Unidad 1
Familias y deporte I
Ana Merayo
Psicóloga deportiva FCB

Introducción

El objetivo de estas páginas es reflexionar sobre un tema de especial relevancia en el deporte: el papel de las familias y la relación con la entidad deportiva.

Sabemos el papel relevante que la familia tiene sobre un hijo durante toda la vida, y de la importancia que tiene en las primeras etapas en cuanto a las funciones de protección, aprendizaje, trasmisión de creencias y cultura. Por esta razón, los padres han de ser **aliados y facilitadores** del deporte y de los profesionales que trabajan con y para su hijo.

Conocer las diferentes tipologías existentes de familias en el deporte, entender qué es el triángulo deportivo y favorecer una comunicación óptima entre todos los protagonistas, facilitará el desarrollo del jugador.

Explicaremos la importancia de tener unas líneas coherentes y de respeto de trabajo. Veremos estrategias para que los entrenadores y padres se comuniquen y acompañen a su hijo-jugador, cada uno desde su ámbito.

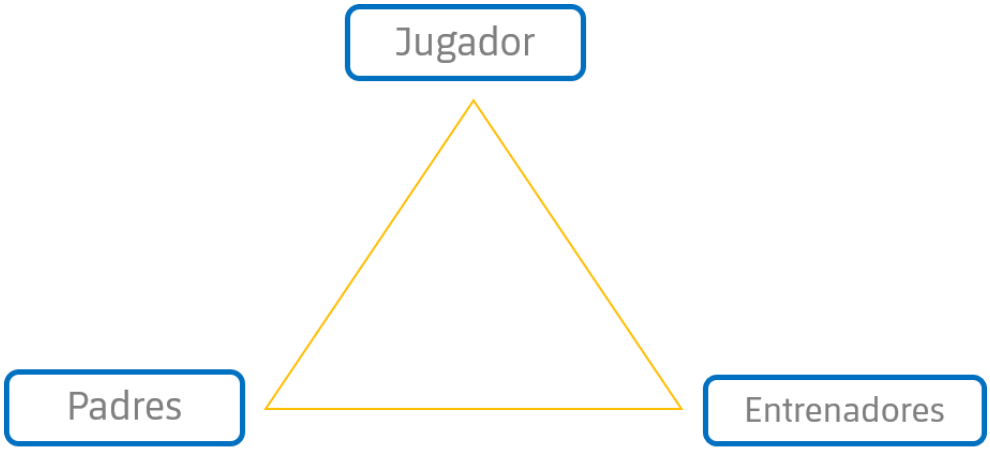
Triángulo deportivo

A lo largo de este curso, hablamos de una formación integral a través del deporte, y esta no puede darse de una forma holística y sistémica, si no hablamos de la inclusión de las familias dentro del contexto deportivo.

Ya hemos comentado que la familia es el principal contexto de sociabilización (Rodríguez y García, 2010) y determina el estilo educativo hacia su hijo, el cual favorece el desarrollo de estos en diferentes dimensiones: afecto, comunicación, control y exigencias.

Según Ortín (2009), la formación de los jóvenes deportistas depende de los protagonistas del triángulo deportivo. Es decir, jugador, padres y entrenador (figura 1).

Figura 1: Triángulo deportivo (Smoll, 1991)



https://www.efdeportes.com/efd153/asesoramiento-en-los-escalafones-inferiores-futbol.htm

En muchas entidades deportivas no se ha tenido en cuenta la inclusión de los padres de los deportistas, e incluso han intentado tenerlos lo más lejos posible del entorno deportivo ya que hay una creencia sobre que los "padres son problemáticos". Club/entrenadores y familias han de encontrar la manera de colaborar, respetar y entender la parcela de cada uno, para favorecer el desarrollo y máximo desempeño del hijo-jugador, sin generar dificultades ni ambivalencias. Ambos, padres y técnicos, son modelos a seguir y figuras muy importantes para los jóvenes jugadores.

Por un lado, sabemos que es necesario que los padres se impliquen en el deporte de sus hijos, que ayuden y faciliten (en la medida de lo posible) la práctica deportiva. Por otro lado, la implicación excesiva, la falta de criterio objetivo o la atribución de tareas que le corresponde a los entrenadores, puede complicar la relación entrenador-familia y/o jugador-entrenador por la influencia del mensaje de la familia. No decimos que sea una tarea fácil, pero sí es necesario llegar a un entendimiento para no generar confusión al niño ni que se siente en medio de "una guerra" entre sus dos referentes.

Este tema ha sido muy estudiado a lo largo de la literatura. A continuación, proponemos algunas de las características **ideales** que los padres han de promover en el ámbito deportivo (Gordillo, 2000; Gimeno, 2003; Smoll y Smith, 1999):

Controlar sus propias emociones y favorecer las emociones positivas en sus hijos.
Aceptar el papel del entrenador sin interferir o contradecir las instrucciones o planteamientos que se den.
Respetar a todos los protagonistas del ámbito deportivo: compañeros de sus hijos, árbitros, otros padres... sin emitir comentarios despectivos.
Apoyar y acompañar a su hijo y el equipo, en los éxitos y en las derrotas.
Trabajar con su hijo/a la responsabilidad y autonomía: permitir que el jugador pueda tomar sus propias decisiones en los temas que le pertoquen por edad, que haga su mochila, que recuerde sus compromisos y cumpla con ellos sin necesidad que la familia esté "controlando" todos los movimientos.
Ser ejemplo de comportamiento dentro y fuera del campo.
Reforzar el esfuerzo y la constancia. Valorar el progreso y aprendizaje.
Aceptar los triunfos y las frustraciones.
Entender la competición como una oportunidad de aprendizaje y de superación.
Deporte como trasmisor de valores: disciplina, ambición, colaboración.

Se considera imprescindible que tanto padres como entrenadores compartan el mismo objetivo, ya que el desacuerdo genera dudas y contradicciones al hijo-jugador. Proponemos el ejemplo de un padre que insiste a su hijo en que cuando le pasen la pelota intente ver portería y chutar. Por el contrario, la instrucción que tiene de su entrenador es que en cuanto recepcione busque al 9 de su equipo para que él finalice la jugada. Haga lo que haga este jugador se sentirá en una encrucijada, ya que desobedecerá las instrucciones de uno o de otro; puede no hacer caso a su padre y que, como consecuencia, este le diga cosas en el trayecto de vuelta a casa, en la comida, en las explicaciones que les dan a sus hermanos, etc. O puede no hacer caso al míster, que es quien decidirá si será titular o no en la siguiente jornada, quien, además, dio instrucciones de la táctica a todo el equipo, por lo que no solo no ha hecho lo que le decía el entrenador, sino que rompe con la jugada entrenada con sus compañeros.

Esta es una situación bastante común en el contexto deportivo, que hacen transmitir dudas a la persona e incluso falta de credibilidad hacia sus referentes, ya que el deportista no tiene una idea clara sobre qué hacer ni por qué realizar los esfuerzos (Ortín, 2009). Evitar estas situaciones a los hijos-jugadores es responsabilidad de los padres y los entrenadores, por lo que cuando estas ocurran, y la parte deportiva sea

conocedora (porque ven claramente las acciones de los padres o porque el jugador lo haya compartido), se ha de convocar una reunión para solicitar a la familia colaboración, confianza y respeto al trabajo que se realiza en el Club, ya que no hay ningún beneficio en generar malestar en el jugador. De igual manera, si la familia considera que hay algún tema que no comparten con la parte deportiva, pueden solicitar una reunión para compartir puntos de vista e intercambiar opiniones, pero siempre evitar entrar en disputas o conductas agresivas, con mayor razón si el hijo estuviera presente.

Figura 2: Disputas y discusiones durante un encuentro deportivo

Fuente: [Imagen sin título sobre violencia en el fútbol base]. (s.f.). Recuperado de https://magnet.xataka.com/en-diez-minutos/el-video-de-la-batalla-campal-que-ilustra-la-amarga-realidad-soterrada-del-futbol-base

Conductas como estas son las que hay que evitar ver en campos y pistas.

Figura 3: Conductas agresivas que se dan durante una competición

Fuente: [Imagen sin título sobre agresión en el fútbol base]. (s.f.). Recuperado de https://psicologiadeporte.wordpress.com/2012/11/27/agresion-un-complejo-problema-del-deporte-actual/

Figura 4: Familiares durante un encuentro deportivo

Padres de jugadores animan e increpan durante un partido de infantiles en Sevilla. **JUAN CARLOS TORO**

Fuente: [Imagen sin título sobre violencia en el fútbol]. (s.f.). Recuperado de https://elpais.com/deportes/2015/03/16/actualidad/1426511182_838817.html

La comunicación es un principio básico para que pueda existir colaboración entre familias y club. Proponemos las **reuniones** como técnica para incluir a las familias y trabajar con ellas en el contexto deportivo. Igual que existen entrenamientos y competiciones que tienen que ver con el jugador y el equipo, las reuniones son la herramienta para conocer y trabajar con la familia a favor del desarrollo del hijo-jugador.

La familia

El concepto de familia ha sido ampliamente estudiado desde diferentes ciencias: antropología, psicología, sociología, etc. A lo largo de la historia, el concepto y la composición de las familias ha cambiado, no es algo universal y varía según la cultura y el tiempo: nuclear, monoparental, extensa, homoparental, etc. No nos detendremos a ver las distintas concepciones que existen, pero sí queremos resaltar el grado de complejidad que existe en querer entender a las familias, ya que cada una tiene sus peculiaridades concretas. A continuación, nos centraremos en las funciones más comunes que las familias han de cumplir:

a. Función de protección y supervivencia: la familia proporciona alimento, cuidado de la salud, vivienda, etc.
b. Función creadora de identidad: la familia es el espacio donde, desde la primera infancia y la niñez, se generan nuestras relaciones personales, para con nosotros mismos y parar con los demás. Estas determinarán en gran medida el modo en que nos desarrollaremos como adultos.
c. Función educadora: la familia es, en todas las sociedades, la primera escuela del ser humano. Enseña a hablar, caminar, comportarse, entre muchos otros aprendizajes.
d. Función socializadora: la familia es el lugar donde los hijos aprenden sobre la cultura en la que viven, sus costumbres,

valores, normas y códigos (Savater, 1997). Gracias a la familia, el niño puede entender la sociedad en la que vive y adaptarse a ella.

Podemos afirmar que los padres juegan un papel muy importante en la vida de los niños. Lo mismo ocurre cuando hablamos del deporte y el desarrollo de las características personales del niño deportista (Cruz, Boixadós, Torregrosa y Mimbreno, 1996).

Teniendo en cuenta las características y la complejidad del entorno deportivo, la figura y labor de la familia en este campo es imprescindible para un correcto desarrollo personal y deportivo de los jugadores (Ortín, 2009).

Por todo ello, las pautas de comportamiento de los progenitores determinan el desarrollo del niño, también en lo referente al ámbito deportivo:

- **La generación del hábito de practicar deporte**, e incluso los gustos en cuanto a las preferencias de la actividad física a escoger, pueden venir determinados por los padres, ya que son un modelo de referencia para el hijo (Gimeno, 2003). Hay una alta correlación entre los padres que practican deportes y las probabilidades de que sus hijos también lo hagan.
- **Las habilidades sociales y de comunicación**: la forma en la que los padres se relacionen con sus hijos y con las personas de los diferentes entornos, serán la referencia que el deportista tenga para relacionarse con sus compañeros y otros adultos (por ejemplo, entrenadores, árbitros, médicos, etc.). Nos referimos a momentos en los que los deportistas expresan sentimientos, resuelven problemas, reconocen los atributos de los colegas, etc. Si los padres en las gradas increpan al árbitro, existen más probabilidades que esa conducta se repita por parte de su hijo; mientras que un jugador que ha tenido una educación con una comunicación asertiva en casa, tendrá más capacidad de reproducir este estilo de comunicación con cualquier entrenador.
- **Expectativas de los padres sobre sus hijos**: tener expectativas muy elevadas sobre el desempeño de los hijos, igual que tenerlas muy bajas, pueden generar estrés y/o desmotivación, si no se ajustan a las capacidades reales de las que dispone el jugador. Aquellos padres que constantemente le dicen a su hijo que ha de llegar a lo más alto, que no puede permitirse bajar el ritmo, que es superior a sus compañeros, etc., pueden afectar su motivación, sobre todo si el deportista es consciente de que sus cualidades son buenas, pero no las mejores de su equipo. Además, puede desarrollar sentimientos de frustración por no conseguir lo que sus padres esperan y sentir que es una decepción para la familia.
- **Atribuciones de éxitos y fracasos:** nos referimos con atribución a la causa por el que los padres otorgan los éxitos y fracasos de sus

hijos. Esta atribución marca el foco de control de las personas y su estado anímico para hacer frente a otras situaciones familiares (Ortín, 2009). Si el éxito siempre se atribuye a la buena actuación y al gran talento que tiene su hijo y, ante una situación de fracaso, el responsable es el compañero que no ha realizado un buen pase, el árbitro que no ha tenido una buena actuación o que no se ha tenido suerte, entonces, en estas situaciones se puede generar un sentimiento de frustración ya que el jugador no parece tener control sobre la situación. Ayudar a los hijos a ser realistas y reflexionar, tanto de los errores como de las acciones exitosas, favorecerá el sentido crítico del deportista.

- **Motivación vs presión:** los padres han de favorecer el disfrute y la motivación hacia la mejora del rendimiento y no hacia el resultado o la evitación de castigos (Ortín, 2009). Reforzar y acompañar emocionalmente a su hijo ante una situación en la que se ha tenido un mal resultado y/o un mal rendimiento, lo dotará de seguridad y autoestima. Felicitar solo en los casos que hay éxito y no valorar el esfuerzo, e incluso castigar para que "aprenda a estar más atento", desfavorece la confianza del jugador.
- **Actitudes:** las actitudes son un conjunto de creencias y sentimientos que favorecen una determinada forma de actuar en los sujetos (Dosil, 2003). Tanto las actitudes como las creencias que la familia manifiestan respecto al deporte, al trato con las personas que forman parte del entorno deportivo, la instalación, etc., pueden contribuir a la iniciación y mantenimiento de la práctica de actividad física y deportiva, y a tener comportamientos cívicos hacia personas e instalaciones. Si un hijo siente que sus padres consideran que el practicar deporte es una pérdida de tiempo, no se sentirá apoyado en la actividad que desempeña.

Figura 5: Discusión entre un entrenador y él arbitro

Fuente: [Imagen sin título sobre violencia y actitudes en el fútbol]. (s.f.). Recuperado de https://www.nnc.mx/articulo/curiosidades/video:-el-gesto-de-un-nino-espanol-que-ha-emocionado-al-futbol-mundial/1368591683

- **Responsabilidad:** la actividad deportiva ofrece situaciones en las que se requiere que los jugadores se comprometan con sus responsabilidades y sean autónomos desde una edad muy temprana. Toman decisiones en la pista, se organizan y se hacen cargo del material, etc. Según el grado de autonomía que las familias les hayan otorgado en el ámbito familiar, los hijos serán capaces de adaptarse con más o menos rapidez a las demandas de autonomía del deporte (hacer la maleta, preparar la mochila, recordar el material que han de llevar, etc.).

Tipos de padres

Existen muchas y muy variadas descripciones de tipologías de padres en el deporte. A continuación, mostramos la de Romero (2002;2004), que hace una distinción con un ventanal amplio de categorías:

– Padres que han sido deportistas de élite

– Padres que no llegaron a los objetivos de élite.

– Padres desinteresados.

– Padres interesados en la formación deportiva

– Padres "entrenadores".

– Padres fanáticos. http://www.fbcv.es/blog/2017/03/consideraciones-pedagogicas-para-padres-y-madres-de-jovenes-deportistas

En nuestro caso, haremos una síntesis y nos quedaremos con 4 tipos de familias.

Tabla 1: Tipos de familia

Desinteresados No les interesan las actividades deportivas de su hijo. Suelen mostrar poco interés por otros ámbitos de la vida del hijo. No interfieren en la ejecución deportiva. En ocasiones utilizan el deporte como "servicio de guardería" para sus hijos.	**Entrenadores** Dan instrucciones desde la grada. Normalmente suelen contradecir las instrucciones de los entrenadores. Critican a árbitros y compañeros. Entorpecen el juego. No suelen estar contentos con la actuación de sus hijos, muy críticos. En los casos más extremos, castigan a sus hijos ante un mal desempeño deportivo.
Sobreprotectores Acompañan a sus hijos a todas las actividades, pero ante una dificultad compadecen a su hijo o incluso le animan a no continuar para evitar que sufra. Les hacen la mochila y les preparan los materiales sin darles autonomía. Justifican todas las acciones de sus hijos desde la mala suerte, y sin invitar a la autocrítica para mejorar.	**Equilibrados** No interfieren con el entrenador, ni el desempeño de la actividad. Confían en el entrenador y sus instrucciones. Permanecen en la grada, animan y apoyan al equipo. Muestran interés por la práctica deportiva de su hijo.

Fuente: Elaboración propia.

Presentamos esta clasificación porque una estrategia que nos puede facilitar nuestras funciones de entrenadores es conocer qué tipo de padres tenemos en nuestro equipo, para formar las conductas adecuadas y trabajar conjuntamente las que puedan ser contraproducentes para el desarrollo del hijo-jugador. "Compartir y aceptar unos objetivos comunes y que se lleven a cabo esfuerzos para alcanzarlos" (Gimeno, 2006. p. 5) es imprescindible en el deporte, por lo que hay que tener en cuenta a las familias para conseguirlo.

Tabla 2: Tipo de padres y estrategias

Tipo de padres	Estrategias
1. Indiferentes	- Tratar de conocer el motivo del desinterés para facilitar que se involucre en la actividad de su hijo. - Exponer la importancia de que muestre interés por la actividad de su hijo. A todos nos gusta sentirnos queridos y atendidos.
2. Padres entrenadores	- Hablar en privado con el padre o madre y explicar los efectos negativos sobre la contradicción de los mensajes emitidos entre el club y la familia. Preguntar al niño sobre cómo se siente cuando vive estas situaciones para evitarlas en un futuro.
3. Sobreprotectores	3. Buscar acciones conjuntas en las que los padres den autonomía a su hijo y reforzar su autoestima.
4. Deportistas de élite	4. Importancia de depositar expectativas ajustadas en sus hijos y recordar el primer objetivo de la práctica deportiva en iniciación: la diversión.

Fuente: Elaboración propia.

Comunicación club-familias

Planificación de reuniones con las familias:

1. Reunión inicial grupal de principio de temporada: esta reunión se ha de programar antes del inicio de la temporada y convocar a los padres de la categoría correspondiente. Las personas que dirigen esta reunión son el coordinador/director de base, junto con el entrenador del equipo correspondiente.
    a. La primera reunión ha de cumplir diferentes objetivos:

i. Dar la bienvenida a la nueva temporada y a las nuevas familias en el Club.
ii. Exposición de la filosofía y misión del Club.
iii. Explicación de normativa interna de Club.
iv. Establecer cómo ha de ser la relación familia-club-jugador, papel de los padres dentro del club, comunicación directa y bidireccional.
v. Información sobre horarios, indumentaria y *planning* de competición.
vi. Preguntas y ruegos.

2. Reunión individual con las familias: la importancia de esta primera reunión se basa en lograr el conocimiento directo de las expectativas que la familia tiene respecto al Club/deporte, crear un medio de comunicación donde exponer dudas, depositar información más privada del jugador (miedos del niño, diagnósticos que la parte deportiva ha de conocer -TDA, TDAH, etc.-), y solicitar a la familia confianza en el trabajo y en los profesionales que formarán a su hijo, además de colaboración y apoyo.
3. Reuniones periódicas con las familias: sistematizar reuniones o encuentros con las familias (cuando vienen a recogerlos de los entrenamientos, después de un partido, etc.) para compartir información relevante y/o hacer seguimiento de la evolución a lo largo de la temporada. En ocasiones no se puede garantizar la presencialidad de las familias, por lo que se pueden buscar otras alternativas como llamada de teléfono, *mail*, videollamada, etc. Lo importante es compartir información respecto a su hijo. Ante situaciones urgentes, tanto entrenadores como padres no han de esperar al día de reunión, sino que deben hablar lo más rápido posible (un enfrentamiento entre jugadores, un cambio en la situación familiar que impacta en el deportista, etc.).
4. Reunión grupal de final de temporada: hacer un cierre y valoración de la temporada servirá para establecer objetivos de mejora para la próxima temporada y mantendrá el vínculo generado con las familias a lo largo de esta.

Conclusiones

La comunicación continuada y bidireccional genera vínculos, se intercambian y comparten caminos, por el bien de la persona que más quieren los padres. Es decir, sus hijos.

Aunque a lo largo de estas páginas nos hemos centrado en la familia, no hay que olvidar que estas no son las únicas que intervienen en la formación y desarrollo deportivo del jugador, también están los iguales, los árbitros, los directivos, etc., que constituyen el entorno deportivo y son fundamentales en el desarrollo social, personal y formativo del jugador.

Tanto los protagonistas citados anteriormente como el cuidado de las relaciones entre padres de un mismo equipo, son aspectos que los clubs y las instituciones deportivas han de promover y proponer vías de optimización. Esto es, la importancia del "formar al entorno que forma" continuamente.

Queremos concluir esta unidad con esta frase: "Jugadores, familias y club son parte del mismo equipo, nunca han de jugar enfrentados".

Unidad 2

Intervención con familias en entornos deportivos

Introducción

En esta unidad realizaremos propuestas para conocer mejor a las familias de los jugadores a los que entrenamos cada día. La familia es el reflejo donde el jugador se mira constantemente, y donde adquiere sus primeros conocimientos sobre la vida en el entorno que le rodea (lenguaje, rutinas, creencias, cultura, etc.). Conocer a la familia supone conocer al niño/jugador y, desde un modelo sistémico, sabemos que cualquier cambio que se produzca en alguno de los sistemas (familia, deporte, estudios) tiene repercusión en los otros. Por lo que es un objetivo de los profesionales del deporte saber a quién entrenamos, y eso implica, conocer a la familia.

Este conocimiento mutuo tiene como objetivo propiciar un clima motivacional óptimo para todos los integrantes del entorno deportivo, enfocados en el bienestar y buen desarrollo de todas las competencias del deportista.

Al considerar este objetivo, se podrá trabajar bajo un enfoque de prevención ante las dificultades que se pueden dar a lo largo de una temporada y se fomentará el sentimiento de pertenencia e identidad, que tanto jugador como deportista pueden crear con el Club al que representan.

Primera reunión

Proponemos un esquema de reunión que puede servir como guía para estructurar los contenidos. También se presenta el tiempo de duración que pueden tener las reuniones que se llevan a cabo con las familias.

Es importante tener claros los objetivos que se quieren lograr con los padres y tener planificados los temas a tratar. Esto transmitirá sensación de control y seguridad a las familias y facilitará la comunicación de los mensajes por parte de los técnicos a los padres.

Tabla 3: Guía para estructurar los contenidos en una reunión

	Tiempo	Contenido
Apertura	5 minutos	Agradecer la asistencia a los padres. Presentación del Club en la nueva temporada.
Programa deportivo	15 minutos	Exponer los objetivos de la temporada. Horario entrenamiento y lugar. Detalles de la indumentaria. Precios. Régimen interno/normativa.
Rol de los padres	20 minutos	Explicar qué espera el Club de los padres.
Relaciones padres-entrenadores	5 minutos	Bidireccionalidad y periodicidad de la comunicación padres-entrenador.
Clausura	15-20 minutos	Preguntas y dudas. Dar las gracias por la atención y asistencia.

Fuente: Elaboración propia.

Al tratarse del principio de temporada y dado que las familias no se conocen (o en el caso que sí que lo hicieran, suele haber alguna familia de nueva incorporación), proponemos la realización de alguna dinámica de grupo que "rompa el hielo" y propicie que todos los padres se conozcan entre ellos para comenzar a trabajar la pertenencia del grupo de padres al club y al equipo, además de facilitar la comunicación desde el primer día.

Entrevista personal

Con el objetivo de conocer a la familia en un entorno más íntimo y personal, sugerimos la posibilidad de citarlos a una entrevista individual. Esto permite profundizar aquellos temas que en la reunión inicial de grupo de padres no se pudo hacer e intercambiar información que será de utilidad para conocer datos que la familia quiera compartir con el entrenador sobre su hijo.

Es importante llevar a cabo la entrevista a principio de pretemporada, que ambas partes se sientan a gusto y puedan hablar, se escucharse y sentir que se llevan algo valioso de la reunión. Le entrevista no consiste en interrogar a la familia, sino en que puedan facilitar información que ayude al entrenador a sacar el mayor rendimiento del jugador en todos los aspectos (deportivo, personal, social, emocional).

A continuación, proponemos un guion de entrevista.

Figura 6: Guion para una entrevista

Temporada:

Nombre y apellidos del jugador:
Fecha de nacimiento: **Categoría:**
Nombre de la madre: **Móvil:** **Mail:**
Nombre del padre: **Móvil:** **Mail:**
Situación familiar: casados/separados
Custodia: padre/madre
Número de hermanos: **Posición entre los hermanos:**

- **Año de iniciación del jugador en la práctica deportiva:**
- **Antecedentes familiares en la práctica deportiva (deporte, nivel conseguido, años de dedicación…)**
- **¿Qué importancia otorga a la práctica de deporte de su hijo?**
- **Expectativas que tiene sobre su desempeño.**
- **Dificultades en otras temporadas/clubs.**
- **Describa 3 virtudes y 3 carencias de su hijo.**
- **¿Qué valores le gustaría que se le inculcaran su hijo mediante la práctica deportiva?**
- **Exploración hábitos de vida saludables:**
  - **Sueño y descanso.**
  - **Alimentación**
  - **Hidratación.**
  - **Gestión del tiempo.**
- **Qué espera del mi como entrenador de su hijo.**

Fuente: Elaboración propia.

Trabajo con padres y entrenadores

Al igual que los entrenadores planifican cada entrenamiento y la competición a nivel técnico, táctico, físico y mental, disponer de una

planificación en cuento a la comunicación con las familias, puede facilitar las relaciones entre el Club y los padres.

A continuación, mostramos una propuesta de Gimeno Marco (s.f.) sobre el asesoramiento para entrenadores y padres, tiene el objetivo de favorecer la toma de conciencia sobre la conducta que cada uno emite y la relación entre *staff*-padres.

Las actividades propuestas pueden llevarse a cabo de forma individual y/o colectiva.

Tabla 4**:** Propuestas a desarrollar con padres y entrenadores

Tareas, preguntas o reflexiones que, de manera progresiva, se pueden plantear con los entrenadores y los padres	
Con los entrenadores	**Con los padres**
1. Identificar los **objetivos** que se proponen en su trabajo con deportistas jóvenes y la importancia de los mismos.	1. Identificar las **razones** por las que les parece adecuado que sus hijos practiquen deporte y la importancia de tales razones.
2. Comprender la **coincidencia con los padres** en estos objetivos, especialmente en aquellos que hacen referencia a la "formación y educación de sus hijos".	2. Comprender la **coincidencia con los entrenadores** en estas razones, especialmente en aquellas que hacen referencia a la "formación y educación" de los deportistas.
3. Comprender que, cuando un grupo de personas comparten uno o varios objetivos y llevan a cabo esfuerzos para alcanzarlos, constituyen realmente un "equipo".	
4. Comprender que cuando se dan las condiciones básicas para trabajar en equipo y las personas implicadas no funcionan de esta forma, la consecuencia inmediata es un menor rendimiento y eficacia en la consecución de los objetivos.	

5. Identificar qué **actitudes y conductas** han observado **en padres y madres** (actitudes y conductas observadas en el caso de ser entrenador) de jóvenes deportistas que en su opinión tienen un efecto negativo en su formación y educación. ¿Algunas actitudes y conductas "encajan" en alguno de estos dos estilos?

a) Estilo de "alta presión o excesiva implicación":

- ¿Empujo o animo demasiado a mi hijo/a a hacer deporte y a participar en competiciones?
- ¿Soy de los que le da indicaciones técnicas a su hijo/a durante una competición o antes o después de la misma?
- ¿Me desespera o irrita que mi hijo/a o su equipo pierdan con otros que pienso que no son tan buenos?
- ¿Le he mostrado alguna vez mi enfado al entrenador/a de mi hijo/a por no contar con él como titular del equipo o por asignarle un puesto que creo no le corresponde?
- ¿Suelo recriminar al árbitro durante una competición cuando su actuación no me ha parecido acertada?
- ¿He recriminado o discutido abiertamente alguna vez con los padres de otros deportistas durante un entrenamiento o una competición?
- ¿He ridiculizado alguna vez al adversario delante de mi hijo/a?
- ¿He hablado alguna vez despectivamente del comportamiento y de la forma como el entrenador/a de mi hijo/a hace su trabajo?
- En algunas ocasiones, ¿le doy demasiada importancia o critico el resultado de mi hijo/a en una competición?
- ¿"Sueño" conque mi hijo/a sea algún día un/a gran campeón/a?

b) Estilo de "rechazo o apatía":

- ¿Amenazo a mi hijo/a, e incluso llego a castigarlo, con dejar de hacer deporte cuando no va bien en los estudios o hace algo mal?
- ¿Suelo molestarme o mostrar poco interés en acompañar a mi hijo/a a los entrenamientos o competiciones?
- ¿Me molesta o muestro poco interés en acudir a una reunión o a hablar con el entrenador/a cuando éste/a me cita?
- ¿Pienso que mi hijo podría dedicarse a otro tipo de actividades más provechosas que hacer deporte?

6. Reflexionar acerca de las posibles **causas o razones que motivan tales actitudes y conductas negativas** (¿desconocimiento, falta de control, deseo incontrolado de que el hijo llegue a ser como sus padres o que alcance lo que ellos no pudieron lograr...?). Esta pregunta habría que contestarla entrenadores/padres.

7. Reflexionar sobre el posible **papel del entrenador** (papel del padre en el caso de que seas entrenador) para reconducir ese tipo de actitudes y conductas negativas de los padres (¿pueden los entrenadores aportar

información útil a los padres, para que comprendan cómo ayudar a su hijo; o ayudarles a mejorar su autocontrol en situaciones relacionadas con el deporte que practican sus hijos...).

8. Identificar qué **actitudes y conductas** han observado **en padres y madres** de jóvenes deportistas que en su opinión tienen un efecto positivo en su formación y educación. "¿Pueden las madres y los padres...?"

- Facilitar a nuestros hijos que realicen el tipo de actividad deportiva que más les guste, en lugar de la que más nos gusta a nosotros.
- Interesarnos por el deporte que practica nuestro/a hijo/a: si le gusta, si se divierte, si progresa y aprende, asistiendo a las competiciones o actividades en las que participe, ...
- Interesarnos por el enfoque de la práctica deportiva por parte del entrenador de nuestro/a hijo/a, solicitándole información sobre las características del deporte, el reglamento, lo que espera de los padres de sus deportistas, planteándole nuestras dudas e inquietudes.
- Animar a nuestro/a hijo/a en una competición, apoyándole, reconociendo su esfuerzo e interés, pero evitando "hacer de entrenador".
- Mantenernos tranquilos y confiar en nuestro/a hijo/a cuando, durante un entrenamiento o una competición, comete un error o no le salen las cosas.
- Mostrar respeto y cordialidad en las competiciones con entrenadores y deportistas de los equipos contrarios.
- Respetar, comprender y apoyar la función de los árbitros en las competiciones. Las quejas y propuestas pueden plantearse a través de los canales adecuados, en lugar de hacerlo en público.
- Animar a nuestro/a hijo/a a practicar deporte de acuerdo con las reglas.
- Aplaudir las buenas actuaciones tanto de nuestros propios hijos/as como las de sus compañeros/as de equipo y del equipo contrario.
- Asistir, participar y colaborar con el entrenador/a cuando nos convoca a una reunión.
- Colaborar con nuestro/a hijo/a, su entrenador/a y su colegio o club o equipo en los entrenamientos y en la organización de actividades y competiciones.
- Preguntar al entrenador/a educada y discretamente (en un lugar y momento adecuados) cuando hay algo que no comprendemos o no nos gusta lo que hace.
- Delegar en el entrenador/a la labor-tarea de la educación de nuestro/a hijo/a al hacer deporte.
- No olvidar al resto de miembros de la familia, consiguiendo que ninguno se sienta especialmente rechazado o ensalzado/encumbrado por el deporte que practica.

9. ¿Tienen **derecho los entrenadores** a ser respetados y apoyados en su trabajo por los padres? Pero también, ¿tienen la

8. ¿Tienen **derecho los padres** a recibir información y apoyo de los entrenadores para

responsabilidad-obligación de ayudarles en la relación con sus hijos?	favorecer la formación y relación con sus hijos? Pero también, ¿tienen **responsabilidad-obligación** de respetarles ya apoyarles en el trabajo que realizan?
10. ¿Son conscientes los entrenadores del enorme **valor y utilidad de los padres** con respecto al trabajo que realizan con sus hijos y para ellos mismos como profesionales y como personas? ¿"Sirven" los padres para, p.ej.: conocer mejor a los deportistas; ayudarles para asistir y participar en entrenamientos y competiciones; recibir apoyo y reconocimiento por el trabajo que realizan con sus hijos; ...?	9. ¿Son conscientes los padres del enorme **valor y utilidad de los entrenadores** con respecto a la formación y educación de sus hijos, y para ellos mismos como padres y como personas? ¿"Sirven" los entrenadores para, p.ej.: conocer mejor a sus hijos; ayudarles en otras facetas de su desarrollo personal - hábitos de conducta relacionados con la utilización del tiempo, la alimentación, la implicación en sus estudios, ...); recibir apoyo y reconocimiento por su labor educativa con sus hijos; ...?
Entonces, ... ¿por qué no nos ponemos "ya" a **trabajar juntos**? ¿por qué no formalizamos "ya" nuestra relación?	

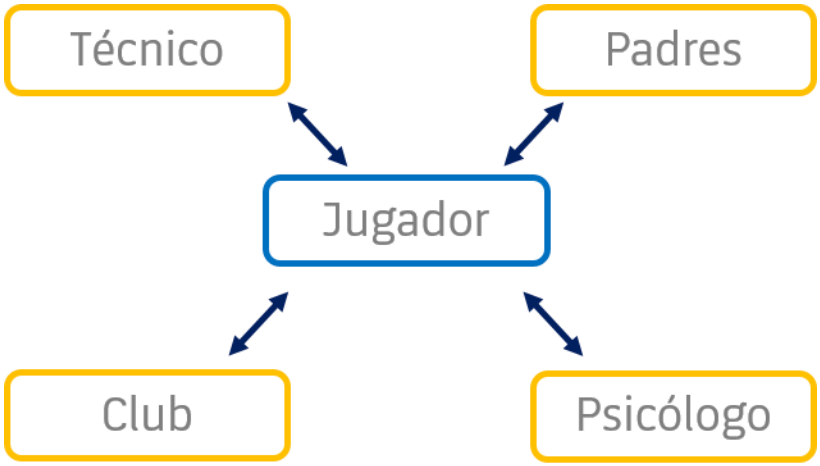
Fuente: Gimeno Marco, s.f., http://www.euskonews.eus/0404zbk/gaia40402es.html

Las reflexiones llevadas a cabo tanto por entrenadores como padres generan espacios de discusión y diálogo para acercar posturas y entender el punto de vista del otro. Recomendamos contar con la ayuda de un profesional de la psicología que pueda conducir las formaciones, al menos en las primeras sesiones.

Intervenciones multidisciplinares

Otra alternativa consiste en plantearse el trabajo multidisciplinar para favorecer la intervención de diferentes agentes.

Figura 7: Intervención multidisciplinar



Fuente: Elaboración propia.

Partiendo del modelo sistémico, las afectaciones que ocurren fuera del entorno deportivo tienen impacto en este, y viceversa. Situaciones personales, como una enfermedad crónica de un familiar, el fallecimiento de un ser querido, la separación de los padres, etc., pueden traducirse en un bajo rendimiento ya sea en los resultados académicos y/o deportivos.

Por ejemplo, los padres de un jugador le han comunicado al entrenador que están en una situación de divorcio y que su hijo no gestiona bien la situación; tiene mala actitud en clase y en casa, en el entreno está despistado y ha tenido algún enfrentamiento con sus compañeros. Ante esta situación, el técnico propone a la familia que su hijo visite al psicólogo que tiene el Club.

El jugador visita al psicólogo y este propone trabajar la gestión emocional y las habilidades comunicativas para expresar los sentimientos del jugador. La familia se visita con el psicólogo y se les brindan varias técnicas para que padres e hijo puedan trabajar de forma conjunta y comunicarse sobre la situación que atraviesan.

De igual manera, y con el consentimiento previo de la familia, el psicólogo pacta estrategias con el entrenador para ayudar al jugador a mantener el control en situaciones en las que pueda alterarse.

Este ejemplo es un reflejo de lo que sería una intervención multidisciplinar de diferentes agentes para velar por el equilibrio y bienestar de un jugador, que ante todo es una persona. Toda intervención será evaluada según la demanda particular planteada.

En esta ocasión presentamos otro caso regular que puede aparecer durante una temporada: se acerca la época de exámenes y algunos padres de un equipo de infantiles deciden no llevar a entrenar a sus hijos. Los entrenadores del equipo convocan una reunión con todas las familias para exponer su malestar por la falta de compromiso de padres/jugador hacia el resto de compañeros que han acudido al entreno y a ellos mismos.

Con el objetivo de prevenir esta situación, el Club pensó en utilizar una sala como aula de estudio y contratar a un profesor que pueda resolver dudas a los jugadores. Esto ayudará a favorecer un óptimo rendimiento académico y tener una buena gestión del tiempo para realizar las tareas académicas y estudiar día a día.

En las semanas que haya exámenes, la carga física del entrenamiento será menos elevada para que los jugadores no estén tan cansados y se reducirá 20 minutos el tiempo de entreno. Por su parte, los entrenadores solicitan a los padres máxima puntualidad en traer a sus hijos al campo y que los fines de semana continúen con su programación académica igual que lo hacen en el Club.

Servicio de atención a las familias

Otra alternativa que se puede ofrecer a las familias es un servicio que brinde a los padres herramientas para educar a los hijos en un entorno competitivo. Entender las características del entorno donde entrenan y compiten facilitará la comprensión de los padres hacia ese entorno y favorecerá la adaptación más rápida y progresiva tanto del niño/a como para la familia.

A continuación, explicaremos el Servicio de Atención a la Familia del FCBarcelona, donde una de las características más relevante es el papel activo que tienen las familias y la interacción directa con el Club.

> El objetivo de este servicio es dar herramientas y recursos para la educación de sus hijos en un entorno deportivo y competitivo como es el FC Barcelona.
>
> Durante la temporada se organizan encuentros con las familias para hablar de acompañamiento, educación y deporte, de expectativas, miedos, sueños, presión, tecnologías digitales, buen uso de las redes sociales, nutrición, sueño y descanso, alimentación, gestión del

tiempo.
https://www.fcbarcelona.es/es/ficha/846640/servicio-de-atencion-a-las-familias-y-el-entorno

En un primer momento, el Club propuso una serie de temas que podrían ser del interés de las familias: cocina saludable, saber qué es el alto rendimiento, valores del deporte, etc. A partir de esa primera temporada se estableció un canal directo de comunicación (dirección de *email*, tutor, entrenadores, etc.) donde los padres comunican sus intereses y pueden solicitar formación sobre temas que les preocupan, motivan o requieren ayuda (por ejemplo, sueño, descanso, fisioterapia, etc.).

> Masía 360 ofrece, además, Talleres Formativos para Familias cuya intención es la de profundizar en aspectos educativos, formativos y / o de valores solicitados por las familias, de una manera práctica, potente y facilitadora, en grupos reducidos, con formadores de contrastada experiencia, y cumpliendo además con una de las misiones del Club: trabajar en equipo y alineados para ser coherentes ante los niños y los jóvenes deportistas.
> https://www.fcbarcelona.es/es/ficha/846640/servicio-de-atencion-a-las-familias-y-el-entorno

Brindar formaciones para que las familias reciban información de interés y ayuden a prevenir situaciones de dificultad, además de acompañar a sus hijos a ser jugadores profesionales y con hábitos saludables adecuados para conseguir éxitos deportivos y personales, facilitará que padres y Club hablen el mismo idioma y el mensaje llegue de forma coherente y unida a los jugadores, sus hijos. Además, generará un espacio de reflexión y debate, lo que facilitará un sentimiento de vinculación y pertenencia de los padres entre sí, y a la vez, de los padres con el Club.

Conclusiones

A lo largo de esta unidad hemos ofrecido diferentes propuestas y alternativas para favorecer la comunicación del entrenador/Club y las familias.

El objetivo de esta comunicación es lograr el conocimiento mutuo, generar un vínculo de confianza en cuanto a la formación del jugador/hijo, y aunar mensajes que lleguen al deportista de forma coherente entre familia y entrenadores.

Además, ofrecer a las familias un espacio donde sentirse escuchados y en el que puedan dar su opinión, desarrolla el sentimiento de pertenencia y colaboración con la institución deportiva. De igual modo, el Club se favorece al conocer las bases familiares en las que vive el jugador.

Figura 8: Padres de hijos deportistas

Fuente: [Imagen sin título sobre decálogo de un buen padre de deportista]. (2017). Recuperado de http://creysport.blogspot.com/2017/02/decalogo-de-un-padre-o-madre-de.html

Referencias

Cruz, J., Boixadós, M.; Torregrosa, M. y Mimbrero, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del Deporte,* 9-10, pp. 111-132.

Dosil, J. (2003). *Ciencias de la actividad física y el deporte*. Madrid: Síntesis.

Gimeno Marco, F. (s.f.). *El trabajo en equipo con padres y entrenadores*. Recuperado de http://www.euskonews.eus/0404zbk/gaia40402es.html

Gimeno, F. (2006). *Asesoramiento y formación con entrenadores y padres de deportistas jóvenes*. En E. J. Garcés de los Fayos, A. Olmedilla y P. Jara (coords.). Psicología y deporte (pp. 603-618). Murcia: Diego Marín.

Gordillo, A. (2000). *Intervençao com os país, en Becker, B. (ed.).* Psicologia aplicada à criança no esporte. Brasil: Feevale.

[Imagen sin título sobre violencia en el fútbol base]. (s.f.). Recuperado de https://magnet.xataka.com/en-diez-minutos/el-video-de-la-batalla-campal-que-ilustra-la-amarga-realidad-soterrada-del-futbol-base

[Imagen sin título sobre agresión en el fútbol base]. (s.f.). Recuperado de https://psicologiadeporte.wordpress.com/2012/11/27/agresion-un-complejo-problema-del-deporte-actual/

[Imagen sin título sobre violencia en el fútbol]. (s.f.). Recuperado de https://elpais.com/deportes/2015/03/16/actualidad/1426511182_838817.html

[Imagen sin título sobre violencia y actitudes en el fútbol]. (s.f.). Recuperado de https://www.nnc.mx/articulo/curiosidades/video:-el-gesto-de-un-nino-espanol-que-ha-emocionado-al-futbol-mundial/1368591683

[Imagen sin título sobre decálogo de un buen padre de deportista]. (2017). Recuperado de http://creysport.blogspot.com/2017/02/decalogo-de-un-padre-o-madre-de.html

Ortín, F. J. (2009). *Los padres y el deporte de sus hijos*. Madrid: Pirámide.

Rodríguez, P. L. y García, E. (2010). Importancia de la formación de los padres para una mejora de la participación de las familias en la escuela. *EFDeportes.com*, *15* (146). Recuperado de http://www.efdeportes.com/efd146/participacion-de-las-familias-en-la-escuela.htm

Romero, S. (2002). *El papel de los padres en la práctica deportiva de sus hijos*. En página web del desarrollo de los contenidos de Educación Física en Secundaria

y Bachillerato del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Centro Nacional de Información y Comunicación Educativa.

Romero, S. (2004). *Padres, Deporte y Educación*. Conferencia en 3 Congreso Nacional de Deporte en Edad Escolar «Deporte y Educación». Sevilla: Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas. Patronato Municipal de Deportes.

Savater, F. (1997). *El valor de educar*. Barcelona: Editorial Ariel S.A.

Smoll, F. L. (1991). *Relaciones padres-entrenador: Mejorar la calidad de la experiencia deportiva.* En Williams, J. M. (ed.), Psicología aplicada al deporte (pp. 92-110). Madrid: Biblioteca nueva.

Smoll, F, L. y Smith, R, E. (1999). *Sports and your child*. Washington: Earde.