los miembros del equipo, fomentando así la idea de equipo.
- ❖ Aumentar el compromiso de las personas del equipo, para resolver conflictos.
- ❖ Mejorar las habilidades de comunicación entre todos los componentes del equipo

Secundarios

- ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros.
- ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.

MATERIALES

Material audiovisual, lana, conos

PARTICIPANTES

Equipo fútbol

EVALUACION

Registro anecdótico, diario

RECURSOS

Humanos: técnico; experto; psicóloga

Animales: caballo

ACTIVIDADES

A) Parte inicial (35´); B) Parte Principal (50´); C) Parte final (15´); 100´ aprox.

ACTIVIDAD

DESCRIPCIÓN

Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y recordaremos la sesión anterior

A1) Explicación teórica sobre la resolución de conflictos pacífica y efectiva.

B1) Se habrán puesto conos por el espacio; el caballo llevará atado a una pata el extremo de una bobina de lana y el entrenador del equipo tendrá cogida la bobina. Se le pedirá, uno por uno, a los componentes del equipo que vayan diciendo a que cono quieren que el caballo vaya (siempre acompañado por el técnico); hasta que la lana se acabe. El caballo en esta actividad solo tendrá que caminar de un cono a otro según el orden que vayan eligiendo los jugadores.

B2) Se les pedirá que se reúna el equipo completo (menos el entrenador) y tienen que ir, siempre poniéndose de acuerdo entre todos, deshaciendo el “lio” de lana para que el caballo pueda pasar sin problema alguno y llegue hasta ellos. Se elegirá a un capitán que será el que irá diciéndolo en voz alta.

B3) Se les harán preguntas tipo ¿qué os ha parecido el ejercicio? ¿Cómo os habéis sentido?

C1) Se les explicará la importancia de resolver los conflictos y los problemas todos juntos y de forma unificada. Despedida y comentarios finales.

OBSERVACIONES

Durante toda la sesión le iremos recordando la importancia de comunicarse.

SESIÓN Nº8: “UNO PARA TODOS”	
FECHA: 21 DICIEMBRE	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principal <ul style="list-style-type: none"> ❖ Aumentar el compromiso de las personas del equipo, para resolver conflictos. ❖ Mejorar las habilidades de comunicación entre todos los componentes del equipo Secundarios <ul style="list-style-type: none"> ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Aros, picas, conos, vallas de una altura baja, cuerdas, papel, bolígrafos, planos
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga Animales: caballo
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (20´); B) Parte Principal (50´); C) Parte final (20´); 90´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
	Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y recordaremos la sesión anterior
	A1) Le daremos un material a todo el equipo y juntos tendrán que formar un circuito por toda la pista, previamente marcado en un plano que les daremos, tendrán que ponerse de acuerdo para montarlo. Variantes: cuando ya conozcan el espacio podrán hacer su propio circuito
	B1) Tendrán que guiar al caballo para que éste supere el circuito con la mayor eficacia posible. Previamente se reunirán para decidir cómo hacerlo; no obstante podrán ir comunicándose y requiriendo reuniones a lo largo del circuito. Cada vez que el caballo no salve algún obstáculo tendrán que volver a empezar. Variantes: solo un número de personas limitadas podrá comunicarse verbalmente.
	B2) Se les harán preguntas ¿Cómo os habéis sentido? ¿Os ha resultado difícil? ¿Creéis que lo podríais haber hecho de otra forma? ¿Por qué?
	C1) Se les pedirá que anoten en un papel por grupos de 8 las ventajas de trabajar en equipo y las pondrán en común. Despedida y comentarios finales.
OBSERVACIONES	Durante toda la sesión le iremos recordando la importancia de comunicarse y resolver los conflictos y las dificultades todos juntos.

SESIÓN N°9: “UN POQUITO TU, UN POQUITO YO”

FECHA: 17 ENERO

HORA: 18:00

OBJETIVOS	<p>Principal</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Aprender a delegar funciones y acciones al resto de compañeros. ❖ Aumentar el compromiso de las personas del equipo, para resolver conflictos. <p>Secundarios</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Vendas
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	<p>Humanos: técnico; experto; psicóloga, voluntarios</p> <p>Animales: 3 caballos.</p>
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (30´); B) Parte Principal (50´); C) Parte final (20´); 100´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión	
A1) Explicación teórica sobre la importancia de delegar funciones.	
<p>B1) Se formarán 3 grupos de 8 personas, cada grupo trabajará con un caballo. Elegirán un capitán el cual irá “manejando” al caballo pie a tierra y éste no podrá hablar ni hacer gestos a los demás solo “guiar” al caballo con la ayuda del técnico. El resto de compañeros tendrán que darle indicaciones para que el caballo forme una figura en la arena que nosotros le digamos: círculos, triángulos, etc.</p> <p>Variantes: se cambiará de capitán; el que monta también podrá expresar su opinión.</p>	
B2) Se les harán preguntas tanto al que está montado en el caballo como al resto: ¿Cómo te has sentido sin poder expresarte? ¿Está bien delegar funciones en los compañeros? ¿Crees que es necesario? ¿Por qué?	
B3) Igual que el ejercicio B1 pero ahora el que va “manejando” al caballo llevará los ojos vendados y el resto guiará al caballo para que haga una figura y éste tendrá que adivinar que figura es.	
C1) Se les dirá que por grupos (los que ya están formados) escriban en un papel que funciones creen que realizan unos mejor que otros dentro del equipo en el terreno de juego y que por tanto estaría bien que ellos las llevaran a cabo y las pondrán en común. Despedida y comentarios finales.	
OBSERVACIONES	Durante toda la sesión le iremos recordando la importancia de comunicarse y se les dará un feedback reforzador.

SESIÓN N°10: “UNIDOS”	
FECHA: 8 FEBRERO	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principal ❖ Reforzar la comunicación para resolver correctamente los conflictos, delegando funciones siendo así un buen equipo de trabajo. Secundarios ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Conos
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga, voluntarios Animales:3 caballos.
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (15´); B) Parte Principal (60´); C) Parte final (15´); 90´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
	Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y recordaremos lo trabajado en las sesiones anteriores
	A1) Les pediremos que formen 3 grupos de 8 personas, las cuales se tienen que coger de las manos, formando una cadena humana, y que decidan quien irá en una punta y en otra.
	B1) Con los grupos ya hechos les explicaremos que no pueden tocar al caballo en ningún momento y que solo podrán utilizar las manos que las personas de los extremos tienen libres pero para ello el del extremo izquierdo de la cadena debe dar la orden al del extremo derecho y al contrario. Les pediremos que de esta forma lleven al caballo a un punto que estará indicado con un cono.
	B2) Se les harán preguntas tanto al que está montado en el caballo como al resto: ¿Pensáis que habéis cumplido el objetivo? ¿Qué se puede mejorar?
	B3) Los mismos grupos tendrán ahora que atar al caballo y darle 3 vueltas por el espacio pero con las mismas pautas que antes.
	B4) Se les volverá a dar feedback y a hacer preguntas ¿los del centro podíais hablar? ¿Lo habéis hecho? ¿Qué pensáis que podríais haber hecho mejor?
	C1) Les pediremos a cada grupo que nos cuente como se han sentido trabajando de esta forma. Despedida y comentarios finales.
OBSERVACIONES	Con esta sesión se pretende reforzar todo lo trabajado con anterioridad.

SESIÓN Nº11: “EL REMATE FINAL”	
FECHA: 22 FEBRERO	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principal ❖ Reforzar la comunicación para resolver correctamente los conflictos, delegando funciones siendo así un buen equipo de trabajo. Secundarios ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros. ❖ Mejorar y aumentar la autoestima y la motivación personal.
MATERIALES	Pelotas de goma espuma
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga, voluntarios Animales:3 caballos.
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (15´); B) Parte Principal (60´); C) Parte final (15´); 90´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y recordaremos lo trabajado en las sesiones anteriores	
A1) Les pediremos que formen 3 grupos de 8 personas, repartiremos globos	
B1) Cada grupo trabajará con un caballo, tendrán que colocarse 4 por cada lado del caballo en fila india con una pelota de goma espuma entre cada persona y tendrán que ir caminando acariciando al caballo y guiándolo a través de dos líneas de un punto a otro. Cada vez que se caiga una pelota (señal que se ha separado alguien del grupo) tendrán que hacer diez sentadillas.	
B2) Se les harán preguntas: ¿Pensáis que habéis cumplido el objetivo? ¿Qué se puede mejorar? ¿Pensáis ahora que es más efectivo trabajar en equipo? ¿Es mejor comunicarse antes de ir a la acción?	
B3) Se cambiarán los grupos y tendrán que hacer lo mismo pero solo el último de cada fila podrá ver. Variantes: podrá ver el primero de cada fila, solo podrá ver una fila y la otra no...	
B4) Se les volverá a dar feedback y a hacer preguntas ¿los del centro podíais hablar? ¿Lo habéis hecho? ¿Qué pensáis que podríais haber hecho mejor? ¿Cómo os habéis sentido?	
C1) Despedida y comentarios finales	
OBSERVACIONES	Con esta sesión se pretende reforzar todo lo trabajado con anterioridad.

5.3.Fase de finalización

5.3.1. Sesión final

SESIÓN Nº12: “TIEMPO DE DESCUENTO”	
FECHA: 22 MARZO	HORA: 18:00
OBJETIVOS	Principal <ul style="list-style-type: none"> ❖ Repasar todo lo trabajado en las sesiones anteriores ❖ Dar pautas para el trabajo posterior en el terreno de juego Secundarios <ul style="list-style-type: none"> ❖ Fomentar el respeto hacia el resto de compañeros.
MATERIALES	Hojas de instrucciones
PARTICIPANTES	Equipo fútbol
EVALUACION	Registro anecdótico, diario
RECURSOS	Humanos: técnico; experto; psicóloga, voluntarios Animales:3 caballos.
ACTIVIDADES	
A) Parte inicial (15´); B) Parte Principal (50´); C) Parte final (25´); 90´ aprox.	
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
	Explicaremos al equipo lo que vamos a trabajar durante la sesión y recordaremos lo trabajado en las sesiones anteriores
A1)	Se harán grupos aleatoriamente de 4 personas y se les hará entrega de una hoja de instrucciones.
B1)	“El momentazo” Les pediremos que piensen en su trayectoria profesional y que escojan un momento en el que todas sus cualidades funcionaron al 100%. Le daremos un tiempo para que escojan su momentazo y luego les pediremos que lo compartan con los miembros de su grupo.
B2)	Se les harán preguntas: ¿Cómo os habéis sentido compartiendo vuestro mejor momento con los demás? ¿Habéis coincidido con algún compañero eligiendo el momento? ¿Qué habéis sentido al escuchar al compañero?
B3)	Les propondremos como tarea final y como culmen a todo el trabajo llevado a cabo hasta ahora que decoren durante la próxima semana el vestuario con frases de trabajo en equipo. Se tendrán que poner de acuerdo para repartirse la tarea. Al verlo todos los días de entrenamiento y competición le servirá como feedback y motivación.
C1)	Despedida de nuestros compañeros de trabajo los caballos y de todo el personal y comentarios finales. Se les darán un tiempo para que expresen como se han sentido y que se llevan de todo el proceso y para rellenar un cuestionario final (Anexo 6: Cuestionario final)
OBSERVACIONES	Se les dará un feedback final.

6. VIABILIDAD DEL PROGRAMA

En Anexo 5: Plan de viabilidad podemos ver el plan de Viabilidad del programa detallado. En cuanto a los gastos presentados son del programa completo. Tanto los alimentos de los animales (en este caso los caballos) como los gastos de veterinario los asume el responsable del centro ecuestre, así como el alquiler de las instalaciones que son cedidas.

7. RESULTADOS ESPERADOS

Tras finalizar el programa haremos una recogida de datos mediante el registro observacional y el diario de campo llevados a cabo durante cada una de las doce sesiones; además pasaremos un cuestionario final (Anexo 6: Cuestionario final) en la última sesión y comprobaremos si se han cumplido los objetivos propuestos en el programa y así poder transferir lo adquirido al terreno de juego.

Después de llevar a cabo nuestro programa de Coaching Asistido con Caballos y aplicarlo a un equipo deportivo, en este caso a un equipo de fútbol, esperamos que la comunicación entre todos los jugadores haya mejorado, por lo que los posibles conflictos que surjan se resolverán de una forma más pacífica y eficaz; como consecuencia la idea de equipo, la cohesión entre los miembros, será mayor y mas fuerte permitiendo que exista por tanto una mayor confianza en ellos mismos y en los compañeros y será posible que se deleguen funciones en los demás, lo cual les facilitará el trabajo.

Todo esto nos llevará a que los resultados esperados en el terreno de juego sean mucho mejores y se lleve a cabo de una forma eficaz y motivadora para todos.

Los caballos nos permiten que veamos reflejada su actitud, en manada, en nosotros mismos y en nuestro equipo, haciéndonos recapacitar y reflexionar sobre nuestra forma de actuar con los demás. Gracias a ellos podemos hacer “autocrítica”; se da un feedback de estos animales hacia nosotros, lo cual hace que seamos conscientes durante todo el proceso del aprendizaje, porque como bien hemos dicho anteriormente “son como un espejo de las personas”.

De la misma forma el coaching hace que la persona descubra “el camino correcto” (según cada uno) por sí misma, esto hace que la autonomía y autoestima aumenten considerablemente.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. AEPCODE. (2011). Recuperado el 15 de 04 de 2016, de Coaching Deportivo. Definición: <http://www.aepcode.es/docs/coachingdeportivo.php>
2. C.A.V.A, C. A. (2012). Obtenido de Centro de Adiestramiento Victor Álvarez: <http://www.cavahorse.com/coaching-asistido-con-caballos/>
3. García-Moreno, M. (Febrero de 2009). Recuperado el 2016 de Abril de 2016, de Equitación Terapéutica con Niños Autistas: <http://www.eduinnova.es/feb09/EQUITACION%20TERAPEUTICA.pdf>
4. García-Naveira, A. (2009). El coaching deportivo como técnica de liderazgo del entrenador. *AB Fútbol*.
5. IAHAIO. (Marzo de 2013). *The IAHAIO definitions for animal assisted intervention and animal assisted activity and guidelines for wellness of animals involved*. Recuperado el 18 de Mayo de 2016, de International Association of Human-Animal Interaction Organizations: <http://www.iahaio.org/new/fileuploads/8000IAHAIO%20WHITE%20PAPER%20TASK%20FORCE%20-%20FINAL%20REPORT%20-%200070714.pdf>
6. McMillan, B. (2012). Recuperado el 15 de 05 de 2016, de Biel McMillan. Coaching Asistido con Caballos: <http://www.bielmcmillan.com/new/formacion/coaching-asistido-con-caballos/>
7. Olvera, I. A. (Septiembre de 2014). *Universidad Interamericana para el Desarrollo*. Recuperado el 01 de Mayo de 2016, de Coaching como herramienta de apoyo para elevar el grado de compromiso y motivación de la Delegación Olímpica Mexicana, rumbo a los juegos olímpicos: <http://es.slideshare.net/IvanAntonioOlveraISW/proeycto-coach-aprobadoimpresion>
8. PATH. (2016). Recuperado el 19 de Mayo de 2016, de Professional Association of Therapeutic Horsemanship International: <http://www.pathintl.org/resources-education/resources/eaat>
9. Soldevila, T. (2014). Recuperado el 10 de 04 de 2016, de El portal de inteligencia emocional: <http://www.eagala.org/sites/default/files/attachments/TaliaArticle.pdf>

9. OTRA BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

1. Bachi, K., Terkel, J., & Teichman, M. (2011). Equine-facilitated psychotherapy for at-risk adolescents: The influence on self-image, self-control and trust. *Clinical Child Psychology and Psychiatry* (17 (2)), 298-312.
2. Carlsson, C., Nilsson, D., & Traeen, B. (2015). Mentalizing and Emotional Labor Facilitate Equine-Assisted Social Work with Self-harming Adolescents. *Child Adolesc Soc Work J* (32), 329-339
3. Hameury, L., Delavous, P., Teste, B., & Leroy, C. (2010). Equine-assisted therapy and autism. *Annales Me´ dico-Psychologiques* (168), 655-659
4. Maber- Aleksandrowicz, S., Avent, C., & Hassiotis, A. (2016). A Systematic Review of Animal-Assisted Therapy on Psychosocial Outcomes in People with Intellectual Disability. *Research in Developmental Disabilities* (49-50), 322-338.
5. Martínez, R. (2008). La terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. *Indivisa, Bol. Estud. Invest.* (9), 117-144.
6. Siporin, S. (2012). Talking horses: Equine psychotherapy and intersubjectivity. *Psychodynamic Practice*, 18 (4), 457-464.

ANEXOS

Anexo 1: Evaluación inicial (I)

ANÁLISIS FODA

OPORTUNIDADES

- ¿Qué cambios has encontrado en la dirección del deporte?
- ¿Qué te gustaría alcanzar?
- ¿Hay manera de mejorar tu rendimiento?
- ¿Tus compañeros se quejan de algo del equipo? Si es así ¿Qué propuestas de mejoras puedes ofrecer para que esta situación cambie?

AMENAZAS

- ¿A qué obstáculos te enfrentas dentro del equipo?
- ¿Tienes problemas que aún no hayas resuelto?
- ¿Qué crees que no te deja resolver estos problemas?
- ¿Consideras las actitudes de alguien más como un problema?
- ¿Qué no te gustaría que ocurriera

FORTALEZAS

- ¿Qué virtudes posees?
- ¿Qué te diferencia de cualquier persona?
- ¿Qué cualidades posees?
- ¿Cuál crees que es el extra que te diferencia de los demás?
- ¿Qué recursos podrías utilizar de ti mismo para resolver problemas?

DEBILIDADES

- ¿Qué puedes mejorar de tu personalidad?
- ¿Qué se debería de evitar?
- ¿Qué aspectos negativos crees que perciben tus compañeros de ti?
- ¿Cuáles son tus hábitos de trabajo negativo

Anexo 1: Evaluación inicial (II)

EVALUACIÓN 360°

NOMBRE DEL EVALUADO		PUESTO DEL EVALUADO				
NOMBRE DEL QUE EVALÚA		PUESTO DEL QUE EVALÚA				
FECHA		SUP	IGUAL	INF		
ITEMS	Siempre	Frecuent.	A veces	Ocasionalm.	Casi Nunca	
1. TRABAJO EN EQUIPO						
1.1	Crecimiento y ambiciones compartidas					
1.2	Comparte éxitos y fracasos					
1.3	Escucha con atención y respeto					
1.4	Se queja de los compañeros si fallan					
2. COMUNICACIÓN						
2.1	Su forma de comunicarse es adecuada y respetuosa					
2.2	Escucha al resto de personas del equipo					
2.3	Se comunica poco					
2.4	Su comunicación es nula					
3. COLABORACIÓN						
3.1	Tiene actitud colaborativa con los demás					
3.2	Ofrece su ayuda					
3.3	Tiene actitud positiva ante los compañeros					
3.4	Se involucra en el trabajo					
4. MOTIVACIÓN						
4.1	Muestra motivación hacia el resto					
4.2	Muestra motivación de sí mismo					
4.3	Muestra motivación ante el trabajo					
4.4	Muestra motivación ante los cambios					

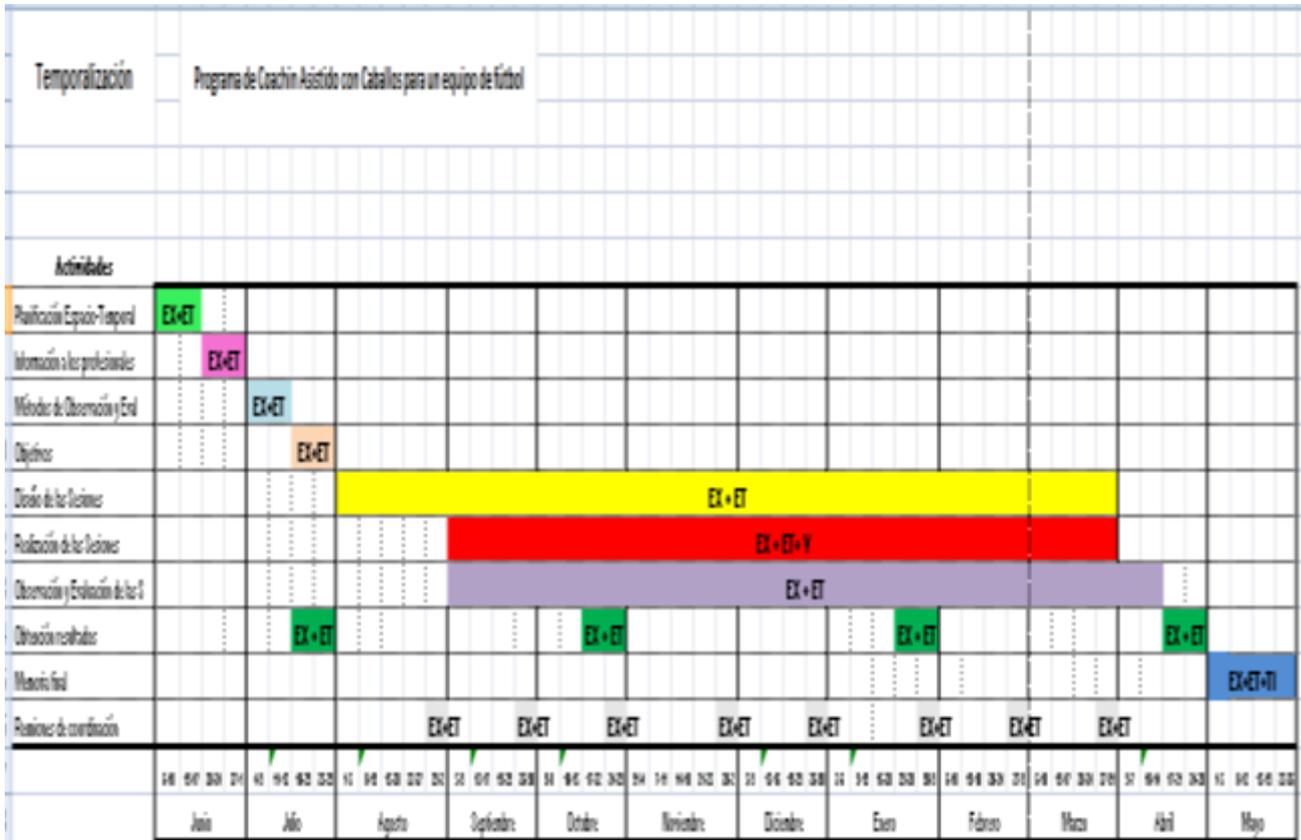
Anexo 2: Cronograma de actividades

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																																															
Programa de Coachin Asistido con Caballos para un equipo de fútbol																																															
FASES	Nº	ETAPAS	MES	JULIO				AGOSTO				SEPT.				OCTUBRE				NOV.				DIC.				ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO			
			SEMANAS																																												
			DURACIÓN (Semanas)	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º	1º	2º	3º	4º								
Previa	1	Observación y evaluación inicial	2	■																																											
	2	Diseño objetivos	2					■																																							
	3	Diseño programa y sesiones	32					■				■				■				■				■				■				■															
Intervención	4	Desarrollo de las sesiones	24									■				■				■				■				■				■															
Final	5	Sesiones finales	4																									■																			
	6	Evaluación final	2																									■																			
	7	Obtención de resultados	2																													■															
	8	Memoria final	4																																	■											

*A lo largo de todo el proceso se llevarán a cabo reuniones un día de cada semana

Pilar M^o Espinosa Martín

Anexo 3: Calendario (Diagrama de Gant)

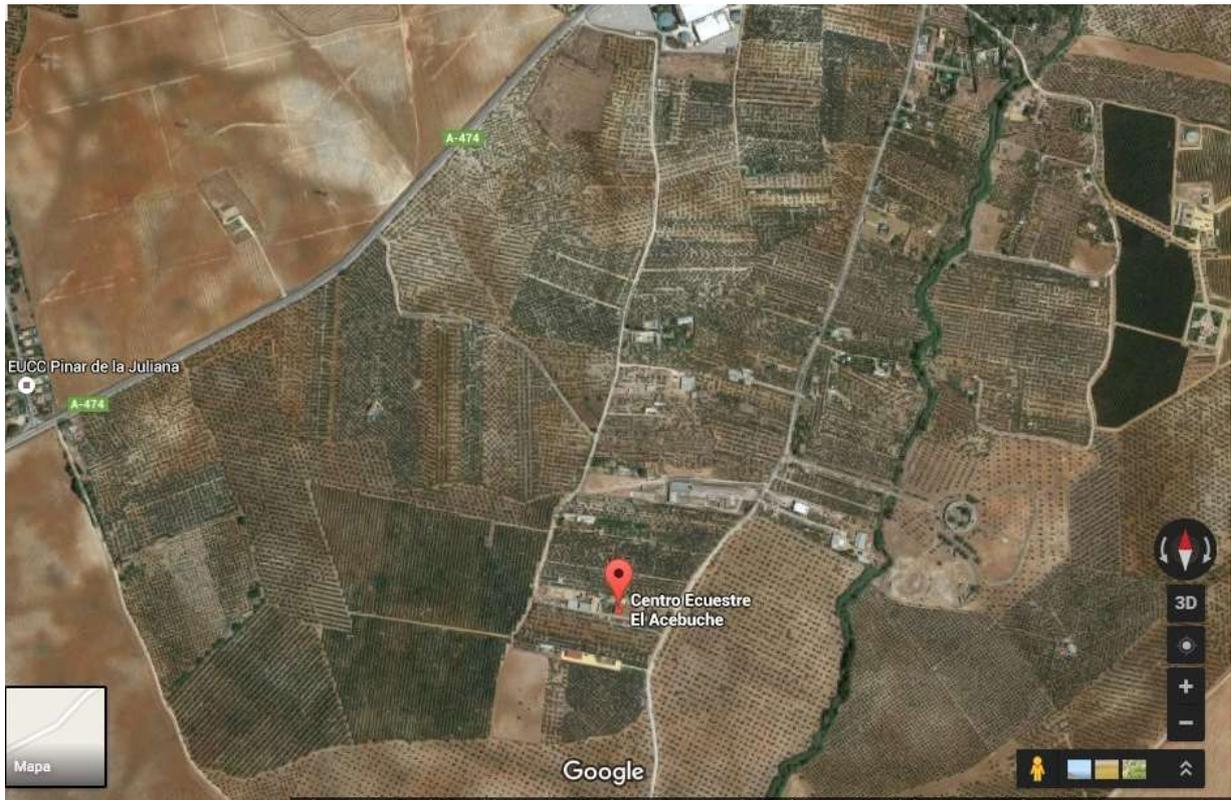


Leyenda	
EX	Experto en IMA
ET	Equipo Terapéutico
TI	Técnico en IMA
Y	Voluntarios

Actividades	Tareas asociadas
Planificación Espacio-Temporal	
Información a los profesionales	
Métodos de Observación y Evid	
Objetos	
Diseño de los Deberes	
Realización de los Deberes	
Observación y Evaluación de los I	
Obtención resultados	
Memoria final	
Reuniones de coordinación	

Las tareas asociadas están definidas en la memoria de la intervención

Anexo 4: Mapa Centro Hípico el Acebuche



Anexo 5: Plan de viabilidad

Gastos (IVA%)	Base	IVA (Variable)	Gasto I.	Beneficios					
				Precio Base Sesión	IVA 21%	Precio sesión	Total sesiones	Precio Total con IVA	Precio total sin IVA
Teléfono (21%)	66,12	13,88	80,00	165,29	34,71	200,00	12	2400	1983,47
Asesoría (21%)	57,85	12,15	70,00						
Gastos Veterinarios (21%)	0,00	0,00	0,00						
Alimentación (10%)	0,00	0,00	0,00						
Materiales (10%)	72,73	7,27	80,00						
Autónomos (0%)	645,00	0,00	645,00	Beneficio con IVA	2400	Beneficio sin IVA	1983,47		
Seguro RC (0%)	84,00	0,00	84,00	Gastos con IVA	1409	Gastos sin IVA	1375,69		
Desplazamientos (0%)	150,00	0,00	150,00	Total	991	Total	607,78		
Formación (0%)	300,00	0,00	300,00						
Total	1375,69	33,31	1409,00						

Anexo 6: Cuestionario final

Nombre y apellidos:					
Instrucciones: rodear con un círculo la opción, del 1 al 5, que creas conveniente; siendo el 1 “muy desacuerdo” y el 5 “totalmente de acuerdo”					
1. Tengo claro que la comunicación con los compañeros es el mejor medio para que el equipo se entienda	1	2	3	4	5
2. Tengo claro que la comunicación me ayuda a conocer y entender a los demás	1	2	3	4	5
3. Tengo claro que el trabajo en equipo nos ayuda a conseguir los objetivos con eficacia	1	2	3	4	5
4. Tengo claro que el compromiso en el trabajo nos ayuda a disminuir los conflictos en el equipo	1	2	3	4	5
5. Tengo claro que para resolver mejor los conflicto la comunicación es la mejor opción	1	2	3	4	5
6. Tengo claro que delegar funciones en los compañeros me ayuda a mí mismo y al equipo	1	2	3	4	5
7. ¿Para qué te ha servido participar en el programa?					
8. ¿Qué te ha faltado?					
Gracias por tu participación y compromiso y recuerda ¡Solo TÚ puedes cambiar lo que quieras de ti mismo!					