

ASESORAMIENTO Y FORMACIÓN CON ENTRENADORES Y PADRES DE DEPORTISTAS JÓVENES *

Fernando Gimeno Marco

Universidad de Zaragoza – Departamento de Psicología y Sociología / Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

fergimen@unizar.es – fgimeno@cop.es

INTRODUCCIÓN:

El deporte de base y de tecnificación con deportistas jóvenes “no es un juego de niños”, “no basta con darles una pelota para que jueguen” ... Afirmaciones de este tipo pretenden llamar la atención acerca de la gran **importancia y trascendencia del deporte en las etapas infantil y juvenil**, para la formación de una persona. “Hacer deporte puede ser muy bueno”, pero la práctica deportiva mal dirigida por el entrenador y/o con una implicación inadecuada por parte de los padres, puede ocasionar perjuicios emocionales y físicos en un joven deportista. En la tabla 1 aparecen resumidos los potenciales efectos de la práctica deportiva. Esta información, presentada adecuadamente en el contexto de un programa de asesoramiento a entrenadores y padres, puede constituir el primer paso para facilitar la “toma de conciencia” sobre el importante papel jugado por ambas partes.

Como se ha puesto de manifiesto en numerosos estudios (Martens, 1978; Passer, 1983; Brustad, 1988; Greendorfer, 1992; Shields y Bredemeier, 1994; Weiss, 1995; Weinberg y Gould, 1996; Cruz y cols. 1996; Buceta, 2000; Pelegrín, 2002; Gimeno, 1995 y 2004; Ezquerro, 2005) **entrenadores y padres**, o padres y entrenadores (el cambio de orden no altera el resultado en este caso) **son responsables**, en gran medida, de las consecuencias que sobre el desarrollo psicológico y físico tendrá la práctica deportiva de sus deportistas o hijos, respectivamente. Ambas partes tienen la gran responsabilidad de contribuir en la mejor y mayor medida posible al desarrollo de estos jóvenes en pleno proceso de formación. Pero esta tarea no es fácil, requiere que entrenadores y padres: (1) conjuntamente sepan trabajar en equipo; (2) e individualmente manejen actitudes sólidas (como la comprensión,

* Gimeno, F. (2005): Asesoramiento y formación con entrenadores y padres de deportistas jóvenes. En E. J. Garcés, A. Olmedilla y P. Jara (coords.) *Psicología y Deporte*. Murcia: Diego Marín

la colaboración, el respeto, la persistencia, la confianza, ...), ciertos conocimientos (como qué conviene hacer y qué no en determinadas situaciones) y habilidades (como escuchar, preguntar, mostrarse asertivo al recibir o formular una crítica).

Tabla 1. Posibles efectos de la práctica deportiva en deportistas jóvenes.

POSIBLES EFECTOS POSITIVOS DE UNA PRÁCTICA DEPORTIVA ADECUADA	POSIBLES EFECTOS NEGATIVOS DE UNA PRÁCTICA DEPORTIVA INADECUADA
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de las cualidades físicas básicas . - Aprendizaje de los patrones motores básicos, la coordinación y el dominio del propio cuerpo. - Desarrollo de cualidades psicológicas básicas como la superación de uno mismo, la socialización, el trabajo en equipo y en grupo. - Aprendizaje de actitudes y habilidades psicológicas específicas como saber ganar y saber perder, "jugar limpio", saber controlarse en momentos de dificultad, ocupar activamente el tiempo libre. - Desarrollo de hábitos de práctica deportiva para el futuro. - Educación para la salud. - Diversión. - Y, en definitiva, la consecución de una condición física y psicológica saludables. 	<ul style="list-style-type: none"> - Complicaciones osteoarticulares (lesiones diversas), respiratorias (asma de esfuerzo, neumotórax espontáneo, ...) y cardiovasculares. - Baja confianza y autoestima (ej. por la ausencia de oportunidades para mostrar competencia; o por la resolución inadecuada de situaciones de fracaso; o debido a una evaluación distorsionada del propio rendimiento; ...). - Falta de autocontrol (ej. debido a una alta frecuencia y/o intensidad de situaciones estresantes en el entrenamiento y la competición; o por la exposición a situaciones de indefensión; ...). - Deterioro de la relación familiar (ej. por la escasa o excesiva implicación de los padres en la actividad deportiva; o por la actuación de entrenadores "competidores" con los modelos paterno y materno; ...). - Déficits en habilidad social (ej. por la ausencia de oportunidades para la aceptación y/o formulación de críticas; debido a la exposición a modelos adultos agresivos o pasivos en el manejo de conflictos; ...). - Actitudes agresivas, intolerantes o exacerbadamente competitivas (ej. por la exposición a modelos de conducta caracterizados por la agresión física y/o verbal; relacionado con mensajes "todo vale", "ganar es lo único que importa"; ...).

Para ayudar a entrenadores y padres en la consecución de este funcionamiento colectivo e individual, se presentan a continuación una serie de propuestas¹ de asesoramiento y formación (o entrenamiento). El conjunto de estas propuestas están organizadas en tres fases, cada una de las cuales persigue los siguientes objetivos específicos:

- 1ª fase: favorecer una disposición motivacional (sensibilización) y actitudes adecuadas (toma de conciencia) en entrenadores y padres
- 2ª fase: propiciar el aprendizaje en el establecimiento de objetivos, la toma de decisiones y la utilización de técnicas y estrategias para el manejo eficaz de situaciones y la solución de problemas en el contexto de la relación padres-entrenador y padres-hijos
- 3ª fase: crear las condiciones necesarias y llevar a cabo el ensayo y la utilización de las habilidades y pautas de conductas relevantes en cada caso

Estas tres fases constituyen un continuo de actuación con entrenadores y padres que discurre de lo general a lo específico y de lo superficial a lo profundo:

1ª FASE Sensibilización y toma de conciencia	2ª FASE Objetivos, decisiones y solución de problemas	3ª FASE Ensayo y utilización de pautas de conducta
Acción de carácter más general. Objetivos de cambio conductual de carácter más superficial y menos estable o permanente	→	Acción de carácter más específica Objetivos de cambio conductual de carácter más profundo y estable

Aunque la situación teóricamente idónea para la aplicación de este proceso es: en el contexto de una misma organización deportiva (federación, club, escuela deportiva, ...), realizando este trabajo de forma paralela con los

¹ Para la elaboración de estas propuestas se ha tenido en cuenta, de una manera especial, la experiencia de la aplicación de los programas "Entrenando a Padres y Madres" del Gobierno de Aragón (Gimeno, 2000, 2003^a, 2003^b y 2005^a) y "Prevención de la Violencia en el Fútbol Base" del Consejo Superior de Deportes (Gimeno, 2005^b).

entrenadores y los padres, comenzando por la 1ª fase, continuando por la 2ª hasta llegar a la 3ª; cuando resulte necesario (p.ej. por falta de tiempo, medios materiales o humanos, incidencia de situaciones críticas, ...), pueden aplicarse cada una de estas tres fases por separado, con grupos independientes o, trabajando con un grupo de entrenadores o padres en la 2ª ó en la 3ª fase, pueden llevarse a cabo actuaciones propias de las fases precedentes.

1ª fase: SENSIBILIZACIÓN Y TOMA DE CONCIENCIA

Para que entrenadores y padres consideren que les merece la pena modificar su forma habitual de pensar o de comportarse es preciso que comprendan que hay una alternativa mejor. Para ello es preciso implicarlos en un proceso cognitivo en el que “guiados de la mano”, pero “por ellos mismos”, consideren la información relevante y extraigan las conclusiones oportunas en cada caso. Convencer a la fuerza nunca es una buena opción para garantizar un cambio estable y permanente, por ello, un elemento fundamental para garantizar la calidad y eficacia de este proceso de asesoramiento es la competencia profesional del especialista que lo dirige: preferentemente un psicólogo deportivo, o un técnico deportivo preparado específicamente por éste.

En la tabla 2 se describe el proceso de asesoramiento que puede llevarse a cabo, unilateralmente o de forma paralela, con entrenadores y padres. Por medio de este proceso, se pretende poner las bases de un funcionamiento individual y colectivo que favorezca la relación entrenadores-padres y, en consecuencia, la formación y educación de los jóvenes deportistas. Este proceso puede llevarse a cabo en el marco de un taller diseñado con este propósito (*work shop*), o en un encuentro individual con el entrenador o con los padres o con ambas partes. Así mismo, este proceso puede estar apoyado por algún tipo de soporte informativo, como por ejemplo un folleto o vídeo.

Tabla 2. Proceso de asesoramiento con entrenadores y padres dirigido a favorecer la sensibilización y toma de conciencia sobre la propia conducta y sobre la relación entre entrenadores y padres.

TAREAS, PREGUNTAS O REFLEXIONES QUE, DE MANERA PROGRESIVA, SE PUEDEN PLANTEAR CON LOS ENTRENADORES Y LOS PADRES	
CON LOS ENTRENADORES	CON LOS PADRES
1. Identificar los objetivos que se proponen en su trabajo con deportistas jóvenes y la importancia de los mismos.	1. Identificar las razones por las que les parece adecuado que sus hijos practiquen deporte y la importancia de tales razones.
2. Comprender la coincidencia con los padres en estos objetivos, especialmente en aquellos que hacen referencia a la “formación y educación de sus hijos”.	2. Comprender la coincidencia con los entrenadores en estas razones, especialmente en aquellas que hacen referencia a la “formación y educación” de los deportistas.
3. Comprender que cuando un grupo de personas comparten uno o varios objetivos y llevan a cabo esfuerzos para alcanzarlos constituyen realmente un “equipo” .	
4. Comprender que cuando se dan las condiciones básicas para trabajar en equipo y las personas implicadas no funcionan de esta forma, la consecuencia inmediata es un menor rendimiento y eficacia en la consecución de los objetivos.	
5. Identificar qué actitudes y conductas han observado en padres y madres de jóvenes deportistas que en su opinión tienen un efecto negativo en su formación y educación. ¿Algunas actitudes y conductas “encajan” en alguno de estos dos estilos ² ?	
<p>a) Estilo de “alta presión o excesiva implicación”³:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❶ ¿”Empujo” o animo demasiado a mi hijo/a a hacer deporte y a participar en competiciones? ❷ ¿Soy de los que le da indicaciones técnicas a su hijo/a durante una competición o antes o después de la misma? ❸ ¿Me desespera o irrita que mi hijo/a o su equipo pierdan con otros que pienso que no son tan buenos? ❹ ¿Le he mostrado alguna vez mi enfado al entrenador/a de mi hijo/a por no contar con él como titular del equipo o por asignarle un puesto que creo no le corresponde? ❺ ¿Suelo recriminar al árbitro durante una competición cuando su actuación no me ha parecido acertada? ❻ ¿He recriminado o discutido abiertamente alguna vez con los padres de otros deportistas durante un entrenamiento o una competición? ❼ ¿He ridiculizado alguna vez al adversario delante de mi hijo/a? ❽ ¿He hablado alguna vez despectivamente del comportamiento y de la forma como el entrenador/a de mi hijo/a hace su trabajo? ❾ En algunas ocasiones, ¿le doy demasiada importancia o critico el resultado de mi hijo/a en una competición? ❿ ¿”Sueño” conquie mi hijo/a sea algún día un/a gran campeón/a? <p>b) Estilo de “rechazo o apatía”⁴:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❶ ¿Amenazo a mi hijo/a, e incluso llego a castigarlo, con dejar de hacer deporte cuando no va bien en los estudios o hace algo mal? ❷ ¿Suelo molestarte o mostrar poco interés en acompañar a mi hijo/a a los entrenamientos o competiciones? ❸ ¿Me molesta o me muestra poco interés en acudir a una reunión o a hablar con el entrenador/a cuando éste/a me cita? ❹ ¿Pienso que mi hijo podría dedicarse a otro tipo de actividades más provechosas que hacer deporte? 	

² Estilos conductuales identificados en el estudio de campo realizado con padres, entrenadores, deportistas y jueces-árbitros para la elaboración de los materiales y diseño de los talleres del programa “Entrenando a Padres y Madres”.

³ Las características conductuales del estilo de “alta presión o excesiva implicación” se corresponden con los tipos de padres “entrenador auxiliar”, “hipercrítico”, “vociferante” y, parcialmente, con el “sobreprotector” etiquetados por Smoll (1991).

⁴ Las características conductuales del estilo de “rechazo o apatía” se corresponden con los tipos de padres “desinteresado” y, parcialmente, con el “sobreprotector”, etiquetados por Smoll (1991).

Tabla 2 (continuación). Proceso de asesoramiento con entrenadores y padres dirigido a favorecer la sensibilización y toma de conciencia sobre la propia conducta y sobre la relación entre entrenadores y padres.

TAREAS, PREGUNTAS O REFLEXIONES QUE, DE MANERA PROGRESIVA, SE PUEDEN PLANTEAR CON LOS ENTRENADORES Y LOS PADRES	
CON LOS ENTRENADORES	CON LOS PADRES
6. Reflexionar acerca de las posibles causas o razones que motivan tales actitudes y conductas negativas (¿desconocimiento, falta de control, deseo incontrolado de que el hijo llegue a ser como sus padres o que alcance lo que ellos no pudieron lograr, ...?)	
7. Reflexionar sobre el posible papel del entrenador para reconducir ese tipo de actitudes y conductas negativas de los padres (¿pueden los entrenadores aportar información útil a los padres, para que comprendan cómo ayudar a su hijo; o ayudarles a mejorar su autocontrol en situaciones relacionadas con el deporte que practican sus hijos; ...).	
8. Identificar qué actitudes y conductas han observado en padres y madres de jóvenes deportistas que en su opinión tienen un efecto positivo en su formación y educación. “¿Pueden las madres y los padres ...?” ⁵ <ul style="list-style-type: none"> - Facilitar a nuestros hijos que realicen el tipo de actividad deportiva que más les guste, lugar de la que más nos gusta a nosotros. - Interesarnos por el deporte que practica nuestro/a hijo/a: si le gusta, si se divierte, si progresa y aprende, asistiendo a las competiciones o actividades en las que participe, ... - Interesarnos por el enfoque de la práctica deportiva por parte del entrenador de nuestro/a hijo/a, solicitándole información sobre las características del deporte, el reglamento, lo que espera de los padres de sus deportistas, planteándole nuestras dudas e inquietudes. - Animar a nuestro/a hijo/a en una competición, apoyándole, reconociendo su esfuerzo e interés, pero evitando “hacer de entrenador”. - Mantenernos tranquilos y confiar en nuestro/a hijo/a cuando, durante un entrenamiento o una competición, comete un error o no le salen las cosas. - Mostrar respeto y cordialidad en las competiciones con entrenadores y deportistas de los equipos contrarios. - Respetar, comprender y apoyar la función de los árbitros en las competiciones. Las quejas y propuestas pueden plantearse a través de los canales adecuados, en lugar de hacerlo en público. - Animar a nuestro/a hijo/a a practicar deporte de acuerdo con las reglas. - Aplaudir las buenas actuaciones tanto de nuestros propios hijos/as como las de sus compañeros/as de equipo y del equipo contrario. - Asistir, participar y colaborar con el entrenador/a cuando nos convoca a una reunión. - Colaborar con nuestro/a hijo/a, su entrenador/a y su colegio o club o equipo en los entrenamientos y en la organización de actividades y competiciones. - Preguntar al entrenador/a educada y discretamente (en un lugar y momento adecuados) cuando hay algo que no comprendemos o no nos gusta lo que hace. - Delegar en el entrenador/a la labor-tarea de la educación de nuestro/a hijo/a al hacer deporte. - No olvidar el resto de miembros de la familia, consiguiendo que ninguno se sienta especialmente rechazado o ensalzado/encumbrado por el deporte que practica. 	
9. ¿Tienen derecho los entrenadores a ser respetados y apoyados en su trabajo por los padres? Pero también, ¿tienen la responsabilidad-obligación de ayudarles en la relación con sus hijos?	8. ¿Tienen derecho los padres a recibir información y apoyo de los entrenadores para favorecer la formación y relación con sus hijos? Pero también, ¿tienen responsabilidad-obligación de respetarles ya apoyarles en el trabajo que realizan?

⁵ Pautas conductuales identificadas en el estudio de campo realizado con padres, entrenadores, deportistas y jueces-árbitros para la elaboración de los materiales y diseño de los talleres del programa “Entrenando a Padres y Madres”. Directrices conductuales en esta misma línea puede encontrarse en los trabajos de Smoll (1991); Gordillo (1992); Cruz (1997); y Valiente y cols. (2001).

Tabla 2 (continuación). Proceso de asesoramiento con entrenadores y padres dirigido a favorecer la sensibilización y toma de conciencia sobre la propia conducta y sobre la relación entre entrenadores y padres.

TAREAS, PREGUNTAS O REFLEXIONES QUE, DE MANERA PROGRESIVA, SE PUEDEN PLANTEAR CON LOS ENTRENADORES Y LOS PADRES	
CON LOS ENTRENADORES	CON LOS PADRES
10. ¿Son conscientes los entrenadores del enorme valor y utilidad de los padres con respecto al trabajo que realizan con sus hijos y para ellos mismos como profesionales y como personas? ¿"Sirven" los padres para, p.ej.: conocer mejor a los deportistas; ayudarles para asistir y participar en entrenamientos y competiciones; recibir apoyo y reconocimiento por el trabajo que realizan con sus hijos; ...?	9. ¿Son conscientes los padres del enorme valor y utilidad de los entrenadores con respecto a la formación y educación de sus hijos, y para ellos mismos como padres y como personas? ¿"Sirven" los entrenadores para, p.ej.: conocer mejor a sus hijos; ayudarles en otras facetas de su desarrollo personal –hábitos de conducta relacionados con la utilización del tiempo, la alimentación, la implicación en sus estudios, ...); recibir apoyo y reconocimiento por su labor educativa con sus hijos; ...?
<p>Entonces, ... ¿por qué no nos ponemos "ya" a trabajar juntos? ¿por qué no formalizamos "ya" nuestra relación?</p>	

En aquellos casos en los que pueda contarse con suficiente tiempo y disposición de trabajo con los entrenadores, la reflexión de los apartados 5, 6 y 7 es preciso que se extienda a la figura del entrenador. Es decir, la autorreflexión del entrenador acerca de aquellas actitudes y conductas en su relación con los padres (y también con los deportistas) que no favorecen una influencia positiva y educativa, puede ayudarle a manejar una perspectiva más empática en la relación con los padres y una mejor disposición para la mejora de su propia conducta.

Otro escenario idóneo para la sensibilización y toma de conciencia en entrenadores y en padres de deportistas jóvenes lo constituyen las **campañas divulgativas** en las que, a través de mensajes directos y presentados de manera atractiva por medio de guías, folletos, programas de radio, artículos en prensa escrita o Internet, se intenta llegar al mayor número posible de la

población implicada. Este es el caso de campañas actualmente vigentes, como: “Entrenando a Padres y Madres”, del Gobierno de Aragón (Gimeno, 2000); la “Campaña de promoción del *fairplay* y la deportividad en el deporte en edad escolar” elaborada por el *Grup d’Estudis de Psicologia de l’Sport* (GEPE) (Cruz y cols. 2000; y Valiente y cols. 2001); “Los padres también juegan”, en el contexto del Club del Real Madrid (Buceta y Beirán, 2002); y la promovida desde 2003 por la Fundació Esportiva Municipal València de la Regidoria D’Esports i Temps Lliure del Ajuntament de Valencia.

2ª fase: PLANTEAMIENTO DE OBJETIVOS, TOMA DE DECISIONES Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

El propósito fundamental de esta 2ª fase es ayudar a entrenadores y padres a concretar, desde su propia perspectiva personal, las reflexiones e ideas que han manejado a lo largo del proceso de sensibilización y toma de conciencia de la fase anterior.

En el caso del entrenador, la pregunta a la que se intenta dar respuesta es: **¿Qué objetivos puedo proponerme como entrenador en el trabajo con los padres de mis deportistas?** En la tabla 3 se describen los elementos básicos para la planificación del proceso de asesoramiento y formación del entrenador para la mejora de la relación con los padres, con el fin de ayudarles a:

1. Identificar los objetivos de su trabajo con los padres. Es decir, qué “resultados” de naturaleza conductual pueden proponerse con los padres de sus deportistas, de quienes ya conocen o pueden tener la oportunidad de conocer con mayor detalle la relación que mantienen con sus hijos con respecto a la actividad deportiva que éstos realizan.
2. Comprender cuál es la mejor alternativa para alcanzar los resultados planteados en el apartado anterior (1), llevando a cabo el oportuno proceso de toma de decisiones.

3. Establecer el “plan de acción” más adecuado para aplicar, de la manera más eficaz, las decisiones adoptadas en el apartado anterior (2), resultante de un proceso de “solución de problemas”.

El psicólogo deportivo que trabaja con un entrenador o grupo de entrenadores en el marco de un programa de asesoramiento puede plantearse como propósito en esta 2ª fase formar a cada entrenador para que sea capaz de cumplimentar en su caso particular cada uno de los apartados de esta tabla nº 3. Para los tres apartados de la planificación del trabajo a realizar con los padres (objetivos, decisiones y técnicas-estrategias), será preciso que los entrenadores tengan un conocimiento de los padres de sus deportistas que les permita concretar las pautas de conducta y situaciones clave en cada caso. Pero además, es necesario ofrecer a los entrenadores una información detallada acerca de:

- Ejemplos de actitudes y conductas que perjudican y que favorecen la relación con los padres en el contexto de la práctica deportiva de sus hijos.
- Ejemplos de técnicas y estrategias de influencia interpersonal relacionadas con el manejo de la comunicación verbal y no-verbal, estrategias operantes (refuerzo, castigo, ...) y de modelado, contextualizadas en el caso de la relación con los padres, ...

Esta información puede presentarse en el marco de talleres diseñados específicamente para este fin o de entrevistas individuales con el apoyo de materiales didácticos (ej. folletos o manuales) que faciliten lo mejor posible “qué” puede proponerse el entrenador y “cómo” es la mejor manera de lograrlo (Gimeno, 2003a y 2005b; Peris, 2003; Buceta, 2004; Zulaika, 2004).

Tabla 3. Preguntas e ideas clave en el asesoramiento y formación del entrenador para la planificación de su trabajo dirigido a la mejora de la relación con los padres.

OBJETIVOS→	DECISIONES→	TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS
¿ <u>Qué puedo hacer</u> para que determinado padre o madre deje de hacer ... o deje de pensar ... aquello que considero que es negativo para la relación con su hijo o para el trabajo que yo realizo como entrenador?	¿Qué actitudes y conductas características de un estilo de “alta presión” o de “rechazo - apatía” (ver tabla 2) son característicos de cada uno de los padres de los deportistas a los que entreno?	¿Qué técnicas o estrategias ⁶ puedo utilizar para favorecer un cambio de conducta en la dirección de los objetivos y decisiones planteados anteriormente? Como por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> – Reducir o anular el incentivo que esté manteniendo las actitudes y conductas negativas de los padres. – Aprobar o incentivar actitudes y conductas positivas que sustituyan a las negativas. – Reprobar y sancionar actitudes y conductas negativas – Separar a una persona de una situación.
¿ <u>Qué puedo hacer</u> para que determinado padre o madre mantenga o adquiera aquellas actitudes y conductas que considero son positivas para la relación con su hijo o para el trabajo que yo realizo como entrenador?	¿Qué actitudes y conductas positivas para la educación de mis deportistas son ya característicos de la relación que mantienen con sus padres? ¿Qué otras actitudes y conductas positivas soy capaz de promover con los padres de mis deportistas?	¿Qué técnicas o estrategias ⁵ puedo utilizar para favorecer un cambio de conducta en la dirección de los objetivos y decisiones planteados anteriormente? Como por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> – Aportar información útil. – Aprobar e incentivar, en presencia de los padres, actitudes y conductas positivas en otras personas. – Ser modelo o ejemplo para los padres. – Aprobar e incentivar actitudes y conductas positivas de los padres. – Facilitar que una actitud o conducta positiva de los padres anule o reduzca un daño o perjuicio.
¿ <u>Qué puedo hacer</u> para mejorar mi eficacia en el manejo de las situaciones más incómodas o conflictivas con los padres de mis deportistas?	En mi caso concreto, las situaciones más incómodas o conflictivas con los padres son ...	¿Qué “táctica”, estrategias de negociación, o técnicas asertivas de recepción y formulación de críticas son las más adecuadas para afrontar eficazmente las situaciones planteadas anteriormente?

⁶ Técnicas y estrategias descritas en el capítulo 3 “Influyendo eficazmente en las actitudes y conductas de los padres” del Manual del programa “Entrenando a Padres y Madres”.

En el caso de los padres, la pregunta a la que se intenta dar respuesta en esta 2ª fase del proceso de asesoramiento es: **¿Qué objetivos como padre o madre puedo proponerme para influir positivamente en mi hijo/a en el contexto del deporte que practica?** De forma análoga al proceso descrito anteriormente en el caso del entrenador, en la tabla 4 se describen los elementos básicos para la planificación del proceso de asesoramiento y formación con los padres para la mejora de la relación con sus hijos y los entrenadores, con el fin de ayudarles a:

1. Identificar los objetivos de la relación con sus hijos y con su entrenador/a. Es decir, qué actitudes y conductas clave consideran que pueden tener una influencia más beneficiosa en la educación de sus hijos con respecto a la actividad deportiva que éstos realizan.
2. Comprender cuál es la mejor alternativa para alcanzar los resultados planteados en el apartado anterior (1), llevando a cabo el oportuno proceso de toma de decisiones.
3. Establecer el “plan de acción” más adecuado para aplicar de la manera más eficaz las decisiones adoptadas en el apartado anterior (2), resultante de un proceso de “solución de problemas”.

El especialista puede plantearse como propósito en esta 2ª fase formar y ayudar directamente a cada padre/madre para que sea capaz de cumplimentar en su caso particular cada uno de los apartados de esta tabla nº 4. Por otra parte, es necesario ofrecer a los padres una información detallada acerca de:

- Ejemplos de actitudes y conductas que perjudican y que favorecen la relación con sus hijos y los entrenadores (ver tabla 2, apartados 5 y 8).
- Ejemplos de técnicas y estrategias de solución de problemas y de comunicación interpersonal contextualizadas en el caso de la relación con sus hijos y con los entrenadores.

Tabla 4. Preguntas e ideas clave en el asesoramiento y formación de los padres para la planificación de su trabajo dirigido a la mejora de la relación con sus hijos y con los entrenadores.

OBJETIVOS→	DECISIONES→	TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS
<p>En el contexto de la actividad deportiva que realiza mi hijo/a, ¿qué puedo dejar de pensar o hacer porque le perjudica o porque no supone para él/ella un buen ejemplo?</p>	<p>¿Qué actitudes y conductas características de un estilo de “alta presión” o de “rechazo - apatía” (ver tabla 2, apdo. 5) puedo reconocer que aparecen en la relación con mi hijo/a y con su entrenador?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexionar sobre mi propio comportamiento con mi hijo y aceptarlo. - Recordar mis derechos: a equivocarme, a no ser perfecto, a no saber o no entender algo, a actuar y pensar de modo diferente a los demás, a cambiar de opinión. - Comprender las consecuencias negativas que conlleva para ambas partes. - Elegir una respuesta más adecuada (ver tabla 2, apdo. 8). - Adoptar un compromiso con fecha y modo de evaluación.
<p>En el contexto de la actividad deportiva que realiza mi hijo/a, ¿qué puedo esforzarme por hacer (o hacer lo mejor posible) porque es bueno o supone un buen ejemplo para él/ella.</p>	<p>¿Qué actitudes y conductas características de carácter educativo (ver tabla 2, apdo. 8) me gustaría seguir manteniendo o incorporar en la relación con mi hijo/a y con su entrenador?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexionar sobre mi propio comportamiento con mi hijo y aceptarlo. - Recordar mis derechos: a reconocer lo que hago bien, a ser consciente de mis cualidades, a utilizar lo que conozco y sé hacer, a actuar y pensar de modo diferente a los demás, a cambiar de opinión. - Comprender las consecuencias positivas que conlleva para ambas partes. - Adoptar un compromiso con fecha y modo de evaluación.
<p>Mejorar mi eficacia en el manejo de determinadas situaciones con mi hijo/a y/o con su entrenador.</p>	<p>En este momento, ¿qué situaciones son especialmente conflictivas en la relación con mi hijo/a (ej. relacionadas con su actividad académica, utilización del tiempo libre, actividad deportiva, ...) y con su entrenador?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo puedo comprender mejor estas situaciones conflictivas analizándolas adecuadamente, definiéndolas desde una perspectiva interna, fomentando una actitud positiva y constructiva? - ¿Qué “táctica”, estrategias de negociación, o técnicas asertivas son las más adecuadas para afrontar eficazmente estas situaciones? - ¿En qué medida el apoyo y colaboración del entrenador pueden ayudarme a manejar más eficazmente estas situaciones conflictivas con mi hijo/a?

Esta información es importante que se presente de una manera atractiva, plástica y dinámica, por ejemplo: (1) en el marco de talleres diseñados específicamente para este fin; (2) o bien en un contexto más específico, mediante entrevistas individuales. El apoyo adicional de materiales didácticos (ej. folletos o manuales) que faciliten lo mejor posible “qué” puede proponerse el padre o la madre y “cómo” es la mejor manera de lograrlo (Gimeno, 2003a y 2005b; Peris, 2003; Buceta, 2002 y 2004; Zulaika, 2004) serán sin duda de una notable ayuda.

3ª fase: CREAR LAS CONDICIONES NECESARIAS PARA EL ENSAYO Y LA UTILIZACIÓN DE LAS HABILIDADES Y PAUTAS DE CONDUCTAS RELEVANTES EN CADA CASO

Estar concienciado y comprender lo que hay que hacer no es garantía suficiente para ser eficaz y tener éxito en el complejo contexto de las relaciones interpersonales entre entrenadores, padres y deportistas. De la misma forma que ningún entrenador estaría satisfecho con simplemente motivar y explicar a sus deportistas acerca de cómo jugar el partido del fin de semana, sino que intentaría ensayar y entrenar lo que sus éstos tendrían que hacer, en condiciones lo más parecidas al partido; igualmente sucede en el caso del asesoramiento y formación con entrenadores y padres: En la medida de lo posible, es preciso ensayar y entrenar las pautas de conducta y de actuación que comprenden y quieren llevar a cabo. Éste “**entrenamiento**” puede realizarse en estos **tres contextos** específicos: un taller de entrenamiento en habilidades sociales y de solución de problemas; la exposición en situación real con diferentes garantías de control y supervisión; o en el marco de una entrevista individual. En cualquiera de estos tres contextos se pretende el entrenamiento de estas **cuatro habilidades** conductuales:

1. **Entrenamiento en habilidades sociales:** Con el fin de favorecer el aprendizaje de las conductas específicas que se han establecido en la 2ª fase (ver tablas 3 y 4) y su integración en el repertorio conductual de la persona. Por ejemplo, en el caso de los entrenadores, formular

preguntas y mostrar una actitud no-verbal de cordialidad ante la recepción de una crítica por parte de un padre/madre; y en el caso de los padres, escuchar de forma activa, sin “dar inmediatamente un consejo” cuando su hijo/a le comenta acerca de un entrenamiento o un partido.

2. **Entrenamiento en reestructuración cognitiva:** El objetivo en este caso es el cambio o modificación de aquellos valores, creencias, y/o actitudes que en el proceso de la 2ª fase entrenadores y padres hayan reconocido su carácter disfuncional. Por ejemplo, en el caso de los entrenadores, “los padres tienen que estar de acuerdo con lo que yo pienso”; y en el caso de los padres, “mi hijo/a debería contarme todo lo que piensa, siente y hace”.
3. **Entrenamiento en control de la ansiedad:** El éxito en este proceso puede alcanzarse a través de dos vías: (1) directamente (ej. mediante la exposición “en vivo” durante la participación en un *role-playing*, observando los criterios de aplicación adecuados para facilitar el proceso de contracondicionamiento, en el caso de aquellas personas que se identificara una respuesta de ansiedad condicionada (Echeburúa y De Corral, 1993; Kazdin, 1996); (2) e indirectamente (ej. al observar las consecuencias positivas de la actuación de un miembro del grupo al representar una pauta de conducta en un *role-playing*; o consecuencia del efecto del entrenamiento en habilidades o de la reestructuración cognitiva).
4. **Entrenamiento en solución de problemas:** En este caso se pretende que los entrenadores y los padres sean capaces de definir desde una perspectiva interna (“en 1ª persona”) las dificultades que tienen entre ellos o en la relación padres-hijos y seleccionen el estilo y las estrategias de afrontamiento más adecuados que maximicen la probabilidad de alcanzar los objetivos planteados al definir el problema.

1. Ensayo y utilización de pautas de conducta en el marco de talleres de Habilidades Sociales y Solución de Problemas.

1.1. Justificación

1.1.1. El grupo de entrenadores o padres que participa en estos talleres proporciona, en cada caso, las personas necesarias para diseñar y reproducir las representaciones de papeles de las situaciones cotidianas ellos mismos manejan.

1.1.2. Por otra parte, los miembros del grupo proporcionan modelos más cercanos a ellos mismos (modelos de *coping*), lo que contribuye a disipar la idea de que el modelo “*master*” (ej. del psicólogo deportivo) es la única forma “correcta” de manejar una determinada situación.

1.2. Procedimiento⁷:

1.2.1. Identificación de situaciones en la relación entrenadores-padres en las que se experimenta una baja competencia o insatisfacción personal.

Por ejemplo, en el caso de los entrenadores: diferentes momentos durante una reunión con los padres (el comienzo, recepción de críticas u objeciones en público, ...), una entrevista con un padre para solicitarle un cambio de actitud al asistir a las competiciones de su hijo y, en general, cualquier situación incómoda o conflictiva planteada en la 2ª fase (tabla 3) y en las que se describen en el siguiente apartado nº 2 de esta 3ª fase (“Ensayo y utilización de pautas de conducta en el marco de la exposición en una situación real”).

⁷ Una información más detallada sobre supuestos prácticos, técnicas y estrategias de estos talleres puede encontrarse en la 2ª edición del Manual de Habilidades Sociales y Solución de Problemas del programa “Entrenando a Padres y Madres”.

En el caso de los padres, por ejemplo: asistir a una competición de su hijo y observar un trato injusto por parte del árbitro, el propio entrenador, otros deportistas, ... y, en general, cualquier situación incómoda o conflictiva planteada en la 2ª fase (tabla 4) y en las que se describen en el siguiente apartado nº 2 de esta 3ª fase (“Ensayo y utilización de pautas de conducta en el marco de la exposición en una situación real”).

- 1.2.2. Descripción de la situación “problema”: características ambientales (momento, lugar, ...) y la conducta (papel o *rol*) de cada una de las personas implicadas.
- 1.2.3. Representación de lo que normalmente ocurre con la participación de personas del grupo a quienes se asigna un papel de alguna de las personas implicadas.
- 1.2.4. Análisis de los componentes conductuales de los diferentes roles representados en la situación e identificación de las posibles cogniciones y conductas desadaptativas que estén influyendo en el manejo inadecuado de la situación por parte del entrenador o del padre, según corresponda.
- 1.2.5. Explicación de los fundamentos del estilo asertivo: componentes verbales, no-verbales y cognitivos (derechos asertivos) de un estilo asertivo en comparación con estilos agresivos y pasivos; estrategias asertivas básicas, como el acuerdo parcial, los “mensajes yo”, el compromiso viable, ...
- 1.2.6. Identificación de los objetivos adecuados para el manejo de la situación planteada y sugerencia de respuestas alternativas por otros miembros del grupo y por el psicólogo.
- 1.2.7. Nuevas representaciones sucesivas de la situación modificando únicamente el papel del “protagonista” (entrenador o padre, según el

caso), realizando un análisis comparativo de las diferencias en el papel del “protagonista” y su relación con la consecución de los objetivos planteados en el apartado 1.2.6.

1.2.8. Ensayo conductual de las respuestas socialmente adecuadas por parte de diferentes miembros del grupo y del psicólogo, en el caso de este último cuando su propio modelo pueda aportar un contenido informativo o emocional relevante para el manejo de la situación.

1.2.9. Evaluación de la efectividad de la estrategia propuesta y reflexión sobre las características asertivas de la misma.

1.2.10. Propuesta de práctica real y/o encubierta (ensayo conductual en imaginación) por parte de cada persona del grupo en relación con sus propias circunstancias en la relación entrenador-padres.

2. Ensayo y utilización de pautas de conducta en el marco de la exposición en una situación real.

2.1. Justificación

2.1.1. No siempre el marco estructurado y controlado de un taller de habilidades sociales y solución de problemas es la situación de aprendizaje más eficaz para la adquisición y consolidación de determinadas pautas conductuales de afrontamiento. En aquellos casos que los entrenadores o los padres, encuentren una dificultad especial al manejar una determinada actitud o conducta, puede ser útil que, con ayuda del psicólogo, se sitúen de la manera más próxima a la situación real con el objetivo de favorecer el comportamiento apropiado.

2.1.2. Por otra parte, el psicólogo, en relación con entrenadores y padres, y el entrenador, en relación con los padres, pueden proporcionar

modelos adecuados sobre la forma “correcta” de manejar una determinada situación.

2.2. Procedimiento:

2.2.1. El psicólogo deportivo o un entrenador que haya adquirido una preparación adecuada mediante su participación en la 1ª fase y, de manera especial, en el apartado nº 1 de esta 3ª fase (Ensayo y utilización de pautas de conducta en el marco de talleres de Habilidades Sociales y Solución de Problemas), puede acompañar a los entrenadores o los padres en las situaciones que se pretende manejen con mayor eficacia. En estas situaciones, la intervención del especialista (psicólogo deportivo o entrenador) estará en función de los objetivos de cambio conductual planteados en cada caso. Veamos a continuación tres ejemplos:

Ejemplo nº 1. En el caso de una **conversación entre el entrenador y los padres** de uno de sus deportistas, el psicólogo puede reforzar o estimular la ocurrencia de conductas de interacción asertivas, o por el contrario castigar aquellas de carácter pasivo o agresivo. Adicionalmente, finalizada la conversación, el psicólogo puede aportar feedback al entrenador o a los padres, según corresponda, con el objetivo de reforzar la utilización de las actitudes y conductas adecuadas en una nueva ocasión.

Ejemplo nº 2. El psicólogo puede acompañar al **entrenador en una reunión con los padres** para facilitar su intervención en situaciones como las siguientes: el inicio de la reunión, para “romper el fuego”; durante el transcurso de la misma, donde el psicólogo con breves intervenciones permite al entrenador “no perder el hilo”, revisar sus notas o tomar decisiones sobre el estilo y contenido de su intervención en el resto de la reunión.

Ejemplo nº 3. En el caso de **unos padres que asisten preocupados a una competición de su hijo** (ej. un partido de tenis) el psicólogo puede acompañarles y: (1) ayudarles a verbalizar lo que piensan y sienten, favoreciendo a partir de aquí un proceso de modificación de ideas rígidas, catastrofistas, polarizadas, ...; o (2) puede ayudarles a ser conscientes del efecto que su comportamiento fuera de la pista tiene en su hijo mientras está jugando, mediante preguntas o a través de la reflexión del comportamiento que observan en otros padres que estén presenciando en la misma o en otras pistas el partido que juegan sus hijos. En relación con este tercer ejemplo, el psicólogo puede formar a un entrenador para que lleve a cabo este tipo de actuaciones con los padres de sus deportistas.

2.2.2. Concluido el episodio, ya sea en la finalización del mismo o en los días siguientes, y siempre que la interacción lo permita, es importante:

- Reforzar las conductas positivas de los entrenadores y los padres, y en su caso castigo (recriminación o sanción) de las conductas negativas o inadecuadas.
- Preguntar al entrenador o a los padres acerca de: (1) respuestas alternativas “si la situación volviera a producirse en las mismas circunstancias”; y (2) su opinión sobre la estrategia aplicada.
- Explicar los fundamentos conductuales relacionados con la actuación realizada (ej. habilidades de comunicación verbal y no-verbal, estilo asertivo, autocontrol, ...).
- Identificar los objetivos adecuados para la respuesta del entrenador o de los padres en una futura situación similar.
- En el caso que corresponda, agradecer por parte del especialista (psicólogo o entrenador) la colaboración recibida.
- Y por último, ofrecer la disponibilidad de colaboración permanente.

3. Ensayo y utilización de pautas de conducta en el marco de una reunión o entrevista individual.

3.1. Justificación

3.1.1. No siempre el marco estructurado y controlado de un taller de habilidades sociales y solución de problemas, ni la exposición directa a la situación real, son las situaciones de aprendizaje más eficaces para la adquisición y consolidación de determinadas pautas conductuales de afrontamiento. En aquellos casos en los que la conducta individual de entrenadores o padres, esté asociada a significativas implicaciones emocionales, puede ser útil que, con la ayuda del psicólogo, se sitúen en un contexto que garantice la intimidad y confidencialidad con el objetivo de favorecer el comportamiento apropiado.

3.1.2. Por otra parte, el psicólogo, puede proporcionar un modelo adecuado sobre la forma “correcta” de manejar una determinada situación.

3.3. Procedimiento⁸:

3.3.1. El psicólogo concierta una entrevista individual o reunión de grupo con entrenadores o padres. Como en los casos anteriores, la intervención del psicólogo estará en función de los objetivos de cambio conductual planteados en cada caso. Veamos a continuación tres ejemplos:

Ejemplo nº 1: Un entrenador que manifiesta no saber qué hacer con los padres de un deportista que “crean un mal ambiente” con el resto de padres. El psicólogo puede reunirse con este entrenador para

⁸ Una información más detallada sobre actuaciones en el marco de entrevistas individuales y reuniones de grupo con entrenadores, padres y deportistas puede encontrarse en el informe del programa “Prevención de la Violencia en el Fútbol Base”, Consejo Superior de Deportes, ref^a 07/SAL30/04

ayudarle a comprender el problema, describiendo el comportamiento de los padres, las características y la información objetiva acerca de las situaciones en las que se genera dicho “mal ambiente”, así como las consecuencias asociadas al comportamiento de los padres y del propio entrenador (análisis funcional de la conducta). Delimitadas las dificultades del entrenador, el psicólogo puede ayudarlo a que realice el proceso descrito en el apartado de “técnicas y estrategias” de la tabla 3, e incluso, mediante *role-playing* ayudarlo a ensayar las pautas de conducta que considere de utilidad para el manejo eficaz de la situación.

Ejemplo nº 2: En el caso de un grupo de padres que ha tenido un comportamiento agresivo en la última competición que de sus hijos, transcurridos varios días, el psicólogo puede citarles para proponerles que hablen de lo ocurrido “con hechos”, evitando juicios de valor, conduciendo la reunión hacia el objetivo de alcanzar el mejor compromiso posible con el grupo de padres de cara a su comportamiento en la próxima competición de sus hijos. El entrenador puede participar en esta reunión como observador con el objetivo de “coger el testigo” de los acuerdos adoptados.

Ejemplo nº 3: Los padres no saben qué hacer con su hijo/a y manifiestan que pierden el control. El psicólogo puede reunirse con estos padres para ayudarles a comprender el problema con su hijo/a, describiendo el comportamiento de cada uno, las características de las situaciones en las que el conflicto o las dificultades ocurren, así como las consecuencias asociadas al comportamiento de los padres y del hijo/a (análisis funcional de la conducta). Delimitadas las dificultades de autocontrol de los padres, el psicólogo puede ayudar a los padres a que realicen el proceso descrito en el apartado de “técnicas y estrategias” de la tabla 4, e incluso mediante *role-playing* ayudarlo a ensayar las pautas de conducta que considere de utilidad para el manejo eficaz de la situación. Finalmente, en los casos en

los que fuera oportuno, el psicólogo está en las mejores condiciones para aconsejar a los padres la ayuda de un especialista.

3.3.2. Concluida la reunión o entrevista, ya sea en la finalización o en los días siguientes, y siempre que la interacción lo permita, es importante:

- Reforzar las conductas positivas de los entrenadores y los padres, y en su caso castigo (recriminación o sanción) de las conductas negativas o inadecuadas.
- Identificar los objetivos adecuados para la respuesta del entrenador o de los padres en una próxima situación.
- Interesarse por cómo el entrenador o los padres manejan estas situaciones durante los días y semanas siguientes, ofreciéndoles feedback en la línea del punto anterior.
- Explicar los fundamentos conductuales relacionados con la estrategia y estilo de afrontamiento utilizado (ej. habilidades de comunicación verbal y no-verbal, estilo asertivo, autocontrol, ...).
- En el caso que corresponda, agradecer por parte del especialista (psicólogo o entrenador) la colaboración recibida.
- Y por último, ofrecer la disponibilidad de colaboración permanente.

Para finalizar, y en la línea de experiencias similares en el ámbito de la educación y la salud (Villar y cols. 2004), es necesario señalar la importancia del **compromiso real de las organizaciones deportivas** con la aplicación de estos programas de asesoramiento y formación con entrenadores y padres, para que realmente sean exitosos en relación con los objetivos que pretenden. Por ello, el psicólogo deportivo debe de plantearse como un objetivo estratégico de su actuación informar e ilusionar a los responsables deportivos, no solo para disponer de los mayores recursos económicos, materiales y

humanos posibles, sino para que consideren este tipo de programas en el conjunto de los objetivos de la organización deportiva, con una perspectiva temporal de medio-largo plazo, y para que los propios responsables se impliquen de una forma directa teniendo algún tipo de participación en las actividades, redactando algún tipo de nota informativa destacando la importancia que para la entidad tiene la realización del programa, etc.

RESUMEN Y CONCLUSIONES FINALES:

El argumento central de este capítulo dedicado al asesoramiento y formación de entrenadores y padres de deportistas jóvenes ha sido: ayudemos a que entrenadores y padres tengan el comportamiento idóneo entre ellos y en la relación con sus deportistas o hijos, respectivamente, y estaremos contribuyendo a que el deporte infantil y juvenil sea beneficioso especialmente para los practicantes (deportistas o hijos) pero también para sus “tutores” (entrenadores y padres). Por ello, se ha propuesto la utilización de una estrategia, el entrenamiento en el manejo en técnicas basadas en los fundamentos de la Modificación de Conducta, que ha mostrado su eficacia de cara tanto a la reducción y/o eliminación de comportamientos disruptivos, como a la adquisición y/o mantenimiento de comportamientos funcionales en diferentes contextos de la relación padres-hijos y padres-educadores (Cidad, 1991; McMahon, 1991; Serrano y Sánchez, 2002).

Pero para que este tipo de programas de asesoramiento y formación resulte eficaz y exitoso es preciso propiciar al máximo los siguientes requisitos:

- Un coherente diseño de los objetivos y contenidos que lo integran.
- La adecuada presentación y motivación de los participantes.
- El apoyo de materiales divulgativos y didácticos.
- La adaptación específica de los contenidos a las circunstancias individuales de los participantes.
- El compromiso real de los responsables de la organización deportiva en la que se aplica.
- La implicación de otras entidades o profesionales implicados, como por ejemplo: comités de árbitros y jueces deportivos, colegios de entrenadores, federaciones deportivas, instituciones municipales, provinciales o autonómicas con responsabilidad en materia deportiva, ...
- El seguimiento y evaluación de la aplicación de cada una de las fases y de los cambios actitudinales y conductuales en los participantes.

- La formación y competencia profesional del psicólogo responsable de la aplicación del programa, así como de aquellos técnicos que, bajo su supervisión, colaboren en la aplicación de diferentes apartados del programa.

Y por último, es preciso señalar que siguen siendo necesarios más estudios de carácter empírico que nos permitan mejorar la comprensión de los mecanismos y las consecuencias de la influencia recíproca entre entrenadores-padres-deportistas/hijos, así como las variables implicadas en la eficacia de la aplicación de las estrategias de asesoramiento y formación en este contexto.

BIBLIOGRAFÍA:

Buceta, J.M. (2000): The role of basketball in the educational development of youngsters. En J.M. Buceta (Ed.) *Basketball for young players*. International Basketball Federation.

Buceta, J.M. y Beirán, J.M. (2002): Los padres también juegan. Documento elaborado por el Gabinete de Psicología Deportiva del Real Madrid, siguiendo las directrices y recomendaciones de los responsables deportivos del Club.

Buceta, J. M. (2004): *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.

Brustad, R.J. (1988): Affective outcomes in competitive youth sport: The influence of intrapersonal and socialization factors. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 307-321.

Cidad, E. (1991): *Modificación de conducta en el aula e integración escolar*. Madrid: Cuadernos de la UNED.

Cruz, J., Boixadós, M., Torregrosa, M. y Valiente, L. (1996): ¿Existe un deporte educativo): Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del Deporte*, 9-10, 111-132.

Cruz, J. Boixadós, M., Toregrosa, M. y Valiente, L. (2000): *Participa amb ells! Assessorament a famílies que participen en competicions escolars*. Barcelona: Ayuntamiento de Barcelona.

Cruz, J. (1997): Factores motivacionales en el deporte infantil y asesoramiento psicológico a entrenadores y padres. En Jaume Cruz Feliu (Ed.) *Psicología de Deporte*. Madrid: Síntesis.

- Echeburúa, E. y De Corral, P. (1993): Técnicas de exposición: variantes y aplicaciones. En F.J. Labrador y J.A. Cruzado (Eds.) *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid: Pirámide.
- Ezquerro, M. (2005): Trastornos psicológicos en el deporte. En E. J. Garcés, A. Olmedilla y P. Jara (coords.) *Psicología y Deporte*. Murcia: Diego Marín
- Gordillo, A. (1992): Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 1, pp. 27-36.
- Gimeno, F. (1995): La adecuación del desempeño de los roles paterno y materno como variable facilitadora de la práctica del deporte de competición en el joven deportista. *Boletín de la Sociedad de Pediatría de Aragón, La Rioja y Soria*, (25-2), 58-61.
- Gimeno, F. (2000): *Entrenando a padres y madres ... Claves para una gestión eficaz de la relación con los padres y madres de jóvenes deportistas (guía de habilidades sociales para el entrenador)* (1ª edición). Zaragoza, Gobierno de Aragón.
- Gimeno, F. (2003a): *Entrenando a padres y madres ... Claves para una gestión eficaz de la relación con los padres y madres de jóvenes deportistas -guía de habilidades sociales para el entrenador-*. (2ª edición). Mira Editores: Zaragoza, Gobierno de Aragón.
- Gimeno, F. (2003b): Descripción y evaluación preliminar de un programa de habilidades sociales y de solución de problemas con padres y entrenadores en el deporte infantil y juvenil. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol. 12, nº 1, pp. 67-79.
- Gimeno, F. (2004): El papel de la familia en la vida deportiva del niño. En A. Nuviala, J. Zaragoza y J. J. Julián (coords.) *El Deporte en edad escolar desde la perspectiva municipal*. Huesca: Ayuntamiento de Huesca.

- Gimeno, F. (2005a): Programa "Prevención de la Violencia en el Fútbol Base". Consejo Superior de Deportes, refª 07/SAL30/04.
- Gimeno, F. (2005b en prensa): *Entrenant a pares i mares... Claus per una gestió eficaç de la relació amb pares i mares de joves esportistes*. (traducción al catalán de *Entrenando a padres y madres ... Claves para una gestión eficaz de la relación con los padres y madres de jóvenes deportistas -guía de habilidades sociales para el entrenador-*, 2ª edición). Mira Editores: Zaragoza, Unió de Consells de Catalunya y Gobierno de Aragón.
- Greendorfer, S.L. (1992): Sport Socialization. En T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology*. Champaign, Ill. Human Kinetics.
- Kazdin, A.E. (1996): *Modificación de la conducta y sus aplicaciones prácticas* (2ª edición). México, D.F.: Manual Moderno.
- Martens, R. (1978): *Joy and sadness in children's sports*. Champaign, Ill. Human Kinetics.
- McMahon, R.J. (1991): El Entrenamiento de padres. En V. Caballo, *Manual de Técnicas de Terapia y Modificación de Conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- Passer, M.V. (1983): Fear of failure, fear of evaluation, perceived competence, and self-esteem in competitive trait-anxious children. *Journal of Sport Psychology*, 5, 172-188.
- Pelegrín, A. (2002): Conducta Agresiva y Deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2, 1, 39-56)
- Peris, D. (2003): *Los padres son importantes ... para que sus hijos hagan deporte*. Fundación Club Deportivo Castellón.

- Serrano, I. y Sánchez, Y.N. (2002): Evaluación de un programa multicomponente para padres, profesorese y alumnos. *Análisis y Modificación de Conducta*, 28, 121, 725-747.
- Shields, D.L. y Bredemeier, F.J. (1994): *Character development and physical activity*. Champaign, Il.: Human Kinetics.
- Smoll, F. L. (1991): Relaciones padres-entrenador: Mejorar la calidad de la experiencia deportiva. En J. M. Willimas *Psicología Aplicada al Deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Valiente, I., Boixadós, M., Torregrosa, M., Figueroa, J., Rodríguez, M.A. y Cruz, J. (2001): Impacto de una campaña de promoción del fairplay y la deportividad en el deporte en edad escolar. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 1, 1, 17-25.
- Villar, P., Luengo, M.A., Gómez-Fraguela, J.A. y Romero, E. (2004): Evaluación de un modelo de intervención familiar no presencial dentro del programa "Construyendo Salud". *Análisis y Modificación de Conducta*, 30, 131, 405-436.
- Weinberg, R.S. y Gould, D. (1996): *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel Psicología.
- Weiss, M.R. (1995): Los niños en el deporte: Un modelo educativo. En. S.M. Murphy (ed.) *Intervenciones en Psicología del Deporte*. Champaign, III: Human Kinetics.
- Zulaika, L. M. (2004): *25 razones para practicar deporte. Beneficios psicológicos, sociales y valores educativos*. Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco.