

HORSE TIMES



ENTREVISTA . NOTICIAS . HORSE&LUXURY . CONCURSOS . PONY CLUB . LIBROS

¿LOS PADRES MOTIVAN O PRESIONAN?

WWW.PSICOHIPICA.COM

¿Los padres motivan o presionan?

La Influencia de los padres en los jinetes participantes en las categorías de menores.

La importancia del ambiente que rodea a los jóvenes deportistas ha sido discutido en extenso a través de numerosos estudios que describen la influencia que tienen en el desarrollo deportivo de los niños y niñas. Actualmente se considera que la calidad de relación del triángulo deportivo formado por: Entrenador, Padres y Deportistas; definirá en gran medida el tipo de adaptación del niño al deporte.

Jinete
Entrenador Padres

Hay un hilo muy delgado que divide la frontera de la motivación y la presión. Lo que para un deportista es desafiante (motivador) para otro es amenazante (estresante). Es por este motivo que los padres deben saber que juegan un papel muy importante dentro del rendimiento y compromiso deportivo de los jinetes en categorías de menores.

Los jinetes que perciben como decisión propia participar en competiciones hípcas tienen menores deseos de abandonar la práctica de la equitación, poseen una visión más positiva de su nivel de aptitud y obtienen mayor satisfacción de su experiencia deportiva que aquellos que se sienten obligados por el entorno familiar.

Tal y como hemos mencionado anteriormente uno de los puntos claves donde se puede influenciar de forma positiva o negativa al hijo/a que practica la equitación de competición es en motivar o presionar.

Motivación.

Consideraremos motivación la orientación de la persona hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, como podrían ser los concursos hípicos. También forman parte de la motivación la persistencia a pesar de los fracasos, y la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas.

La motivación (deriva de la palabra "movere" que significa movimiento), es una variable decisiva para un jinete. A su vez podemos confirmar que el proceso motivacional, es un proceso dinámico (cambiante) y no estático (invariable) como muchos quieren creer. Hay temporadas en las que nuestro hijo/a puede sentirse más motivado por cualquier circunstancia: los últimos concursos han ido bien, él siente que ha mejorado montando, el caballo se ha recuperado de una lesión... Debemos diferenciar la motivación intrínseca (generada por uno mismo) de la motivación extrínseca (generada por el entorno). El hecho de que él siente que monta mejor formaría parte de la motivación intrínseca mientras que haber sacado buenos resultados en las últimas competiciones formaría parte de una motivación extrínseca.

Presión.

Entendemos por presión exigir al otro más de lo que puede dar, es decir, que existe un desequilibrio entre las demandas externas que el sujeto puede dar en ese momento en particular. La presión parental es un elemento que muchas veces produce al jinete el estrés previo a la competición. Por eso es esencial como padres saber reconocer si nuestro estilo educativo va dirigido a satisfacer ciertas expectativas personales. Es importante que los padres eviten proyectar sus sueños en sus hijos, dejándolos que ellos tengan los suyos propios.

Hay que tener muchísimo cuidado, los vemos con cariño y a veces exageramos lo que vemos en nuestros hijos. Es muy beneficioso evitar externalizar nuestras expectativas en ellos. Así ellos montaran sin presiones añadidas. En la medida de lo posible la vida familiar no debe estar centrada alrededor del hijo que monta y compite (Ej: en vacaciones toda la familia depende de los concursos, los fines de semana toda la familia se va a ver el hijo/a concursando, si el hijo no queda bien en el concurso en casa el ambiente casi parece un funeral, etc).

Muchas veces nos olvidamos de los demás miembros de la familia y el hijo/a jinete se da cuenta de eso, generándole nuevamente presión añadida, restándoles consideración a los demás miembros de la familia. En ocasiones incluso se recortan gastos con la única finalidad de seguir apoyando al hijo jinete. La planificación de un proyecto familiar que integre a un hijo/a jinete tomará en cuenta a todos los miembros, así como sus necesidades, buscando el consenso, evitando centrar todos los esfuerzos en el jinete.

Conclusión.

La competitividad percibida por los niños depende de la percepción de su ejecución del recorrido y la retroinformación que viene dada por las personas adultas que para él son significativas, es decir, padres y entrenadores.

Por lo tanto los padres cuando ejercen un buen apoyo al hijo/a jinete contribuyen a incrementar el sentido de autoestima y el grado de satisfacción percibido. Los estudios corroboran que se muestran más satisfechos los niños cuyos padres están más contentos con su rendimiento a lo largo de toda la temporada, los que perciben menor presión y tuvieron un número menor de interacciones negativas.

El soporte al hijo/a jinete sin presiones ni condicionamientos será vital en la medida de que se sienta que el cariño de sus padres no depende del resultado de su recorrido. El hijo/a jinete debería sentirse apoyado aún cuando le vaya mal o al contrario, recibir las felicitaciones después de un triunfo. Un abrazo después de ganar puede ser más que suficiente. Otro detalle importante: si cómo padre(s) se sufre viendo a su hijo, sintiendo la presión y externándola, la solución es sencilla. ¡Es preferible no acudir a los concursos!

Existen más factores que pueden afectar el desarrollo de un jinete, pero con estos pequeños cambios, podemos comenzar a colaborar con la motivación diaria del jinete: así la motivación a largo plazo se fortalecerá en el accionar cotidiano, evitando el abandono de una carrera prometedora como jinete.

Carolina Usandizaga
www.psicohipica.com

The logo for S&S, featuring a circular emblem on the left containing a stylized horse head profile, followed by the letters 'S&S' in a large, bold, serif font.

¡NUEVAS MONTURAS!



ARTHUR



OCTAVIO



VENTO

