

Francisco J. Ortín Montero

Los padres y el deporte de sus hijos

Editorial Pirámide, 2009. ISBN: 978-84-368-2334-9

Aurelio Olmedilla Zafra

Universidad Católica San Antonio de Murcia



CORRESPONDENCIA:

Facultad de Ciencias de la Salud, de la Actividad Física y del Deporte
 Universidad Católica San Antonio de Murcia
 Campus de los Jerónimos, s/n
 30107 Guadalupe (Murcia)
 aolmedilla@pdi.ucam.edu

Recepción: febrero 2010 • Aceptación: febrero 2010

A pesar de la importancia que tiene en el ámbito deportivo la relación entre los jóvenes deportistas y sus padres, la literatura especializada, al menos en España, no se ha prodigado en exceso a la hora de producir textos específicos que arrojen luz sobre el particular. Cuando esto se ha hecho, lo ha sido a través de capítulos concretos en manuales de psicología del deporte que, en la mayoría de los casos, al menos inicialmente, eran traducciones de manuales de origen norteamericano (Weinberg y Gould, 1996; Williams, 1991), de los que, evidentemente, hemos aprendido mucho los psicólogos del deporte, y hemos podido poner en práctica muchos de los consejos y procedimientos que aquellos nos enseñaban. Con el desarrollo de la propia psicología del deporte en nuestro país, se fue consolidando un grupo, cada vez más numeroso, de psicólogos que trabajaban con niños y niñas deportistas, tanto en escuelas y clubes, como en federaciones o a nivel individual. En general, la práctica profesional diaria impedía que estos psicólogos publicaran sus experiencias y métodos de manera integrada y coherente con las necesidades y expectativas de los profesionales dedicados al trabajo deportivo con jóvenes. Y cuando se



ha hecho, en muchas ocasiones se han volcado en una parte del triángulo deportivo básico (Cruz, 2001), atendiendo al trabajo específico con los entrenadores de los jóvenes deportistas (Buceta, 2004), o bien se han publicado en capítulos de manuales (Olmedilla, Garcés de los Fayos y Nieto, 2002; Garcés de los Fayos, Olmedilla y Jara, 2006). Quizá las referencias más sistematizadas en abordar el enfoque psicológico de la relación entre padres y deportistas jóvenes sean las obras de Gimeno (2000) y de Peris (2003), por lo que encontramos en 2010 con un libro completamente dedicado a ello, y con un estilo ideal para ser

leído por los propios padres, resulta reconfortante.

El libro del profesor Ortín *Los padres y el deporte de sus hijos* entra “a saco” en esta relación, y si bien está dirigida a los padres de los jóvenes, no es menos cierto que todo profesional que trabaje en este campo encontrará información y procedimientos muy buenos para mejorar su práctica profesional. Además de la sección dedicada a los pertinentes agradecimientos, el libro está prologado por el Director General de Deportes de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, don Antonio Peñalver, que suma a su labor de gestor la experiencia de un gran deportista olímpico junto a su formación académica y su sensibilidad, y la de su equipo, hacia el papel importantísimo de los padres en la práctica deportiva de sus hijos. Tras el prólogo, el propio autor hace una breve presentación indicando los objetivos del texto que, sin duda alguna, conseguirá. La obra está formada por 9 capítulos, precedidos cada uno de ellos de una reflexión realizada por deportistas y profesionales del deporte que invita a aventurarse en los conceptos, sencillos y claros, y las estrategias de actuación para lograr el objetivo de la relación paterno-filial en el deporte: que los niños y niñas practiquen deporte de

manera sana, divertida y formativa, y que sus padres participen de esta práctica de manera sana, divertida y formativa.

El capítulo 1, "El beneficio de una buena práctica deportiva", de manera muy clara se centra en exponer los beneficios, tanto físicos como psicológicos, de una buena práctica deportiva, recogiendo los aspectos fundamentales que la investigación empírica nos proporciona: autoconfianza, toma de decisiones, responsabilidad, sociabilidad, autoconcepto y espíritu de esfuerzo. El capítulo 2, "¿Hasta donde me implico en el deporte de mi hijo?", aborda el tema crucial de la implicación de los padres en la práctica deportiva de su hijo, y en los límites de la misma, proponiendo algunas pautas de actuación y reflexión para mejorar esta relación. El capítulo 3, "La delgada línea entre motivación y presión", contiene una exposición muy acertada de uno de los puntos clave de la relación padres-hijo, ¿hasta qué punto los padres hacemos cosas para potenciar el disfrute de nuestros hijos, o bien excedemos el umbral a partir del cual el hijo empieza a perder el disfrute?; utilizando ejemplos de la propia experiencia, el autor nos sugiere algunas pautas muy interesantes. En el capítulo 4, "Los motivos de participación y abandono del deporte", utilizando la experiencia de otros profesionales, se expone la gran variedad de motivos que

tienen los niños y niñas para hacer deporte, y los aspectos que pueden competir con estos motivos, y propiciar el abandono, así como pautas para prevenir el abandono. El capítulo 5, "A qué atribuyen los jóvenes las situaciones exitosas y de supuesto fracaso", se centra en uno de los aspectos básicos de la práctica deportiva, en cómo interpreta el joven lo que hace, y a qué cosas atribuye sus éxitos y fracasos; con ejemplos muy sencillos se proponen actuaciones específicas para ayudar al joven a realizar una interpretación correcta de las diferentes situaciones deportivas. El capítulo 6, "Algunas claves para el manejo de la conducta", partiendo del análisis funcional de la conducta se adentra en los conceptos básicos de la modificación de conducta y expone ejemplos y maneras muy operativas de incidir positivamente en la práctica deportiva del joven. El capítulo 7, "La importancia psicológica de vivir con unos objetivos adecuados", muestra algunas recomendaciones generales para establecer objetivos, tanto para los jóvenes como para los padres, y que éstos guíen la conducta de manera eficaz, y expone algunos ejemplos de cómo complementar los objetivos del joven deportista con las expectativas de los padres. En el capítulo 8, "Planificando y evaluando nuestras acciones", el autor propone una serie de escenarios de interacción donde, conectando con un

buen establecimiento de los objetivos, los padres pueden llevar a cabo acciones de planificación eficaces: evaluación, elección, planificación y seguimiento. El capítulo 9, y último, "La comunicación como herramienta para el cambio", se centra en los procesos de comunicación, incidiendo en los aspectos más importantes como la escucha activa y la asertividad.

En definitiva, estamos ante una obra muy práctica y sugerente que aborda de manera muy clara algunos de los aspectos más relevantes de la relación entre los jóvenes deportistas y sus padres. Obra muy recomendable.

Bibliografía

- Buceta, J.M. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.
- Cruz, J. (2001). *Psicología del Deporte*. Madrid: Síntesis.
- Garcés de los Fayos, E.J., Olmedilla, A. y Jara, P. (2006). *Psicología y deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Gimeno, F. (2000). *Entrenando a padres y madres... Claves para una gestión eficaz de la relación con los padres y madres de jóvenes deportistas*. Madrid: ESM Librería Deportiva.
- Olmedilla, A., Garcés de los Fayos, E.J. y Nieto, G. (2002). *Manual de Psicología del Deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Peris, D. (2003). *Los padres son importantes... para que sus hijos hagan deporte*. Castellón: Fundación Club Deportivo Castellón.
- Weinberg, R.S. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio*. Barcelona: Ariel.
- Williams, J.M. (1991). *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.