

# EL ESPEJO DE COLOR

Dinámica prosocial para prevenir la  
violencia en el fútbol

AUTORA: MARÍA JOSÉ BENÍTEZ JIMÉNEZ

Índice:

¿Qué es?

¿Cómo funciona?

¿Qué pretende transmitir?

Pautas para el entrenamiento y el partido

Formación necesaria de participantes

Participación proactiva de los sujetos que participan

## ¿Qué es?

El espejo de color es una herramienta con la que se lleva a cabo una dinámica de actuación de cara a activar comportamientos prosociales en los entrenamientos y partidos de fútbol. Es una Dinámica Prosocial Tangible y Plural (DPTP). Se compone de elementos tangibles, con un total de 24 piezas de colores.

Su forma es rectangular y disponen de un color distinto en cada una de sus caras. Todas las piezas tienen una zona imantada en los laterales para que puedan unirse unas con otras. Además cada pieza tiene una arandela central que sirve de contrapeso para que no se vuele con el viento, teniendo en cuenta que su uso se realizará al aire libre. Es por este motivo también que el material es plástico para que sea impermeable, aprovechando este material poco pesado para poder ser transportado fácilmente cada pieza o todas las piezas de la dinámica (imágenes 1, 2 y 3).

Imagen 1: Pieza color 1



Imagen 2: Pieza (perfil)



Imagen 3: Pieza color 2



Cuando las 24 piezas se colocan forman un tapiz y se lee la frase: APRENDEMOS JUGANDO y si se le da la vuelta a ese tapiz la frase que aparece es: JUGAMOS SONRIENDO, como puede apreciarse en las imágenes 4 y 5.

Imagen 4: Aprendemos Jugando

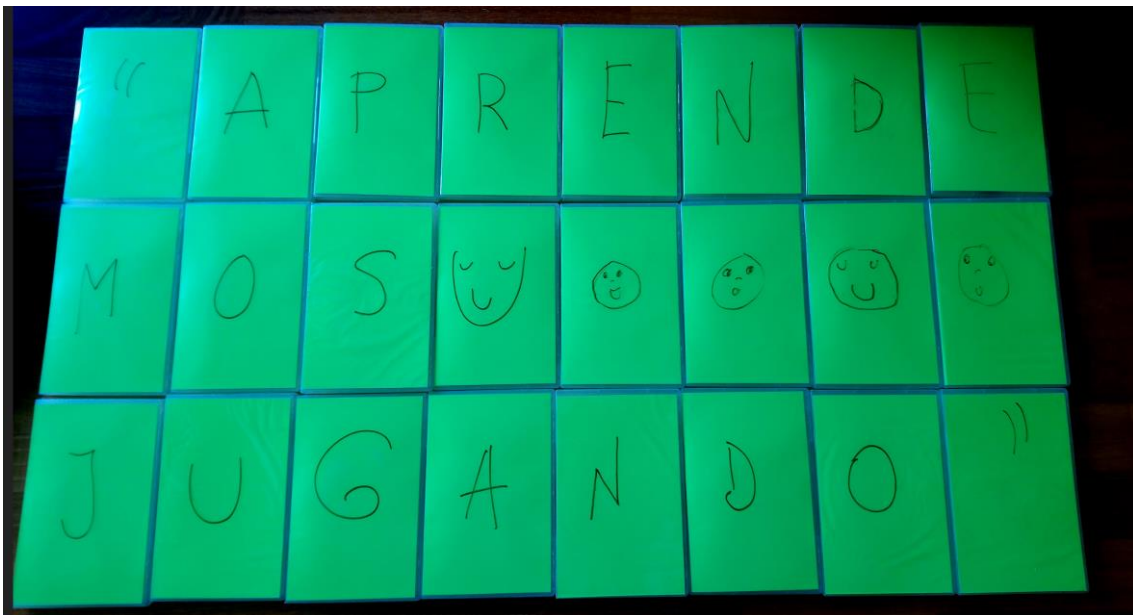
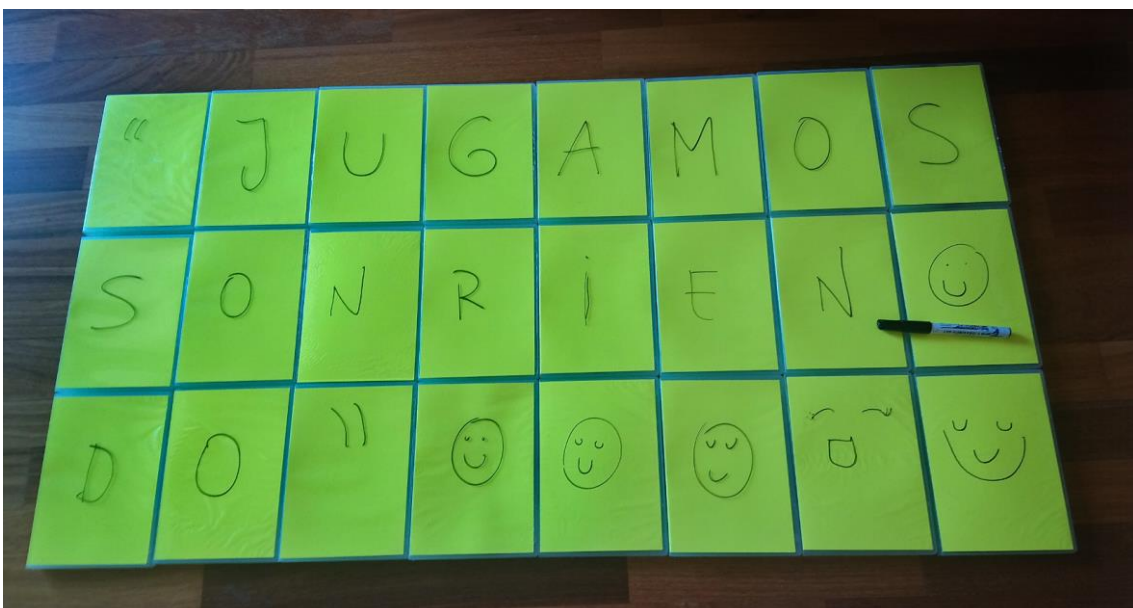


Imagen 5: Jugamos sonriendo



El objetivo principal de esta dinámica es trabajar la prevención de comportamientos antisociales y conductas delictivas tanto en el escenario del entrenamiento como en el del partido de fútbol. Se ha pensado como una dinámica tangible y plural aplicable a niños y niñas, si bien es igualmente válida para la aplicación en adultos con la pretensión de que los niños y niñas visualicen conductas prosociales en un juego tan cercano a ellos como es el fútbol. De este modo, el que los pequeños/as jugadores/as lo vieran realizar por adultos también podría ser una vía de prevención de comportamientos violentos en el juego.

Se busca a través de esta dinámica un cambio en la simbología del deporte, concretamente el fútbol, en la sociedad. El deporte se vincula a unos valores de compromiso, esfuerzo, solidaridad y diversión que quedan lejos de la competitividad, agresiones y tensión acompañada de frustración, a los que la realidad nos acerca, poniéndose de manifiesto que los valores simbólicos de lo que debería ser el deporte se están disolviendo y afincándose conductas poco beneficiosas para los sujetos y para la sociedad en su conjunto.

## ¿Cómo funciona?

Los jugadores/as se sitúan en círculo. El espejo de color dispone de una numeración en cada una de sus piezas y los jugadores/as las irán colocando en orden para poder ver la frase escrita una vez completada la secuencia de las 24 piezas, quedando en medio del círculo.

## ¿Qué pretende transmitir?

Se pretende transmitir el hecho de que todos son parte de una misma pieza matriz que es el grupo (espejo) y que cada pieza es un trozo de espejo

donde todo el grupo se ve reflejado. Cuando alguna pieza no está el reflejo de la realidad disfunciona. Todos los trozos de espejo son igual de importantes porque es imposible que la ausencia de alguna pieza pase desapercibida. Se visualiza, por un lado, la relevancia de cada miembro del grupo y, por otro, que cada miembro se fortalece al unirse con los otros. El espejo es la suma de todos y se rompe si alguien no es cuidado por el resto de pequeños espejos.

Con el juego se busca divertirnos juntos y aprender juntos. La primera lección es saber que si cuido a mi compañero me estoy cuidando indirectamente a mí. Si compartimos diversión y aprendizaje habremos sido capaces de utilizar el tiempo para reforzar nuestra autoestima y la de los demás. Generosidad y solidaridad son dos pilares para conseguir que el juego se desarrolle correctamente.

## Pautas para el entrenamiento y para el partido

**Entrenamiento:** Antes del entrenamiento el equipo completo y el entrenador se pondrán en círculo y cada miembro tendrá una pieza del espejo de color numerada (si no hubiera piezas suficientes se compartirían las que fuesen precisas entre dos miembros del equipo, turnándose a la hora de compartir)

Tanto los jugadores como el entrenador las irán colocando ordenadamente. Además uno de los jugadores representará a los espectadores, siendo designado éste por el entrenador (pudiendo solicitar voluntarios previamente).

Una vez colocado el tapiz se leerá en voz alta la frase: “Aprendemos jugando”. Más tarde se recogerá entre todos y cada uno pondrá la pieza en la bolsa de modo ordenado. Es fundamental el cuidado del material, pues si no se trata como un elemento necesario del juego dejará de tener sentido su utilización. El tiempo de realización será entre cinco y diez minutos.

Después del entrenamiento se repetirá la misma dinámica pero el tapiz en esta ocasión será el de la frase: “Jugamos sonriendo”

**Partido:** En caso de que sólo disponga del “espejo de color” uno de los equipos, los pasos a seguir serán los indicados en “Entrenamiento”, y se llevarán a cabo en el terreno de juego a ser posible, si bien se comunicará al otro equipo la realización de la dinámica.

En caso de que los dos equipos dispongan del “espejo de color”, antes del partido los dos equipos y el entrenador se pondrán en círculo en el campo de juego y cada miembro tendrá una pieza del espejo numerada (si no hubiera piezas suficientes se compartirían las que fuesen precisas entre dos miembros del equipo, turnándose a la hora de compartir).

El equipo local pondrá las piezas del tapiz: “Aprendemos jugando” y el equipo visitante pondrá las piezas del tapiz: “Jugamos sonriendo”.

Tanto los jugadores/as como el entrenador/a las irán colocando ordenadamente. Además uno de los jugadores representará a los espectadores, siendo designado éste por el entrenador (pudiendo solicitar voluntarios previamente).

Una vez colocados los dos tapices de modo consecutivo se leerá en voz alta por el árbitro ambas frases. Posteriormente se recogerán entre todos y cada uno pondrá su pieza en las bolsas de modo ordenado. Es fundamental el cuidado del material, pues si no se trata como un elemento



necesario del juego dejará de tener sentido su utilización. El tiempo de realización será entre cinco y diez minutos.

## Formación necesaria de participantes

Se realizará una formación explicativa de la herramienta del “espejo de color” que se impartirá por la autora de la dinámica y por colegas que participen en el estudio. Los sujetos a los que va dirigida la formación son los jugadores, entrenadores, árbitros y familiares (espectadores)

## Participación proactiva de los sujetos que participan

El éxito del resultado dependerá de una buena formación que consiga sensibilizar a todos los sujetos que participan en el juego del fútbol de un modo u otro y estimular comportamientos prosociales previniendo conductas violentas.

Será fundamental transmitir el convencimiento de que el juego implica el compromiso de respetar a los otros y que el deporte en equipo lleva aparejado mejorar el bienestar físico y psicológico del grupo.

Jugadores, entrenadores, árbitros y espectadores han de ser conscientes de que las conductas violentas provocan disfunciones difíciles de reajustar y que cada uno de ellos es capaz de aportar al juego elementos correctores y prosociales.



