

PSICOLOGÍA

¡Usted es su padre, no su entrenador!

Los niños practican deportes por diversión. Olvidar esta máxima y generar presión en los hijos es el mejor camino para conducirles a que lo abandonen

PATRICIA RAMÍREZ | 21 SEP 2014 - 00:00 CEST

Archivado en: [Psicología](#) [Bienestar](#) [Estilo vida](#) [Ciencia](#)

7



ILUSTRACION DE JOÃO FAZENDA

“Me siento triste cuando mi padre me regaña después del partido. Me dice que no he jugado con intensidad, que así no seré nunca un jugador de Primera División, que fallo en los pases porque me falta concentración. Y mi madre le apoya. Dice que juego como si no me importara ganar. También me echan en cara que se gasten dinero en mí y que me dedican muchas horas llevándome y recogíendome del fútbol. A mí me gusta jugar al fútbol, me gusta aprender cosas nuevas, dar un pase de gol, estar con amigos, ganar, pero tampoco me importa mucho perder, porque eso es lo que nos dice el míster. Pero últimamente ya no disfruto, vengo

a jugar los fines de semana nervioso, pensando que si no le gusto a mi padre, lo oiré gritar desde la banda, me dirá que me mueva, que espabile, y a veces me siento tan nervioso que no sé ni por dónde va el balón. Si vale la pena seguir viniendo cuando ya no disfruto. Pero si decido no jugar más, también les voy a decepcionar”.

Son muchos los padres y madres que acompañan a sus hijos a los partidos, competiciones y entrenamientos. Se sientan en la grada, observan, les dan directrices y se involucran en el deporte de sus hijos como si ellos fueran los que dirigen. Existen diferentes especímenes de padres y madres.

Los que asumen papeles positivos. Son aquellos en los que el interés del padre está en que su hijo disfrute de lo que hace.

El padre taxista. Acompaña a su hijo, le deja en el entrenamiento, le recoge. Suele ser un padre al que los deportes le gustan bastante poco, pero le interesa que su hijo sea feliz.

El padre positivo. Anima, refuerza, se preocupa por cómo han ido los partidos. Le transmite entusiasmo sin presión. Felicita al chaval por el mero hecho de jugar y entrenar.

El padre involucrado. Le gusta participar en las decisiones y propuestas del club. Se interesa por la formación de los chavales o porque el centro obtenga ingresos. Este tipo de padres son activos en

*Habla
cuando
estés
enfadado y*

la divulgación de valores en el club y participan con cualquier acción que pueda mejorarlo.

Existen otros papeles, los negativos. Son aquellos en los que el comportamiento del padre influye negativamente en su hijo, generándole presión, exigiendo resultados y poniendo unas expectativas por encima de lo que el entrenador o el club esperan del niño.

El padre pesado. Se pasa todo el día hablando de lo bien que juega, nada o corre su hijo y de que apunta maneras. No presiona directamente al niño, pero sin querer le traslada que su valor como chaval está en el juego.

El padre entrenador. Grita directrices desde la banda, corrige a su hijo cuando se monta en el coche, incluso contradiciendo las indicaciones del entrenador. Genera confusión en el niño, que por un lado tiene una idea de juego que el profesional trata de inculcarle, y por otro, la versión de su padre o madre. En deportes como la natación, este padre está en la grada paseando de punta a punta de la piscina, cronómetro en mano, midiendo tiempos y apuntando en una libreta. No es de recibo crear presión en el niño con distintos mensajes. ¿A quién cree que debería obedecer su hijo?

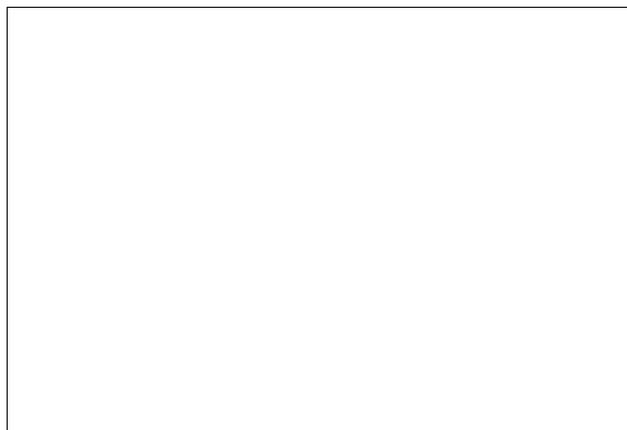
El padre que se cree Cholo Simeone. Trata de motivar, transmitir garra, le pide al hijo que se entregue, que se esfuerce, que se deje la piel en la cancha, que trabaje, que compita como si se le fuera la vida en ello. Pero olvida algo muy importante: ni su hijo es un jugador de Primera División que tenga que ganarse la vida jugando ni él es el entrenador del Atlético de Madrid. Solo consigue que su hijo pierda de vista los valores que le transmite el club, donde normalmente prevalece la generosidad por encima de la individualidad, disfrutar y aprender por encima de los resultados, y el juego limpio por encima de competir a cualquier precio.

El padre que resta en todos los sentidos. Da gritos desde la grada, desacredita al místico, le dice a su hijo que no entiende por qué él no juega cuando sus compañeros son peores que él, se comporta de forma grosera con el rival, insulta al árbitro y otras impertinencias más. Es el padre del que cualquier hijo se sentiría avergonzado.

Los motivos por los que los padres pierden los papeles son diversos. Muchos esperan que sus hijos les saquen de pobres convirtiéndose en Nadales o Cristianos. Otros desean que su hijo gane todo porque sus victorias son sus propios éxitos, es la manera de sentirse orgullosos del chaval y presumir de él delante de sus amigos y en el trabajo. Otros proyectan la vida que ellos no pudieron tener. Otros no tienen ningún autocontrol. No lo tienen en el partido de sus hijos, ni cuando conducen, ni cuando se dirigen a las personas. Y por últimos están los que cruzan los límites sencillamente porque no tiene consecuencias. Saben que está mal, pero su mala educación o ausencia de valores les hace comportarse como personas poco cívicas y desconsideradas.

El valor está en hacer deporte, porque es una conducta saludable, pero sobre todo en ser capaces de divertirse y relacionarse con los amigos. Lo demás no importa. Si no le presiona para que se supere con la consola de videojuegos, ¿por qué lo hace cuando va a los partidos? En el momento en el que la palabra jugar pierde valor –“jugar al baloncesto”, “jugar al fútbol”, “jugar al tenis”–, su hijo dejará de disfrutar y no querrá seguir yendo.

*harás el
mejor
discurso
que tengas
que
lamentar”
Ambrose Bierce*



Si es padre o madre, recuerde, por favor, que es un modelo de conducta para su hijo y para sus compañeros de equipo. A los hijos les gusta sentirse orgullosos de sus padres y, en cambio, lo pasan terriblemente mal cuando se les avergüenza. Ser modelo de conducta conlleva mucha responsabilidad, porque sus hijos copian lo que ven en usted. Y su forma de comportarse debe ser la ejemplar para que facilite el aprendizaje de una serie de valores que acompañan al deporte.

Si como padre o madre desea sumar, tenga en cuenta el siguiente decálogo:

- 1.** Recuerde el motivo por el que su hijo hace deporte. El principal es porque le gusta. Existen otros, como practicar una conducta sana, estar con amigos o socializarse. El objetivo no es ganar.
- 2.** Comparta los mismos valores que el club. Busque un centro deportivo afín a su filosofía de vida.
- 3.** No dé órdenes. Solo apóyelo, gane o pierda, juegue bien o cometa errores.
- 4.** No le obligue a entrenar más, ni a hacer ejercicios al margen de sus entrenamientos. Su hijo no es una estrella, es un niño. Aunque tenga talento, puede que no quiera elegir el deporte como profesión y solo lo practique por diversión.
- 5.** No presione, ni dé directrices, ni grite, ni increpe, ni maldiga; no haga gestos que demuestren a su hijo que se siente decepcionado por su juego.
- 6.** Respete a todas las figuras que participan en la comunidad deportiva: entrenador, árbitros, otros técnicos, jardineros...
- 7.** Controle sus emociones. No se puede verbalizar todo lo que pasa por la mente. Las personas educadas no muestran incontinencia verbal.
- 8.** Nunca hable mal de sus compañeros. Los otros niños forman parte del equipo. El objetivo grupal siempre está por encima del individual. Y hablar mal de sus colegas es hablar mal de la gente con la que comparte valores, emociones y un proyecto común.
- 9.** Modifique su manera de animar. No se trata de corregir al niño, sino de reforzarlo.
- 10.** No inculque expectativas falsas a su chaval, como decirle que es un campeón, que es el mejor y que si se esfuerza podrá llegar donde quiera.

La felicidad de los niños está por encima de todo. Siéntase siempre satisfecho con lo que haga, gane, pierda o cometa errores. Felicítele por participar más que por competir. Y recuerde que su hijo hace deporte para divertirse él, no para que lo haga usted.

*Disfruta
del viaje, y
deja de
preocuparte
por la
victoria y
la derrota”
Marr
Biondi*

© EDICIONES EL PAÍS S.L.