

Cómo ser un padre útil para un hijo deportista

FESBA. Un
compromiso integral

Psic. Akira Esqueda





Objetivo

Al finalizar la conferencia los asistentes entenderán algunos aspectos de la **psicología del deportista**, y según el psicólogo. Akira Esqueda, mediante algunos ejemplos basados en la vida cotidiana de un deportista y obtendrán algunas **recomendaciones**, para facilitar el proceso de **educación de los niños atletas** en México



Padre problemático y Padre útil

- Paul de Knop (2000) menciona que existen cinco tipos de padres según su interacción en la vida deportiva de sus hijos



Padre desinteresado

La característica principal de estos padres es la **ausencia de las actividades** del club deportivo. Sin embargo, no sólo el niño, sino también los otros miembros y los responsables del club valoran el interés de los padres, al menos cuando se manifiestan de forma positiva.



Padre excesivamente crítico

- Continuamente critica a sus hijos y los menosprecian. **Nunca parecen estar satisfechos con la participación de sus hijos** en el encuentro. Dan la impresión de que el encuentro es más suyo, que de sus hijos. La crítica constante puede producir estrés y confusión emocional, que pueden alterar el juego y al niño



Padre ruidoso

- Este tipo de padres tienen “pulmones de acero” y enormes cuerdas vocales. Con frecuencia se sientan cerca del terreno de juego, **protestando continuamente y gritando a todo el mundo**. Estos gritos, sin embargo, son un mal ejemplo para los jóvenes jugadores



Padre entrenador de tribuna



- Estos padres con frecuencia se cuelgan de las barandillas y **proporcionan a los jugadores** una continua avalancha de **instrucciones**. A menudo **contradicen al entrenador** y por lo tanto confunden a los jóvenes.

Padre hiperansioso

- Repetidamente amenaza con sacar a sus hijos del club. **Tiene miedo de los peligros asociados al deporte.** Este miedo puede transmitirse a sus hijos o puede hacerle avergonzarse de sus padres ante sus compañeros de equipo.



Padre útil

- La mayoría de los padres hacen una contribución positiva a las actividades de sus hijos. Fomentan la participación en el deporte, **dando el impulso necesario, despertando el entusiasmo, inspirando, ayudando, etc.**



Psicología del deportista infantil



- Amor Hacia el Padre y la Madre.
 - El amor de la madre es incondicional
 - El hijo ha de ganarse el favor del padre ajustando su conducta a las expectativas que éste tiene depositadas sobre él

DE FORMA INCONCIENTE



- Con esto, **el deportista infantil**, mas que satisfacer su necesidad de triunfo o de auto-realización, trata de **ganar el reconocimiento del padre**, haciendo lo posible por destacar, para no perder el amor del padre.

Varones

- El varón, va a buscar mostrar que es el mejor del grupo
 - En las primeras edades, va a tratar de competir para ser el mejor
 - En las edades adolescentes, va a buscar aparte de ser el mejor mostrarse atractivo a las mujeres



Abandono

- Si no logran llamar la atención del padre (niños)
- Va a buscar la independencia del padre, ya que el padre lo opaca en su masculinidad. (adolescencia)



Mujeres

- En su temprana edad es para ganarse el amor del padre y para pertenecer a un grupo



Abandono

- No ha podido ganarse el amor del padre (no es suficientemente buena)
- Si no tienen un grupo de amigas

Hiram Valdes (1998)



La Madre dentro del contexto deportivo

- La mamá es el ser más importante del atleta
 - La musa
 - Es a la que más va a buscar sorprender
 - A la que menos le va a dedicar sus triunfos

Psicología del padre del deportista

- mecanismo de defensa de **proyección**
 - el ser el mejor deportista en su tiempo, y no se lo reconocen.
 - las capacidades y atributos que a él le fueron negados o de los que está orgulloso



- Son eventos que han retrazado su **trascendencia** en la historia, y esta neurosis no lo deja ser feliz, lo busca inconcientemente en el hijo
- Estando bajo el influjo del narcisismo (amor por mi mismo) éste deseo se lo atribuye al niño para que sea la expresión de su propio deseo de **superioridad cuando era niño**



- Esto se da si la intensidad de la ilusión es igual a la productividad de la fantasía, esto quiere decir si el papá realmente se cree y ve tanto a él mismo como a su hijo como campeón olímpico o atleta profesional. **Y no como un deseo si no como una realidad.**



Condicionamiento

- hay que buscar que es lo que realmente motiva al hijo a realizar el sacrificio de hacer un deporte. Por ejemplo, el reconocimiento del padre, el poder convivir con la familia, el que sea el centro de atracción, ya que muchas veces es **más impactante** para el deportista un “**que bien jugaste**” a darle “**10 euros por ganar**”.



Deporte como herramienta educativa

- Los deportistas que inician su trayectoria desde niño **siguen** una serie de **reglas**, que la siguen al pie de la letra, por lo tanto, cuando llegan a clase, tienden a ser más obedientes que la mayoría, pero con más actividad y con la mente más ágil esto quiere decir que **reaccionan más rápido a los estímulos** (regañones, felicitaciones, instrucciones etc.)



- Si el maestro o el padre **no lo sabe encausar** el niño se convierte en una **persona distraída**, ya que por el mismo deporte y más el **badminton, aprende a anticiparse** a los actos que van a ocurrir, lo mismo pasa en la escuela y en la casa, por eso es que cuesta **más trabajo el poder controlarlos.**



- Los niños deportistas **buscan constantemente retos**, y solo buscan realizar los retos que para los padres y madres suelen ser **más importantes (más reconocidos)**
 - Dar importancia y buscar los retos **escolares al igual** que los deportivos



El error más común

- El error más común que los padres suelen cometer cuando el niño **baja en su rendimiento escolar**, es **prohibirle que vaya a entrenar**, y es a mi punto de vista es un error, porque **le quitan responsabilidades**, y con el ritmo de toma de decisiones tan rápidas que esta acostumbrado a tomar, esto **no aumentara su rendimiento escolar**, y si la **conducta socialmente no aceptada** (portarse mal



Recomendaciones



- Tomando en cuenta lo anterior, lo más importante para el desarrollo de un deportista es el amor y el hacer saber que pertenece a lo que está intentando pertenecer, ya sea un grupo deportivo, cultural, escolar, o simplemente a su familia.

DECALOGO DEL PADRE UTIL

- **1.-Acompaña** al su hijo a la mayoría de los **entrenamientos**.
- **2.-Deja** que el **entrenador se encargue de la educación deportiva del hijo**, si no le parece que el entrenador es la mejor persona, busca otro club otra actividad.
- **3.-Sugiere**, mas **no corrige** a su hijo si tienen un error, salvo que sea su entrenador (en este caso el rol es de entrenador no de padre)
- **4.-Apoya incondicionalmente** a su hijo gane o pierda, haciéndole ver sus aciertos cuando gana, y mostrándole en donde puede mejorar si pierde
- **5.-Nunca cuestiona los métodos de entrenamiento** ni la habilidad del entrenador delante del hijo.

- **6.-solo se involucra** en la practica del hijo (fuera del entrenamiento) **si el hijo se lo solicita.**
- **7.- Estar atento a las necesidades del hijo** y del equipo facilitando recursos que se puedan requerir, como por ejemplo, si el entrenador solicita ayuda, la presta; si necesitan agua el la proporciona, etc. **Siempre y cuando se le solicite, o exista una necesidad.**
- **8.- Alienta a su hijo en los partidos,** de forma **mesurada,** sin ser muy efusivo o nada efusivo, así como a los miembros del equipo.
- **9.- No exige resultados** a su hijo, pero si lo **alienta** a que **siempre de su máximo esfuerzo** en las tareas diarias que se le encomiendan
- **10.- amar a su hijo sobre todas las cosas.**

