



LOS PADRES Y EL DEPORTE DE SUS HIJOS

Francisco José Ortín Montero

Madrid. Pirámide, 2009.

Cuando se lee el libro del profesor Ortín, de forma tan amena y distendida, uno reflexiona acerca de sus hijos deportistas y piensa “yo quiero ser el padre de deportistas que dice Francisco Ortín”. Y es que, sinceramente, es tan obvio lo que se nos plantea que ser incapaz de hacerlo parece imposible. Claro, el error está en que la teoría todos la sabemos muy bien, pero llevarlo a la práctica es mucho más complicado. Cuando se lee este libro se comprende que hay que trabajar en ser un buen padre de deportista, y esto es el mayor valor añadido del libro que, efectivamente, nos indica las formas y modos de hacer para no cometer los aberrantes errores que lamentablemente son tan frecuentes hacer con los deportistas, que además son hijos.

Así, en el primer capítulo el autor nos sitúa en los beneficios de una buena práctica deportiva. Como buen psicólogo empieza diciéndonos lo que sería interesante lograr en nuestros hijos. Le sigue, entonces, un capítulo acerca del compromiso que hay que adquirir con el hijo deportista. Ese es un buen arranque de lo que supone ser un padre en condiciones, ya que nos ayuda algo, que es especialmente relevante: nuestro interés prioritario debe ser conseguir ayudarlos a que logren ser personas con criterio, maduras y que sepan escoger en cada momento sus propias decisiones.

Los capítulos 3 y 4 me resultan especialmente agradables, seguro que se debe a que toca directamente tres aspectos que siempre me han apasionado: la presión a la que

podemos someter a los niños, las formas de ayudar a encontrar la motivación óptima en el contexto deportivo y, por último, el abandono prematuro como consecuencia negativa de algo que todos deberíamos saber solucionar. En este sentido, todos tendríamos reflexionar acerca de qué hacemos tan mal como para propiciar que los pequeños deportistas lleguen a “odiar” el ámbito en el que algún día fueron felices. Esta es otra de las cuestiones valiosas del libro, la invitación sistemática a la reflexión.

Conocer a qué atribuyen los jóvenes deportistas sus éxitos y fracasos e, incluso, qué entienden ellos por éxito y fracaso, es a lo que nos invita el siguiente capítulo, donde el doctor Ortín nos dirige a la comprensión de cada una de las atribuciones, positivas y negativas, lo que nos facilita intuir qué debemos hacer a continuación. Precisamente a esta respuesta le da salida en el capítulo 6, donde nos introduce en la esencia de la modificación de conducta, como opción estratégica para procurar establecer las mejores relaciones posibles con nuestros hijos que, además, son deportistas. No se conforma con eso y en los dos siguientes capítulos nos habla acerca del establecimiento de objetivos y la planificación y evaluación de acciones, que son dos herramientas fundamentales para ayudar a los pequeños deportistas en su búsqueda, deportiva y personal. Son estrategias de actuación ampliamente comprensibles, que el autor nos acerca aún más, si cabe.

Por último, el capítulo 9, denominado “la comunicación como herramienta para el cambio” justifica por sí mismo la necesidad de haber leído todo lo anterior, ya que como los autores hábiles, y Francisco Ortín lo es, deja para el final la guinda necesaria para salir corriendo, una vez leído, a convertirse en un buen padre de deportistas. Sin duda, es la comunicación la esencia en la que sustentar cualquier cambio, y con maestría nos lo explica y nos conduce a su intento. Como decía al principio yo quiero ser padre de deportista, y no voy a recomendar, como se suele hacer en estos casos, quién debería leerlo. Simplemente diré, que como padre y psicólogo del deporte, este libro ha sido de los pocos aires frescos que he leído en el seno de nuestra disciplina, por tanto que lo lea cualquiera que pueda tener la menor inquietud sobre esta temática, y piense que está preparado para aprender, bien y directamente.

Enrique J. Garcés de los Fayos Ruiz
Universidad de Murcia