

Padres e hijos en el tenis de competición

Juan Nieto Guerrero
CT Cerro del Espino de Membrilla

Esta parte debería salir de los padres de manera natural. Sin embargo, hay que tener en cuenta que el tenis, como deporte individual, puede ejercer mucha presión en el niño y se requerirán cuidados y ayuda adicionales para prevenir el agotamiento.

- ✓ **Esté preparado para ayudar emocionalmente** y apoyar a su hijo, especialmente en tiempos difíciles.
- ✓ **Deje claro a su hijo que estará allí para animarlo** si él quiere que usted esté allí.
- ✓ **Reconozca los méritos de su hijo en el tenis** pero mantenga sus pies en el suelo, siendo realista con los resultados deportivos.
- ✓ **Muestre interés por el tenis de su hijo** asistiendo a sus partidos de torneo o, simplemente, viéndole entrenar.
- ✓ **Evite el estrés o que entrene demasiado y se quemé.**
- ✓ **Ayude a su hijo** afirmando que está contento de ayudarlo a que juegue al tenis.
- ✓ **Intente ser honesto y coherente** cuando hable con su hijo sobre cómo juega al tenis.
- ✓ **Deje que el entrenador decida cuánto debe entrenar su hijo.**
- ✓ Comprenda **los riesgos y esté atento a los síntomas de estrés.**
- ✓ **Evite asumir o esperar que su hijo llegará a ser un jugador de tenis profesional de gran éxito.**
- ✓ **Anime a su hijo a tomar parte en otros deportes** para que conozca a más gente y participe en otras actividades. Jugar a otros deportes podría también ayudarlo a conferir destreza a su tenis, especialmente en coordinación. Asimismo, participar en otros deportes reduce el riesgo de especialización temprana en un solo deporte, lo cual no es aconsejable a una edad temprana para que el niño desarrolle todas las habilidades motoras básicas.
- ✓ Compare el progreso de **su hijo con sus propias habilidades** y objetivos.
- ✓ Intente **motivar a su hijo** de manera positiva y amable.
- ✓ **Premie a su hijo por lo que es como ser humano** y no como tenista.
- ✓ Comprenda que usted y su hijo necesitan **compartir otras áreas de interés** y que a menudo necesitarán descansar del tenis.
- ✓ **El bienestar y la felicidad** de su hijo son lo más importante.
- ✓ **Tome en serio las lesiones de su hijo** y, en caso de duda, consulte con un médico. Nunca obligue a su hijo a jugar cuando esté lesionado.
- ✓ **Recuerde la importancia de la educación.** Deberá alentar a su hijo a terminar sus estudios. Hay numerosas razones por las que un jugador puede que no se gane la vida en el circuito de tenis, y no hay nada más desmoralizador que no tener una fuente alternativa de satisfacción si no se materializa la esperada carrera de tenis.

Los Siete Principales Comportamientos de Interacción Positiva entre Padres y Jugadores

1. Discipline a su hijo ante la mala conducta.
2. Aplique un enfoque equilibrado y de gran ayuda pero no autoritario.
3. Preste apoyo económico a su hijo.
4. Mantenga la tranquilidad y controle las emociones.
5. Sacrifíquese por su hijo (tiempo y esfuerzo).
6. Céntrese en el rendimiento y no en los resultados.
7. Dé a su hijo amor y cariño incondicionales.

Los Cinco Principales Antecedentes de Interacciones Negativas entre Padres y Jugadores

1. Pretende obtener dinero a cambio de la inversión (económica y de tiempo) en el juego de tenis de su hijo.
2. Alberga esperanzas nada realistas o inapropiadas.
3. Adopta una orientación en base a los resultados.
4. Es competitivo y compara a su hijo con otros niños.
5. Vive la vida a través del tenis de su hijo.

LA MOTIVACIÓN PARA HACER DEL TENIS TU DEPORTE:

La motivación para que su hijo haga del tenis un deporte para toda la vida:

Podríamos citar en este punto algunas de las **motivaciones extrínsecas** que llevan a muchos niños a jugar al tenis, que muchas veces les hacen jugar hasta los 14 ó 15 años, pero que cuando alcanzan cierta madurez **hacen que abandonen la práctica deportiva**:

- ✓ Agradar a mis padres, ellos quieren que yo juegue al tenis.
- ✓ Hacer lo mismo que hacen mis amigos.
- ✓ Jugar al tenis como lo hace el mejor de mi club.
- ✓ Ganar en las competiciones que participo.
- ✓ Dicen que soy bueno así que tengo que ir a dar clases de tenis.

Estos serían algunos ejemplos de motivaciones extrínsecas personales que hacen que el sujeto al final pierda las ganas de querer seguir jugando al tenis.

Sin embargo cuando te encuentras a alumnos en donde sus motivaciones son personales, **motivaciones intrínsecas**, donde sus padres no deben estar preocupados de sus entrenamientos, sino que el alumno desea entrenar, jugar, etc., sin duda será más fácil que este haga del **tenis un deporte para toda la vida**:

- ✓ Me gusta ir a golpear bolas y pasar 2 horas entrenando todos los días.

- ✓ Me siento bien cuando digo que soy deportista.
- ✓ No me importa sacrificar horas de otras actividades por el tenis.
- ✓ Me gusta ir con mi raquetero y preparar mis raquetas antes de entrenar.
- ✓ Me gusta la sensación de entrar a la pista para competir.
- ✓ Me gusta viajar y estar en los clubes con chicos de otros lugares de España.
- ✓ Me encanta pensar en el siguiente Torneo que voy a disputar.
- ✓ Etc.

Cuando encontramos a alumnos que percibes que tienen una motivación intrínseca, que ellos personalmente han decidido SER TENISTAS, SER DEPORTISTAS, todo es más fácil, su aprendizaje, su progresión, el afianzamiento de sus hábitos deportivos, los viajes con ellos, en definitiva es más cómodo el día a día en clase, ya que deben pensar que al menos vamos a estar 150 horas anuales con algunos hasta más de 600 horas con otros, si realmente no te gusta venir a golpear bolas, esto se hace muy duro tanto para los entrenadores como para los alumnos.

Los padres deben tener la habilidad de detectar cuales son las motivaciones de sus hijos, posiblemente se encuentren en el dilema de ver como su hijo tiene grandes habilidades para algo, pero no tiene la motivación para desarrollar esas habilidades, sin embargo tiene una gran motivación para algo en donde no posee tantas potencialidades.

Pero deben tener claro que el aprendizaje se produce gracias a la práctica y por tanto la motivación, el deseo de aprender en definitiva producirá un beneficio emocional en el sujeto que le hará rendir mucho más en aquello que tiene volcadas sus ilusiones.

Bibliografía:

1. **Crespo, Miguel & Miley, Dave (1999). Cómo ser un mejor padre de tenistas. ITF London Ltd.**
2. **Girod, Antoni (2005) How to Manage Stress Before and During Matches. ITF Coaching & Sports Science Review 35, 1314**
3. **Gould, Daniel (2005). Parenting My Champion: Talent Development. A guide for successful parenting. Presentation WWCW Turkey 2005.**
4. **Lazarus, Richard S. (2005) Definition of stress, Stress Management techniques**
Pluim, Babette (1994) Overtraining and burnout. ITF Coaching & Sports ScienceReview 5, 1011
5. **Daniel Gould, Larry Lauer, Cristiana Rolo, Caroline Jannes, and Nori Sie Pennisi (2004) Understanding the Role Parents Play in Junior Tennis Success.USTA Research Grant Executive Summary 113.**