

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 61

(Revisado 4/98)

LOS NIÑOS Y LOS DEPORTES

Los deportes ayudan a los niños a desarrollar destrezas físicas, a hacer ejercicios, a socializar, a divertirse, a aprender a jugar formando parte de un equipo, a aprender a jugar limpio y a mejorar su autoestima. La cultura americana de los deportes se ha ido convirtiendo en un negocio para hacer dinero. La actitud competitiva y de alta tensión por “ganar a todo costo” prevalece en las universidades; como los atletas profesionales afectan el mundo de los deportes y del atletismo de los niños, se ha creado un ambiente poco saludable. Es importante recordar que las actitudes y el comportamiento que se les enseña a los niños en los deportes ellos a su vez lo mantendrán y lo continuarán en su vida de adultos. Los padres deben de tener un papel activo ayudando al niño a desarrollar la honradez en el deporte. Para ayudar a su hijo a lograr el máximo en los deportes, se necesita que usted tome parte activa; esto incluye:

- C Proveerle apoyo emocional y realimentación positiva,
- C Asistir a algunos juegos y comentar con él sobre ellos después,
- C Tener expectativas realistas sobre su hijo,
- C Aprender el deporte y apoyar el que su hijo esté envuelto,
 - C Estimular a su hijo para que hable con usted sobre sus experiencias con el entrenador y con otros miembros del equipo,
- C Ayudar a su hijo a manejar las decepciones y a que aprenda a perder, y
- C Comportarse como espectador modelo y respetuoso.

Aunque esto toma tiempo y crea conflicto con los programas de trabajo, ello le permite a usted el familiarizarse con el entrenamiento, los valores del equipo, el comportamiento y las actitudes. El comportamiento y las actitudes de su hijo reflejan una combinación del entrenamiento en el deporte y las discusiones en el hogar acerca de la honradez en el deporte y el acto de jugar limpio.

Los niños y los deportes, “Información para la familia” No. 61 (4/98)

Es también importante hablar acerca de lo que su hijo observa en los eventos deportivos. Cuando ocurre falta de caballerosidad, discuta con él otras formas de manejar la situación. Mientras usted puede reconocer que en la agitación de la competencia se hace a veces difícil el mantenerse controlado y respetar a los otros, es importante el enfatizar que el comportamiento irrespetuoso no es aceptable. Recuerde, el tener éxito no es lo mismo que ganar y fracasar no es lo mismo que perder.

Si está preocupado por el comportamiento o por la actitud del entrenador de su hijo, usted puede tratar de hablar con el entrenador en privado. Como adultos, ustedes pueden hablar acerca de qué es lo más importante que el niño aprenda. Aunque usted no pueda cambiar una actitud particular o el comportamiento del entrenador, usted puede hacerle claro a éste cómo a usted le gustaría que se acerque a su hijo. Si usted encuentra que el entrenador no responde, discuta el problema con los padres responsables o que están a cargo de las actividades de la escuela o de la liga. Si el problema continúa, usted puede decidir el retirar a su niño.

Como en la mayoría de los aspectos de la crianza, el participar activamente y el hablar con sus hijos sobre sus vidas es muy importante. Estar orgullosos de sus logros, compartir cuando ganan o cuando pierden, y el hablar con ellos acerca de lo que ha sucedido ayuda a los niños a desarrollar destrezas y la capacidad para lograr éxitos en la vida. Las lecciones aprendidas por los niños mientras participan en los deportes darán forma a los valores y al comportamiento en su vida adulta.

###

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiátras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatria general (adultos) y siquiatria de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131