



REFLEXIONES DESDE EL AFECTO MOTIVO: El desarrollo personal.

Antonio Jesús Casimiro Andújar

Licenciado y Doctor en Educación Física Profesor titular Universidad de Almería

“¿DE VERDAD ESTAMOS TODOS EDUCANDO CON RESPONSABILIDAD A TRAVÉS DEL DEPORTE?”

(Extracto de su artículo “Reflexiones para padres y entrenadores de niños tenistas”)

Los comienzos en **educación multideportiva** deben ser en el seno de la propia familia, ya que la primera escuela es la casa y los **padres** tienen que estar implicados en el afianzamiento de dichos hábitos saludables, para lo que necesitan una formación específica que evite contradicciones en la mente del escolar entre lo que se le dice en el colegio o club y la posible formación antagónica que pueda recibir en casa.

Una vez que los padres “apuntan” a su hijo en una escuela deportiva, si las clases son adecuadas y resultan atractivas para los intereses del niño, supondrá una gran ventaja para conseguir jóvenes emancipados, debido a su mayor motivación intrínseca, favoreciendo que dicha actividad se pueda constituir en un hábito para el futuro.

Carta de un padre sensato a su hijo tenista

(Algunas de las reflexiones de este apartado están inspiradas en el libro de Irene Villa: “Saber que se puede”)

“Querido hijo”: cuando mamá y yo fuimos padres éramos conscientes de nuestra tremenda responsabilidad para educarte.

Teníamos claro que queríamos facilitarte experiencias positivas deportivas tempranas, ya que favorece tu desarrollo integral como persona y produce innumerables beneficios psicológicos y sociales. Queremos que practiques deporte porque es una extraordinaria fuente de educación en valores (cooperación, respeto, solidaridad, esfuerzo, sacrificio, superación, coraje, etc), pero no te vamos a someter a presiones competitivas ni a expectativas que más tarde se puedan convertir en frustraciones. Tienes que divertirte jugando y entrenando.

Para nosotros lo más importante es que seas una buena persona, que estudies y compagines los entrenamientos con tus tareas, amigos y otros hobbies. Nos encanta cuando te vemos disfrutar con el tenis, pero lo que más valoramos es tu constancia y el respeto a los compañeros, adversarios y árbitros. Ponte metas alcanzables, hijo. Con voluntad y coraje todo puede conseguirse, luchando por lo que se quiere, pero todo requiere un tiempo de práctica y dedicación. Jamás te vamos a regañar por perder un partido, si has puesto pasión y esfuerzo en el mismo.

No queremos ser muy permisivos contigo ni sobreprotegerte, ya que si te acostumbras a que solventemos todos tus problemas no sabrás vencer los obstáculos de la vida por ti mismo y sucumbirás ante la adversidad.

Queremos que aprendas el valor de las cosas y que seas consciente que tenemos que esforzarnos y trabajar mucho para poder apuntarte al pádel (tenis) o comprar tu pala (raqueta). No te lamentes por lo que no tienes y disfruta lo que tienes, sin vivir pensando en el qué dirán.

Hace poco he leído un precioso libro -El monje que vendió su Ferrari- de Robin S. Sharma donde indica: ¿qué sentido tiene tener la casa más grande de la ciudad si no tienes tiempo de crear un hogar? Por ello, queremos pasar tiempo contigo, jugar y leer juntos. Afortunadamente hemos podido cambiar la brújula por el reloj, para tener claro nuestro rumbo como familia.

Es muy importante que confíes y tengas seguridad en ti mismo (no te infravalores). Demuestra una actitud positiva y optimista ante la vida, eliminando los pensamientos negativos, pero tienes que ser responsable de tus actos. No seas neurótico y te enfades por cualquier cosa (no está bien que tires la raqueta al suelo ante un fallo). Aprende a contenerte en la adversidad. Lo verdaderamente importante está en uno mismo. Para ello debes trabajar la mente para el control de las emociones.”



La “grada” debe aplaudir el esfuerzo de tod@s por igual

Carta de un hijo sensato a su padre:” Gracias, pero...”

(Algunas de las ideas expuestas en este apartado tienen como referencia un documento de la Federación Andaluza de Fútbol que se utiliza como material didáctico en los cursos de entrenadores)

“La mayoría de mis amigos del cole se pasan casi todas las tardes en sus casas jugando con video juegos, chateando con el ordenador o viendo la tele. Hacen muy poco deporte y algunos tienen unos “kilitos” de más y se cansan mucho en las clases de Educación Física o cuando jugamos en el recreo. Yo no quisiera ser como ellos.

Te escribo para darte las gracias por permitirme jugar al pádel (tenis), que me apasiona, pero me gustaría decirte algunas cosas que me “sorprenden”:

Papi, no sé cómo decírtelo. Seguramente crees que lo haces por mi bien, pero no puedo evitar sentirme molesto algunas veces. Me regalaste una pala (raqueta) cuando apenas empezaba a andar. Aún no iba a la escuela de Primaria cuando me apuntaste a clases de pádel.

Me gusta entrenar, bromear con los compañeros y jugar los fines de semana. Pero cuando vas a los partidos... no sé. Ya no es como antes. Me agobias para que gane “como sea” y me metes mucha presión. Esto no me gusta, porque me pongo muy nervioso. Ahora no me das una palmada cuando termina el partido ni me invitas a un bocata.

Vas a la pista pensando que todos son enemigos, pero yo quiero ser amigo de mis rivales, sean de mi club o de otro. Por eso no me gusta cuando criticas a alguno de ellos. Me gusta que me animes pero no que intimides o menosprecies a los adversarios.

Te agradezco que no critiques públicamente ni insultes al árbitro o a otros padres. Realmente lo paso fatal y me da mucha vergüenza si lo haces. Ese entrenador del que dices que es un inepto es mi amigo, el que me enseñó a divertirme jugando.

El chaval que jugó conmigo el otro día, ¿te acuerdas? Sí, hombre, aquel a quien estuviste toda la tarde criticando porque “no sirve ni para llevarme la bolsa”: como tú dices. Ese chico está en mi colegio. Cuando lo vi el lunes, me dio mucha vergüenza.

No quiero decepcionarte, pero a veces pienso que no tengo suficiente calidad para llegar a ser profesional y ganar cientos de millones, como tú quieres. Me encantaría llegar a ser un jugador del PPT (ATP) y me voy a esforzar por llegar a ello, pero soy consciente de mis limitaciones y la dificultad para llegar a la élite. Te pido ayuda para ello, pero sin abandonar mis estudios.

¿Por qué has cambiado, papá? Creo que sufres y no lo entiendo. Me repites que soy el mejor, que los demás no valen nada a mi lado, que sólo vale ganar. Muchas veces me agobias. Hasta he llegado a pensar en dejarlo; pero me gusta tanto.....Me encantaría poder jugar a este deporte toda la vida, para pasarlo bien en mi tiempo libre con mis amigos, pero en el momento que ya no me divierta jugando estoy seguro que lo dejaré. Por último, papi, te quiero mostrar una viñeta que recoge lo que a veces me ocurre al llegar a casa después de un partido .

Papá, por favor, no me obligues a decirte que no quiero que vengas a verme jugar.

