



Influència dels pares en l'activitat esportiva de l'infant

Elvira Nadal i Arraut



Bon dia a tothom!

Vull agrair a l'Àngels i, especialment al Putxi, que m'hagin convidat a participar en aquestes jornades.

En quinze minuts el treball de síntesi serà difícil, però intentaré adaptar-m'hi al màxim.

L'Ajuntament de Barcelona va endegar ja fa més de vint anys la campanya *Compta fins a 3*, pensada per conscienciar els pares/mares de nens i joves esportistes a ser sempre i en tot moment un model de conducta.

Si després dels anys que han passat vaig decidir que la meua presentació faria referència al tema dels pares és senzillament perquè, tot i les campanyes de conscienciació, encara avui en dia hi ha una representació de pares que no compleixen les premisses de:

- Aplaudeix l'esforç tant com els encerts.
- Respecta les decisions tècniques i els arbitratges.
- Actua amb esportivitat.

Encara que, segurament, tots els pares d'aquí ja ho feu tot això.

El triangle esportiu us l'he posat perquè veieu que en certes etapes de la vida, en el context esportiu, és tan important el pare/mare com l'entrenador. A l'altre vèrtex del triangle va l'esportista. Però a diferència dels entrenadors, que en podem tenir molts





al llarg de la nostra carrera esportiva, de pare, normalment, només en tenim un, i no el podem canviar. Per això és tan important que el pare jugui el rol de pare, la mare el de mare i, d'entrenadors ja en trobarem un que ens agradi... Però el que us vull dir és que el pare/mare no ha de fer d'entrenador.

També el triangle ens ensenya l'estreta relació que hi ha entre les tres figures. Les tres han de tenir els mateixos objectius per aconseguir els reptes que ens marquem.

De tipus de pares en podem trobar tants com pares existeixen, però per delimitar una mica el tema parlarem de:

- Pares desapareguts/desinteressats
 - Pares entrenadors sense titulació
 - Pares sobreprotectors
 - Pares hooligans
 - Pares ben orientats psicològicament

- Pares desapareguts/desinteressats
- Pares entrenadors sense titulació
- Pares sobreprotectors
- Pares hooligans
- Pares ben orientats psicològicament

<http://www.youtube.com/watch?v=kcn0LiHsmHA>

Vegem el vídeo següent: Pressió sobre els infants en l'esport, campanya multipremiada TyC Sports. "La idea és que els acompanyis a jugar i no que els obliguis a guanyar".



Pares sobreprotectors

S'ocupen absolutament de tot (roba, menjar, vídeo, fan de psicòlegs...).

El fill@ només ha d'ocupar-se de guanyar.

Impedeixen que s'espavili tot sol i que guanyi autonomia per formar-se com a persona.

Pares "hooligans"

Us posaré un vídeo sobre els pares hooligans que farà que pràcticament no hagi d'explicar res sobre aquest col·lectiu.

Vegeu el vídeo següent d'EDM, Consello de Chantada.

Pares hooligans

http://www.youtube.com/watch?v=d18So37_ZkI



Pares ben orientats psicològicament

L'únic que fan és de pares.

Cedeixen el seu fill@ a l'entrenador.
Mostren autocontrol davant dels fills.
Reforcen l'esforç, la progressió i el divertiment jugant.
Aprofiten l'esport per educar en la responsabilitat.

I per acabar, m'agradaria fer-ho amb un seguit de preguntes adreçades als pares.

Poden cedir al seu fill?

Posar el nen@ a càrrec de l'entrenador.
Confiar en ell com a persona que dirigirà la seva experiència esportiva.
Acceptar la seva autoritat.
Reconèixer la seva possible influència sense sentir-se'n gelós.

Poden admetre les seves limitacions?

L'entrenador coneix més l'esport que ells mateixos.
El nen@, molts cops, coneix més l'esport que ells mateixos.
Reconèixer errors davant dels nens és honest i educatiu.
Demandar informació a l'entrenador sobre l'evolució dels seus fills.

Poden acceptar els triomfs i frustracions?

Gelosia dels èxits que ells no varen tenir.
Atorgant l'èxit a la sort.
Atorgant l'èxit a la debilitat de l'altre.
Assumir la derrota com quelcom propi.
Vergonya, enuig, confusió, dubtes...

Poden ensenyar autocontrol?

Són models de conducta.
Control de les seves respostes emocionals.
Dificultats per a l'entrenador.
Contradicció entre el que demana a l'esportista i la conducta que observa dels pares.

Poden permetre que els seus fills prenguin les seves pròpies decisions?

Que aprenguin a seguir el seu propi camí.
Que aprenguin a encertar en les seves decisions.
Que aprenguin a equivocar-se.
Que aprenguin a decidir per ells mateixos.

Espero que encara que no hagi pogut aclarir tots els dubtes que teníeu, sí que aquesta exposició us serveixi per reflexionar sobre la vostra intervenció com a pares en l'entorn esportiu.

Moltes gràcies per la vostra atenció.

Elvira Nadal i Arraut,
psicòloga, màster en psicologia de l'esport, sòcia de Psicospport