

CAPITULO V.

TRÍO

ENTRENADOR-JUGADOR-PADRE

Autor: Curro García Llorent

TRIO ENTRENADOR-JUGADOR-PADRE.

El reconocimiento de los efectos beneficiosos (tanto físicos como psicológicos) que tiene la práctica regular de actividad física sobre la salud del joven constituye un hecho cada vez más evidente. La realización de actividad física de forma moderada mejora el bienestar físico, mental y social, y desempeña un importante papel en la prevención de diversas alteraciones.

La actividad física y el deporte constituyen un punto clave, o por decirlo de otra manera, la llave para cambiar hábitos o formas de vida destructivos para la salud y el desarrollo del joven por otros que la favorezcan y sean más saludables.

Todo lo anterior es sabido y asumido por cada vez un mayor número de padres, por lo que éstos intentan iniciar a sus hijos lo antes posible en el deporte e incluso llegan a pretender una especialización temprana "en búsqueda de una joya en bruto que habita su propia casa". Ya se ha hablado en capítulos anteriores de los posibles perjuicios que puede conllevar este hecho en el desarrollo del niño o adolescente.

Los padres deben animar a sus hijos para que se inicien en el deporte. El joven optará por uno u otro deporte según sus gustos, preferencias o influencias. El progenitor se mantendrá entonces vigilante y en un segundo plano, interesándose por la conveniencia o no de la práctica del deporte escogido para la salud de su hijo y siempre bien aconsejado por un especialista entrenador o preparador: no es rara la búsqueda insensata de resultados espectaculares en competiciones infantiles o juveniles, aprovechando unas cualidades biológicas del niño que en la mayoría de las ocasiones son efímeras e inadecuadas. Aquí, en la simbiosis entre padre y entrenador, es donde afloran gran parte de los conflictos que pueden llegar a hacer desistir al niño en la práctica deportiva. En todo momento hay que evitar que se produzca el fenómeno de abandono y facilitar, por tanto, lo que se ha llamado adherencia o permanencia en la realización de la actividad física.

Es obligación del entrenador el buscar estrategias que permitan fomentar el fenómeno de permanencia, pues éste dependerá en gran parte de los factores situacionales. Pueden intervenir otros factores como los personales y ambientales, pero estos son mucho más difíciles de modificar. Divertirse o pasárselo bien parece ser la clave que facilita la adherencia.

Desde un punto de vista psicológico este fenómeno es considerado como una emoción positiva, como un estado afectivo positivo presente a diferentes edades. El entrenador estará en alerta ante cualquier bajón físico o emocional del jugador para así llegar a tiempo de prevenir la aparición de diferentes desordenes mentales o incluso ayudar a aquellos que los sufran. Es, por tanto esencial el crear un ambiente de optimismo y bienestar en los entrenamientos y partidos; el jugador ha de sentirse bien (o sentirse mejor) durante y después del ejercicio.

Es beneficioso que los padres acudan a los partidos de sus hijos y que les animen a ir a entrenar como parte importante de su educación. Para los niños es algo necesario que sus progenitores les apoyen en todo lo que hacen y la presencia en el partido es algo que quieren y necesitan. Aunque en muchas ocasiones por vergüenza no les apetezca que asistan, en un momento de triunfo o de desesperación, tener a los padres al lado siempre ayuda. Pero para que esto sea así los padres deben ser comprensivos y aceptar todas las posibles situaciones. Por ejemplo, no es raro ver cómo los triunfos los suelen admitir de buen grado, sobre todo porque ven a su hijo feliz y eso cubre uno de los mayores objetivos de su vida para/con sus hijos; pero otras muchas veces las frustraciones les cuesta admitirlas, pues para ellos sus hijos son los mejores del mundo y que exista alguien que les supere duele.

Nos podremos encontrar con gran número de problemas que rompan la armonía y bienestar que proponemos desde el principio de este apartado pero se presenta el del "padre sobreprotector" o "niño mimado" como el más común de ellos. Repetimos, que un padre quiere lo mejor para su hijo, pero esto es llevado a extremos que pueden enfrentar a padre y entrenador y por ende, afectar al jugador. Pero para que el cariño paterno resulte positivo conviene que sea aplicado de una forma dosificada, oportuna, razonable -como ocurre con los medicamentos - y no de manera antojadiza y banal.

El niño mimado y zalamero se construye un falso estilo de vida, creyendo que todos responderán a sus expectativas deportivas, halagarán su juego individual y le abrirán la senda de su triunfo. Encerrados en sí mismos es muy difícil inculcarles ciertos valores y, sobre todo, en un deporte de equipo como el baloncesto. Se ha dado el caso de jóvenes que pensando en su ego inflado han llegado a pelear y discutir con sus propios compañeros por una simple jugada o con su entrenador por un cambio que es incapaz de entender cegado por el egoísmo, celos y envidias.

Su visión de la vida la trasladan ineludiblemente a la cancha de juego con un trasfondo de aventura hostil y culpando a los demás de sus fracasos. Lo esperan todo sin dar nada, buscan convertirse en la estrella y centro de interés del partido o competición. Son generalmente desordenados y portadores de un fuerte complejo de inferioridad. Perseveran siempre en una lamentable actitud de infantilismo, suponiendo que son víctimas de la injusticia y sin poder soportarlo.

Se ha visto cómo padres desesperados por un mal resultado o por sólo intuir el malestar de su hijo llegan a discutir con el entrenador incluso en aspectos donde quizá su conocimiento no sea el adecuado. Corresponde al entrenador hacer ver a ese fogoso padre dónde está el límite de esos conocimientos y que el que protesta admita dichos límites, aunque se ha de reconocer que esto es un trabajo bastante duro. En estas situaciones, generalmente los padres no suelen atender mucho a razones, ya que además de sobreprotectores, piensan que están haciendo lo mejor para su hijo.

Habría que hacerles entender que sus hijos han crecido y que pueden confiar en un equipo humano que forman todos los clubes para cuidar de sus hijos en todos los aspectos. Es algo que a cualquier padre le cuesta asumir. El ceder la responsabilidad de sus hijos a otras personas es incluso beneficioso para la educación y desarrollo del niño. Los padres, por tanto, deben aceptar de buen grado que sus hijos se alejen y se independicen progresivamente de su regazo, de manera que desarrollen su personalidad. Si un niño sigue dependiendo de que sus padres le lleven o le traigan a todos los entrenamientos y partidos, o que acudan con ellos a las consultas con el fisioterapeuta, etc., corren el riesgo de que su personalidad no madure y que no sepa enfrentarse adecuadamente a la vida y esto, créanlo, se nota hasta en un partido de baloncesto.

Pero todo es susceptible de empeorar... ¿Qué pasa cuándo además nos topamos con el padre excesivamente crítico, "voceras" o "entrenador de banda"? En estas situaciones es recomendable que:

a) La crítica sea constructiva y se la haga llegar al entrenador de propia voz y cara a cara.

- b) Se eviten, por tanto, los cuchicheos entre padres. "De un granito de arena se pueden llegar a hacer montañas". Podemos crear un ambiente injusto.
- c) Los padres sean comedidos y no falten el respeto a nadie, si bien, pueden "hacer con su garganta" lo que deseen desde la grada.
- d) El entrenador respete todas las opiniones y críticas. Suponiéndole mayor conocimiento sobre baloncesto y lo que le rodea, podrá siempre aprender tanto de lo que hay que hacer como de lo que no.
- e) El entrenador deje desde un principio claro cada puesto dentro del equipo para cada cual.
- f) El entrenador indique claramente al padre que el responsable deportivo es él.
- g) El padre asuma su papel de animador y muestre todo su apoyo a las decisiones del equipo sin intentar confundir a los niños indicándoles cosas contrarias al espíritu o nociones del equipo.

Nada debe entorpecer la relación íntima entre entrenador y discípulo, siendo ésta la única vía para obtener el máximo rendimiento en su labor.

Por otro lado, la necesidad de disciplina es evidente aun para los principiantes, lo que no es tan evidente son los procedimientos para conseguirla. En la enseñanza, el entrenador debe mantenerse en una posición equidistante entre dos extremos de error; de un lado, evitará abrumar y sojuzgar al jugador exigiendo un orden y una ejecución rigurosa, ya que, automáticamente, producirá una reacción antagonista por parte de éste que hará estéril todo esfuerzo; por otro lado, pondrá el mismo cuidado en alejarse de la desorganización y la ejecución descuidada, que si bien le evitará conflictos con los jugadores, le incapacitará simultáneamente para obtener el mínimo rendimiento. El mejor proceder podría consistir en empezar proporcionando a los jugadores la actividad suficiente para mantenerlos interesados, y una vez conseguida esta condición base, como punto de partida, deberá paulatinamente acostumbrarlos al orden y la disciplina necesarios.

Si se comienza el entrenamiento con ejercicios dinámicos, como "marcha rápida", "carreras", "estimulantes de piernas", etc., después los jugadores, ya desahogados, quedan en un estado de mayor receptibilidad para entrenar con la debida disciplina.

El entrenador debe hacerse querer y para ello, lo mismo que para interesar a los jugadores en la tarea, lo primero es que él mismo ponga el máximo entusiasmo en la empresa, interesándose por todo lo que concierne a sus chicos y sin limitar su misión a una cosa fría de pura técnica.

Si todos ponemos de nuestra parte, el trío padre-jugador-entrenador será armonioso y redundará en el beneficio final de todas las partes implicadas. Consta que esto se logra en el Club Piratas Basket de Soto del Real.