

¿Juego para mi o juego para vos? La relación padre-hijo deportista

Por Pablo Nigro ()*

Opinión para la Revista especializada en violencia en el fútbol “ Pasión sin Violencia”

Desde que comenzamos a trabajar con jóvenes deportistas nos encontramos siempre con algunos actores fundamentales en la vida de estos, que en los mejores de los casos su presencia facilita y promueve que el deporte sea un ámbito de crecimiento, diversión y sana competencia. O de lo contrario pueden ser un instrumento obstaculizador que sólo genera presión y termina lanzando por la borda las ilusiones deportivas del chico. Estos personajes tan importantes en la vida de los deportistas son **sus padres**.

¿Que debe hacer un padre o madre para ayudar en el crecimiento tanto deportivo como afectivo a un deportista que recién comienza a desarrollarse en su especialidad?

La contestación es aparentemente sencilla. Un padre debe ser eso, **padre**: antes, durante y al finalizar las competencias. Pero hay que tener en cuenta que en muchos casos se ponen en juego muchas frustraciones por parte de los mismos que se desplazan a su hijo y al deporte. Y es aquí cuando empezamos a vislumbrar un conflictivo entorno a la relación padre e hijo deportista.

Estos, los padres, deben mostrarse motivados y seguros e intentar transmitir estas sensaciones a su hijo, dando a las competencias la importancia que tienen, que a estas edades debería ser más bien poca. Deben hacer hincapié en el *comportamiento*, en la *educación* y en la *disciplina* que son los valores realmente importantes y los que deben transmitir e insistir a su hijo.

Dada mi experiencia en este campo, me gustaría mencionar algunas recomendaciones que posiblemente le serán útiles a aquellos padres que comienzan a ser partícipes de la vida deportiva de sus hijos.

- Ser siempre positivo:** Escuchar, apoyar y motivar a su hijo antes y después de las competencias.
- No juzgar ni evaluar:** la calidad del entrenamiento, de la técnica o de los resultados delante su hijo.
- Ser padre o madre:** debido a que su hijo ya tiene entrenador.
- Evitar los regalos por resultados:** ya que son totalmente contraproducentes. Que la salida familiar, luego de la competencia, se realice igual independientemente que el resultado haya sido positivo o negativo.
- Juzgar y controlar el comportamiento y disciplina de sus hijos:** éstos sí son asuntos que les conciernen en su papel de padres.

Si bien podemos encontrar algunos entrenadores que prefieren que los padres no presencien los entrenamientos, creo que cuanto mayor sea la asistencia por parte de los padres en la vida deportiva del hijo, mayor placer y contención tendrá el niño. Cabe aclarar que esto sería conveniente siempre y cuando, el padre tenga el auto-control suficiente para no entrometerse en el área del entrenador de su hijo.

Otro de los puntos que me parecen importantes en la relación deportista-padre es la **comunicación**. En muchos casos hay niños o jóvenes que prefieren no hablar inmediatamente después del entrenamiento o de la competición, y muchos padres no soportan esperar para mencionarles a sus hijos los defectos que vieron en su juego. Intente siempre de darle el tiempo que necesite el niño, si su hijo quiere hablar escúchelo, pero no le evalúe ni le juzgue.

Es conveniente que no le diga lo que ha hecho mal durante el entrenamiento o la competencia ni en lo que debería mejorar. Intente en el caso de que no pueda con su genio y necesite transmitirle algún error observado por usted. Y que siempre al comenzar la charla, esta empiece mencionando algún aspecto positivo de la performance del chico : de esta manera el joven no se sentirá criticado, por lo tanto no se bloqueará y podrá escuchar el consejo que usted le quiere brindar.

Ejercer el papel de padre -entrenador produce varios riesgos:

1. Que el chico tenga dos entrenadores y ningún padre: El deportista necesita alguien que lo escuche y lo apoye, independientemente de si le han salido bien o mal las competiciones. El niño con un padre-entrenador, sentirá (por mucho que el padre intente disimular) que su padre quiere más, que no está conforme con el resultado. Esta demanda continua provocará una insatisfacción en el joven que irá generando miedo a la competición.
2. Dilema entre los consejos del padre-entrenador y el entrenador: es aconsejable no dar consejos técnicos a su hijo tenga o no conocimiento sobre la técnica, ya que, existen muchas formas de aprender y un proceso de aprendizaje que dependerá de las capacidades y habilidades evolutivas de cada niño y esto lo sabe el entrenador. Es posible que esto produzca en el chico una confusión y un estrés, debiendo decidir en seguir los consejos del padre y dejar de confiar en el entrenador, algo que sería un aspecto negativo, o contrariamente seguir los del entrenador y dejar de confiar en el padre-entrenador.
3. Una sobre-presión produce un nivel de exigencia en el entrenamiento o en la competencia muy alto pero nivel técnico bajo. Los hijos de padre-entrenador suelen ser niños con un nivel de exigencia en el entrenamiento muy alto y con un esfuerzo máximo, sin embargo con un nivel técnico bajo. Esto es debido a la falta de concentración provocada en el niño al saber que está siendo observado, vigilado y evaluado constantemente por la persona a la que más quiere, y además por su entrenador. Esto genera un estrés que día tras día va creciendo y cuando el niño gana independencia respecto a los padres descubre que nunca ha jugado a su deporte porque disfrutara sino por hacer disfrutar a sus padres.

Miedo a la frustración de los pequeños deportistas:

Algunos padres tienen un continuo temor a que su hijo sufra una frustración y utilizan continuamente expresiones como: “da igual, no es importante”, etc., cuando para el niño sí lo es.

El padre ha de saber que si el niño practica y quiere participar en las competiciones, es debido a que es algo importante para él y debe saber animarlo. Muchos de estos niños pueden sufrir estrés deportivo por el hecho de querer demostrar que son buenos. En estos casos el niño no juega para su propio disfrute si no para demostrar algo a sus padres, por lo cual no aprenderá a disfrutar de los continuos retos, estímulos y frustraciones en algunos casos, que provoca el deporte de competición.

Los padres de un deportista deben ser igual en todos los sentidos los padres de un niño no deportista. La competición provoca sensaciones y sentimientos que son muy distintos en cada niño. Nunca intente transmitir lo que usted siente a su hijo. Solo tiene que saber escuchar lo que su hijo siente e intentar disminuir sus miedos o temores. Debe ser el joven deportista el que aprenda con los años, y acompañado en todo momento de sus padres, a controlar sus temores y superar sus frustraciones.

BIBLIOGRAFIA

Roffé, Fenili, Giscafré (2003) , “Mi hijo el campeón” , Lugar editorial, Buenos Aires, Argentina

Dosil j. (2001), “Psicología y deporte de iniciación”

Huizinga J (1972) Homo Ludens, Ed. Alianza Emece, Madrid, España

(*) Psicólogo del departamento de fútbol amateur del Club Atlético River Plate.