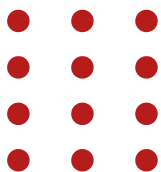




Informe de evaluación de competencias de liderazgo

NOMBRE DEL CANDIDATO

Febrero 2026



**En colaboración
con:**





Índice

- 02** ¿Qué son las Competencias de Liderazgo?
- 03** ¿Porqué desarrollar las competencias de liderazgo?
- 04** Qué contiene este informe
- 05** 5 dimensiones
- 06** Resultado global por dimensiones
- 07** Resultado global por competencias
- 08** Competencias Estratégicas
- 09** Competencias Interpersonales
- 10** Competencias de Autogestión
- 11** Competencias de Automotivación
- 12** Competencias de Autoliderazgo
- 13** Competencias más valoradas
- 14** Competencias a potenciar
- 15** Perfil motivacional
- 16** Guía de uso
- 18** Glosario



¿Qué son las Competencias del Entrenador?

Las competencias del entrenador son comportamientos habituales y observables que contribuyen al éxito en la gestión de deportistas y equipos. No se refieren únicamente a los conocimientos técnicos del deporte, sino a la manera en que el entrenador se comporta, comunica, lidera y gestiona a los deportistas y equipos con los que trabaja.



Son comportamientos. Las competencias no son conocimientos técnicos ni rasgos de personalidad, sino formas de actuar que ayudan a aplicar mejor los conocimientos deportivos.



Son observables. Pueden verse y evaluarse en la práctica diaria, tanto por uno mismo como por los demás.



Son habituales. Forman parte de las acciones cotidianas del entrenador.



Conducen al éxito. Favorecen el rendimiento del equipo y del deportista, la mejora continua y el crecimiento profesional.



¿Porqué desarrollar las competencias de liderazgo?

En tu labor como entrenador utiliza tus conocimientos técnicos, tácticos y de preparación física, además de tu experiencia. Sin embargo, el éxito deportivo requiere también un conjunto de competencias personales como el liderazgo, la comunicación, la gestión emocional, la motivación de los deportistas o el trabajo en equipo, entre otras.

Con el Cuestionario CoachUp Skills, ofrecemos una herramienta que te ayudará a reflexionar sobre estas competencias y a fortalecer tu desarrollo profesional. Este informe recoge tus resultados, que te permitirán identificar tus fortalezas y tus áreas de mejora. A partir de ellos, podrás diseñar un plan de acción para potenciar aquellas competencias que desees desarrollar y seguir creciendo como entrenador.



¿Qué contiene este informe?



Visión Global por Dimensiones y por Competencias

Proporciona una visión general de las 5 dimensiones y de las 20 competencias de liderazgo.



Visión por Competencias

Con los resultados de la autoevaluación, comparadas con la media de todas las personas que han respondido al cuestionario.



Competencias más valoradas

Con orientaciones para incrementar tu valor



Competencias a potenciar

Con orientaciones para el desarrollo de nuevas pautas de conducta.



Perfil motivacional

El estilo directivo en función de los motivos que le llevan a comportarse de un determinado modo u otro.



Guía de uso



5 dimensiones

Las competencias se agrupan en 5 dimensiones. Cada dimensión tiene asociadas 4 competencias.

	Estratégica	Las competencias estratégicas son aquellas que permiten analizar el entorno deportivo, planificar estrategias y tomar decisiones que mejoran el rendimiento y la competitividad del equipo o club.
	Interpersonal	Las competencias interpersonales son aquellas que facilitan las relaciones y la comunicación con los deportistas, el equipo técnico y otros agentes del ámbito deportivo, promoviendo la colaboración, la motivación y el desarrollo del talento.
	Autogestión	Las competencias de autogestión son aquellas que permiten organizarse, gestionar el tiempo y el estrés, y mantener una actitud positiva y proactiva en la práctica deportiva.
	Automotivación	Las competencias de automotivación son aquellas que impulsan el autoconocimiento, la autoevaluación y la mejora continua, fomentando el aprendizaje a lo largo de la carrera como entrenador.
	Autoliderazgo	Las competencias de autoliderazgo son aquellas que permiten regular las emociones, tomar decisiones equilibradas y actuar con integridad y responsabilidad en el ámbito deportivo.

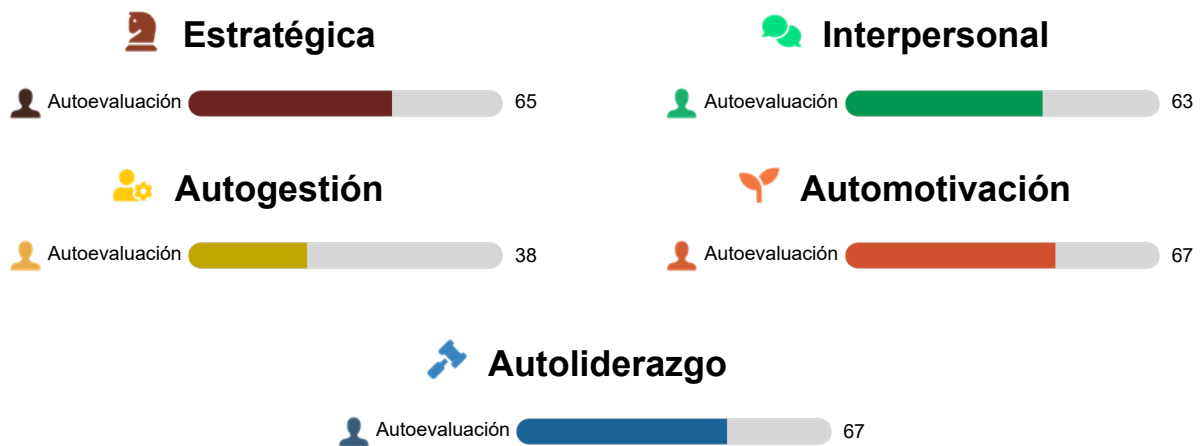


Resultado global por dimensiones

Aquí encontrarás un análisis de las 5 dimensiones clave, proporcionando una perspectiva global de tu desempeño.

Los datos incluyen el promedio asignado por los evaluadores en las 4 competencias de cada área.

Cada gráfico compara estos resultados con la puntuación media de tu autoevaluación y la de la muestra de la encuesta.



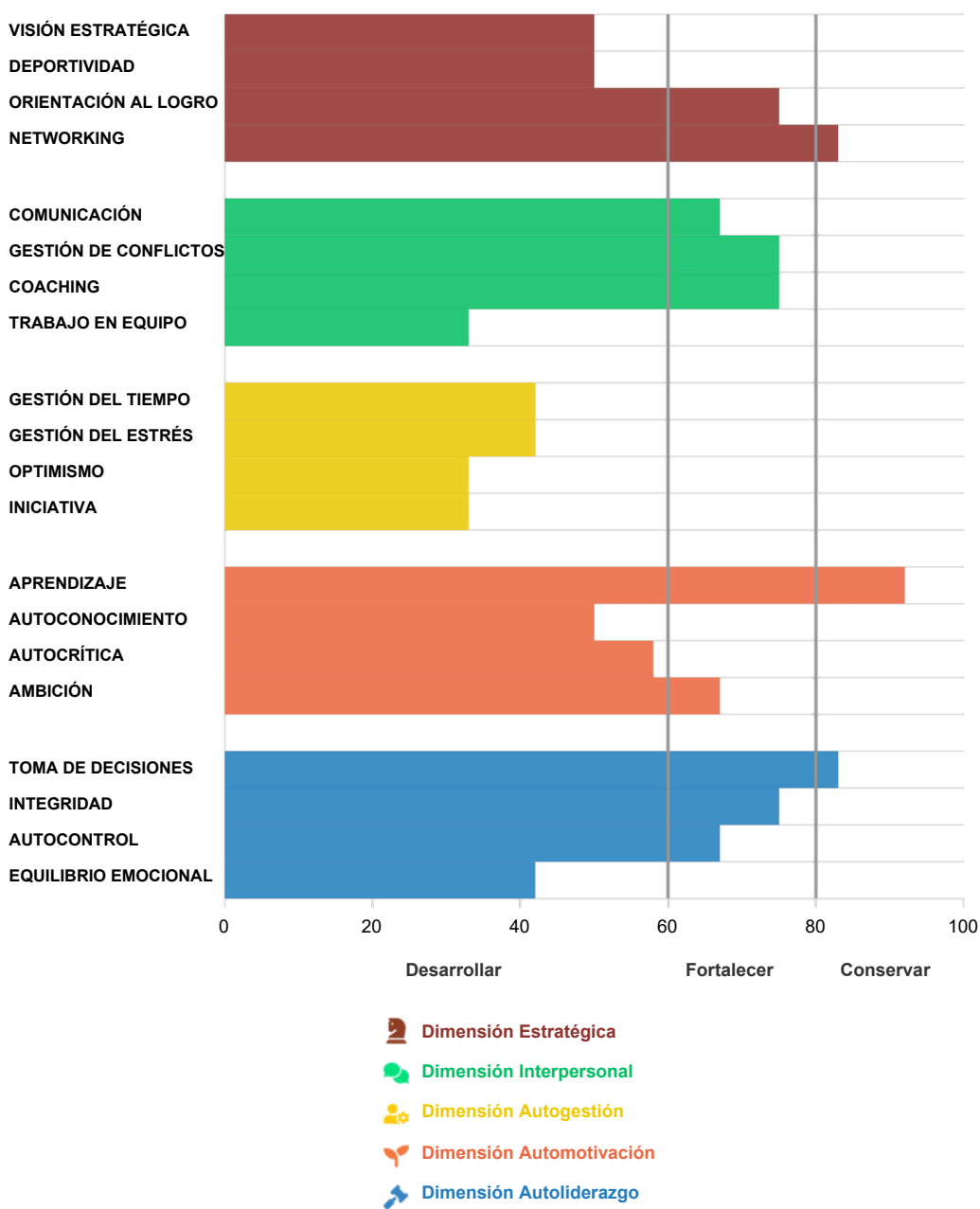


Resultado global por competencias

El gráfico proporciona una visión global de cada una de las 20 competencias del cuestionario.

En cada competencia se muestra la puntuación media de la autoevaluación y la de todas las personas que han participado hasta la fecha del cuestionario.

En las páginas siguientes se presentan los resultados desglosados por competencia.



Competencias Estratégicas

Las competencias estratégicas son aquellas que permiten analizar el entorno deportivo, planificar estrategias y tomar decisiones que mejoran el rendimiento y la competitividad del equipo o club.

Dimensión Estratégica Global

Puntuación promedio de la dimensión

 Autoevaluación  65

VISIÓN ESTRATÉGICA

Capacidad de analizar los factores clave del ámbito deportivo, detectar oportunidades competitivas y planificar estrategias a corto, medio y largo plazo.

 Autoevaluación  50

DEPORTIVIDAD

Capacidad de mostrar respeto, honestidad y juego limpio, aceptando derrotas y victorias con equilibrio y fomentando los valores deportivos.

 Autoevaluación  50

ORIENTACIÓN AL LOGRO

Capacidad de trabajar con intensidad y eficacia para alcanzar metas, buscando soluciones, técnicas y recursos que garanticen los resultados.

 Autoevaluación  75

NETWORKING

Capacidad de establecer, mantener y aprovechar relaciones valiosas en el ámbito deportivo para compartir información y obtener apoyo.

 Autoevaluación  83



Competencias Interpersonales

Las competencias interpersonales son aquellas que facilitan las relaciones y la comunicación con los deportistas, el equipo técnico y otros agentes del ámbito deportivo, promoviendo la colaboración, la motivación y el desarrollo del talento.

Dimensión Interpersonal Global

Puntuación promedio de la dimensión



COMUNICACIÓN

Capacidad de expresarse con claridad, adaptar el mensaje al interlocutor y escuchar activamente para garantizar la comprensión mutua.



GESTIÓN DE CONFLICTOS

Capacidad de detectar, abordar y resolver conflictos de forma constructiva, manteniendo relaciones positivas y fomentando el consenso.



COACHING

Capacidad de acompañar, guiar y desarrollar a los deportistas a través de la confianza, el seguimiento y la orientación al crecimiento personal.



TRABAJO EN EQUIPO

Capacidad de fomentar la colaboración, la confianza y el compromiso entre los miembros del equipo para alcanzar objetivos comunes.





Competencias de Autogestión

Las competencias de autogestión son aquellas que permiten organizarse, gestionar el tiempo y el estrés, y mantener una actitud positiva y proactiva en la práctica deportiva.

Dimensión Autogestión Global

Puntuación promedio de la dimensión

 Autoevaluación  38

GESTIÓN DEL TIEMPO

Capacidad de planificar, priorizar y ejecutar tareas de forma eficiente, respetando plazos y manteniendo equilibrio personal.

 Autoevaluación  42

GESTIÓN DEL ESTRÉS

Capacidad de mantener la calma, prevenir la tensión y mantener el equilibrio.

 Autoevaluación  42

OPTIMISMO

Capacidad de mantener una actitud positiva ante los retos, aprender de los errores y transmitir entusiasmo a los demás.

 Autoevaluación  33

INICIATIVA

Capacidad de proponer mejoras, generar ideas y emprender acciones sin esperar instrucciones, promoviendo la mejora continua.

 Autoevaluación  33



Competencias de Automotivación

Las competencias de autodesarrollo son aquellas que impulsan el autoconocimiento, la autoevaluación y la mejora continua, fomentando el aprendizaje a lo largo de la carrera como entrenador.

Dimensión Automotivación Global

Puntuación promedio de la dimensión



APRENDIZAJE

Capacidad de actualizar conocimientos, adaptarse a los cambios y asumir nuevas funciones con actitud abierta.



AUTOCONOCIMIENTO

Capacidad de reflexionar sobre uno mismo, identificar fortalezas y áreas de mejora y actuar en consecuencia.



AUTOCRÍTICA

Capacidad de reconocer errores y limitaciones propias, aceptar el feedback y utilizarlo para mejorar el rendimiento.



AMBICIÓN

Capacidad de proponerse metas exigentes, mantener la tenacidad y buscar la excelencia sin conformarse con la mediocridad.





Competencias de Autoliderazgo

Las competencias de autogobierno son aquellas que permiten regular las emociones, tomar decisiones equilibradas y actuar con integridad y responsabilidad en el ámbito deportivo.

Dimensión Autoliderazgo Global

Puntuación promedio de la dimensión

 Autoevaluación  67

TOMA DE DECISIONES

Capacidad de analizar información, evaluar alternativas y elegir la opción más adecuada con base en criterios objetivos.

 Autoevaluación  83

INTEGRIDAD

Capacidad de actuar con coherencia, justicia y honestidad, siendo fiel a los principios y valores personales.

 Autoevaluación  75

AUTOCONTROL

Capacidad de mantener la disciplina, completar tareas con esfuerzo y resistir la tentación de rendirse ante las dificultades.

 Autoevaluación  67

EQUILIBRIO EMOCIONAL

Capacidad de mantener la estabilidad y la calma emocional ante la tensión, reaccionando con serenidad y respeto.

 Autoevaluación  42



Competencias más valoradas

Basado en tu autoevaluación, estas son tus competencias mejor valoradas. Conocer tus puntos fuertes es clave para seguir impulsando tu desarrollo.

APRENDIZAJE

 Autoevaluación  92

Capacidad de actualizar conocimientos, adaptarse a los cambios y asumir nuevas funciones con actitud abierta.

NETWORKING

 Autoevaluación  83

Capacidad de establecer, mantener y aprovechar relaciones valiosas en el ámbito deportivo para compartir información y obtener apoyo.

TOMA DE DECISIONES

 Autoevaluación  83

Capacidad de analizar información, evaluar alternativas y elegir la opción más adecuada con base en criterios objetivos.

ORIENTACIÓN AL LOGRO

 Autoevaluación  75

Capacidad de trabajar con intensidad y eficacia para alcanzar metas, buscando soluciones, técnicas y recursos que garanticen los resultados.



Competencias a potenciar

Las siguientes competencias son susceptibles de potenciar. Para cada una de ellas le sugerimos algunas acciones que te ayudarán en tu desarrollo como entrenador.

TRABAJO EN EQUIPO

 Autoevaluación  33

Capacidad de fomentar la colaboración, la confianza y el compromiso entre los miembros del equipo para alcanzar objetivos comunes.

Posibles líneas de actuación

- Cumple y fomenta los acuerdos del equipo Define los
- objetivos y la dinámica de reuniones Involucra a los
- deportistas en los compromisos Infunde ánimo y moral al
- grupo Promueve el diálogo constructivo entre el equipo
- Genera un clima de confianza y colaboración Comparte
- conocimientos con el cuerpo técnico y el equipo Basa la
- relación en la interdependencia y el apoyo mutuo Confía en
- el equipo y acoge sus puntos de vista
-

OPTIMISMO

 Autoevaluación  33

Capacidad de mantener una actitud positiva ante los retos, aprender de los errores y transmitir entusiasmo a los demás.

- Transmite entusiasmo en lo que haces
- Mantén la confianza en que las cosas saldrán adelante
- Mira lo positivo sin quedarte en malas experiencias
- Recupérate con ánimo de los reveses
- Pasa página sin hundirte ante las dificultades
- Aprende de los errores y valora los aciertos
- No te desanimes ante los obstáculos
- Saca lo mejor de cada situación
- Afronta retos con actitud constructiva



Perfil motivacional

Para valorar su talento como entrenador deportivo es necesario que, junto a las competencias, se evalúen las intenciones que le llevan a comportarse de un determinado modo u otro.

A continuación se muestra el resultado de su autoevaluación.



Entrenador Inspiracional

Se mueve por el sentido de la responsabilidad, tiene en cuenta a las personas y promueve valores en la organización.

22%

Entrenador Comprometido: 53

Entrenador Orientado a Resultados: 36

Entrenador Inspiracional: 25



32%



Entrenador Orientado a Resultados

Tiende al logro de resultados y a obtener status e influencia.

46%



Entrenador Comprometido

Le gustan los retos y los desafíos. Disfruta aprendiendo y generando cosas nuevas.



Guía de uso



Reflexiona

Los resultados presentados son un punto de partida para la reflexión personal. Siempre tendrás cosas a mejorar. El feedback es una ayuda inestimable para conocerte mejor y detectar los retos y oportunidades que tienes para tu desarrollo como entrenador. Reflexiona sobre tus principales fortalezas y tus áreas de mejora, sin tratar de justificarte ni buscar responsables.



Refuerza

Piensa en las competencias más valoradas. ¿Qué es lo que haces mejor? ¿Qué dimensión tienes más desarrollada? Intenta mantener o incrementar su valor.



Aumenta

Elige las competencias que necesitas mejorar en función de su importancia para tu desarrollo como entrenador. Te servirán de ayuda las acciones que te proponemos realizar a la hora de establecer nuevas pautas de conducta.



Concreta

Elige las competencias que quieres mejorar. Concreta las acciones que te ayudarán a conseguirlo. Crea un indicador que te ayude a visualizar como avanzas. Establece un seguimiento para revisar tu objetivo.

Competencia	Acciones	Indicador	Seguimiento
COACHING	<ul style="list-style-type: none"> • Interesarme por las necesidades e intereses de mis deportistas. • Destacar lo positivo y generar confianza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Número de conversaciones individuales realizadas al mes donde identifique necesidades y objetivos. • Porcentaje de retroalimentaciones que incluyen refuerzo positivo (≥70%). 	<ul style="list-style-type: none"> • Registro semanal de conversaciones y retroalimentación. • Autoevaluación mensual (1–5) de la confianza generada. • Encuesta trimestral a los deportistas.
TRABAJO EN EQUIPO	<ul style="list-style-type: none"> • Cumplo y fomento los acuerdos del equipo. • Genero un clima de confianza y colaboración. 	<ul style="list-style-type: none"> • Porcentaje de acuerdos cumplidos en cada periodo. • Número de acciones de colaboración registradas semanalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Revisión quincenal del cumplimiento de acuerdos. • Evaluación mensual del clima (1–5). • Diario de equipo con logros de colaboración.



Prueba

Ten cuenta las oportunidades que tienes o tendrás para poder realizar los cambios que te has propuesto. Concreta sólo lo que vayas a tener ocasión de poner en práctica, de otro modo será difícil que consigas adquirir un nuevo hábito.



Ajusta

Haz un seguimiento periódico y reinventate constantemente preguntándote qué podrías mejorar.



Actitud

En la base de nuestro comportamiento está la actitud, las intenciones que predominan y orientan nuestra actividad. Para conseguir un cambio sostenible y un impacto positivo en las personas piensa por qué haces lo que haces:

- Por tener más dinero, reputación e influencia;
- Para superar retos y aprender;
- Para resolver las necesidades de las personas.

Ser consciente de lo que nos mueve es el primer paso para diseñar y ajustar nuestro comportamiento en la mejor dirección. Los tres tipos de motivos son necesarios. ¿Cuál de ellos predomina? Si habitualmente “pesan” más los dos primeros, deberías tener más en cuenta a las personas. Queramos o no, nuestras decisiones impactan positiva o negativamente en los demás.



Coaching

Contrasta tus opiniones con un coach. La propia opinión no siempre es el mejor consejero. Un coach te puede acompañar a discernir y diseñar la mejor estrategia y a enfocar tu actitud hacia un cambio positivo y sostenible.



Glosario



Autoevaluación

Evaluación que hacemos de nuestro modo de comportarnos



Autoimagen

Percepción sobre nuestro modo de actuar



Competencias de liderazgo

Comportamientos observables y habituales que contribuyen al éxito de una persona en su actividad o tarea



Dimensiones

Conjunto de competencias que describen diferentes aspectos de la actividad o tarea



Motivos

Intenciones que nos mueven a comportarnos de una determinada manera



Un programa de



En colaboración con:

