
Gimeno, F. (2010). Guía para padres y madres de deportistas jóvenes. [Recensión del libro: Ortín, F. J. (2009): *Los padres y el deporte de sus hijos*. Madrid: Pirámide]

Los padres y el deporte de sus hijos es un excelente ejemplo de libro elaborado “a medida”, con una clara función didáctica y de asesoramiento, para el colectivo de madres y padres de deportistas jóvenes.

Respetuoso con publicaciones anteriores que han abordado el papel de los padres en el deporte base, toma de éstas algunos contenidos que incorpora a un inteligente elenco de nueve capítulos que llevan de la

mano al lector a reflexionar sobre su forma de pensar y de comportarse con su hijo/a:

1. El beneficio de una buena práctica deportiva.
2. ¿Hasta dónde me implico en el deporte de mi hijo?

3. La delgada línea entre motivación y presión.
4. Los motivos de participación y abandono del deporte.
5. A qué atribuye los jóvenes las situaciones exitosas y de supuesto fracaso.
6. Algunas claves para el manejo de la conducta.
7. La importancia psicológica de vivir con unos objetivos adecuados.
8. Planificando y evaluando nuestras acciones.
9. La comunicación como herramienta para el cambio.

Cada capítulo de esta obra presenta con un lenguaje sencillo y con un estilo de redacción cercano al lector, un conjunto de recursos, técnicas y habilidades conductuales que recuerdan en muchas

ocasiones cómo son utilizados de forma análoga con deportistas y con entrenadores para ayudarles en su práctica deportiva. De esta forma, a los padres se le ofrece mejorar en la relación con sus hijos con las mismas herramientas que la Psicología del Deporte ha puesto tradicionalmente al servicio de éstos: entrenamiento en habilidades sociales, establecimiento de objetivos, autoevaluación, control emocional, adecuación del estilo atribucional, ...

Entre los muchos aciertos de este libro, cabe destacar las reseñas de deportistas, entrenadores y psicólogos que preceden a cada capítulo. Mediante este recurso, el autor consigue un aval adicional de los argumentos que a continuación expone.

Por todo lo anterior, *Los padres y el deporte de sus hijos* no sólo es una obra recomendable para madres y padres de deportistas jóvenes, sino para técnicos y educadores en el ámbito del deporte (ej. entrenadores), y en el ámbito académico (ej. profesores de Educación Física). Finalmente, los psicólogos deportivos podemos encontrar en esta obra interesantes sugerencias para nuestro trabajo con los padres, e incluso recomendar a éstos la lectura parcial o completa de la misma para reforzar la labor profesional que llevamos a cabo con ellos.

RECENSIONADOR
Fernando Gimeno
Universidad de
Zaragoza