

¿Y LA FAMILIA? BIEN, GRACIAS: LOS HIJOS (II)

Artículo publicado en Pedalier nº 30

En unas charlas que estuve dando para la fundación de cierto club deportivo, dirigidas a los padres de deportistas jóvenes, lancé una pregunta a los asistentes: ¿vosotros creéis que vuestros hijos se sienten presionados por jugar? (el deporte era fútbol). Entre los presentes se encontraban también muchos chavales, y antes de que ningún padre abriera la boca un muchacho de unos doce años gritó: “¡cómo no me voy a sentir presionado, si mi entrenador me dice una cosa y mi padre me chilla otra desde la grada!”.

¿Qué le pedimos a los hijos?

Cuando padres e hijo/s comparten afición por la bici, pueden ocurrir varias cosas:

- Que el padre (o la madre, aunque es menos común) sea un “profesional frustrado” que quiera que el niño/a llegue donde él/ella no llegó.
- Que los padres quieran tener a la “figura” del barrio, que sea el mejor en todo lo que se propone, incluido el deporte.
- Que estén empeñados en que coja la bici porque es muy buena y porque pueda entrar en el club, acompañarles a las marchas, etc.

El deporte es muy sano y permite al niño desarrollarse no sólo físicamente, sino también como persona, puesto que desarrolla su capacidad de sufrimiento y de sacrificio, aprende a relacionarse con sus iguales, desarrolla hábitos saludables de comida, de aseo, etc. Pero si se le exige demasiado puede convertirse en un problema. No hay que olvidar que el objetivo del deporte en edades tempranas no es otro que **divertirse**, no competir ni intentar ganar a los demás a toda costa.

La impaciencia ciega a menudo a los padres: pretenden que el niño aprenda mucho más deprisa de lo que le corresponde por progresión natural según la edad. Querrán que sepa ir a rueda cuando apenas se arregla con los desarrollos, y como no lo consigue, los padres pensarán que no avanza lo suficiente, no verán sus progresos y estarán siempre insatisfechos. Por otro lado, puede que le restrinjan otras actividades “distractoras” como salir con los amigos, jugar o practicar otros deportes, ciñendo su vida al colegio y a la bici. Todo esto puede llevar a una frustración continua por parte del muchacho, para el cual la bici se acaba convirtiendo en un instrumento de tortura más que el juguete que era cuando la cogió por primera vez. Conviene dejarlo respirar: no olvidemos que es un niño y necesita realizar actividades lúdicas para desarrollarse de forma sana psicológicamente hablando.

Tú no sabes lo que es la vida

¿Os suena la frase? ¿No os recuerda épocas pasadas? ¿O más bien se la habéis dicho a vuestro hijo hace poco? ¿Recordáis cuándo os la decían a vosotros? ¿A que molestaba?

Otro problema entre padres e hijos suele surgir cuando los padres son excesivamente protectores. Es el caso contrario al anterior: si antes pensaban que los hijos progresaban demasiado despacio en su dominio de la bicicleta, ahora es al revés: creen que no controlan y que pueden tener un accidente, por lo cual deben ir con muchísimo más cuidado, a veces demasiado. La frase del encabezado suele ser muy recorrida cuando no se encuentran ya argumentos con qué convencer al hijo para que desista de arriesgarse.

Una amiga, también psicóloga, me recomendó ver una escena de cierta película de dibujos animados cuyos protagonistas son peces (seguro que ya sabéis de cuál os hablo) porque reflejaba muy bien lo que es el espíritu adolescente. El pez hijo, desobedeciendo a su padre, nada en mar abierto hacia un bote que se ve a lo lejos. El pez padre le grita y le da un ultimátum tras otro mientras el hijo sigue deslizándose por el agua. Llega bajo el bote y se gira para mirar, desafiante, a su padre, que, a lo lejos, le grita que ni se le ocurra dar con la aleta en la quilla. El pececito le mira y con gesto de "haré lo que me dé la gana" da un toque con la aleta en el bote. Toma. Vuelve a por otra.

Esta secuencia ilustra de forma muy gráfica ese punto de rebeldía de los hijos para con los padres, que tanto les trae de cabeza. ¿Y por qué ese empeño en llevar la contraria? La clave está en la escena anterior. Antes de relatarla, conviene saber un par de cosas, la primera es que el pez hijo tenía una aleta más pequeña que la otra, y la segunda que era el único superviviente de 400 huevos y su madre había muerto al intentar defenderlos de una barracuda. La aleta reducida no impedía al pececillo nadar perfectamente, pero a pesar de eso el padre se mostraba hiperprotector con él. Voy con la escena previa en cuestión.

Era el primer día de colegio. El papá, temeroso de que a su único hijo le ocurriera algo, le había dicho que no saliera a mar abierto. Entonces, unos compañeros de clase, en el típico pique infantil de "a ver quién es más valiente", se habían aventurado un poco en el mar y le habían desafiado a que avanzara unas aletadas más que ellos. Nuestro protagonista les estaba diciendo que no, que su padre no le dejaba, y estaba convencido de no salir, cuando llega el padre como una flecha y le empieza a soltar la charla: que no salgas a mar abierto, que es muy peligroso, que eres muy pequeño, que no nadas bien bla bla bla. El hijo intenta decirle que no pensaba hacerlo pero no le deja. Y ahí está el problema. El padre tiene tanto pánico a que a su hijo le ocurra algo **que no le escucha**. No se entera de que el niño le estaba obedeciendo. Y en su afán por impedirle salir a mar abierto, le está menospreciando: **no nadas bien**. No sabes hacerlo. No tienes ni idea... y la reacción no se hace esperar: ¿qué no? ¡Pues ahora vas a ver!

En el ámbito ciclista sería: ¿que no sé bajar el puerto? ¡pues ahora a tumba abierta! Imaginad las consecuencias...

¿Y cómo sé si realmente le gusta la bici?

Es muy importante, cara a una buena relación padres-hijo, tener en cuenta que por mucho que se haya criado a tus pechos y le falte "experiencia de la vida", él no eres tú, es **otra persona** con su forma de pensar, de sentir y de actuar. Nadie escarmienta en cabeza ajena, por mucho que intentes evitar que sufra intentando que aprenda de tu experiencia, no servirá: tiene derecho a seguir su propio camino y equivocarse como hacemos todos, que si no cometes errores no aprendes. Tu hijo tiene derecho, literalmente, a sufrir.

Puede que no quiera ser ciclista profesional, ni cicloturista, ni siquiera le guste la bici. Pero a lo mejor lo que necesita es un empujoncito y un apoyo para aprender a sacrificarse por mejorar deportivamente hablando, porque el problema está en que el chaval es demasiado cómodo y vago y no se quiere esforzar. A lo mejor. Vale. ¿Y cómo lo sé? ¿Cómo sé si no le gusta el ciclismo o es que le falta un poco de capacidad de sacrificio? Pues lo primero, fíjate en el entusiasmo que pone sobre la bici. Y si disfruta más encestando un balón que coronando un puerto, temo que te ha salido

baloncestista, y le vas a tener que apoyar aunque sea bajito. No obstante, para evitar que la aversión a la bici sea un acto de rebeldía, conviene tener en cuenta cuestiones como:

- Cuando eres más joven las hormonas y los ánimos están más revueltos. Un adolescente vive un infierno: está continuamente montado en una montaña rusa, pasa del llanto a la risa en segundos. Recuerda que tú también pasaste por esa época y no te preocupes en exceso si le ves desesperado. Puede que un día odie la bici y al día siguiente la adore.
- Las imposiciones no funcionan: el “esto lo haces porque lo digo yo” puede conseguir un cambio momentáneo, el hijo puede “tragar” por no discutir o no ir a mayores, pero no le has convencido, es más, ahora deseará hacer con más ganas lo que le has vetado, como el pececillo de la película. Razona las cosas, expón los motivos por las que no se pueden hacer, y si se muestra disconforme contigo pese a todo intenta llegar a un consenso, a un acuerdo. Puedes utilizar la imposición como último recurso (si se ponen demasiado berracos), pero no sin antes haber intentado razonar. Si esto lo haces desde muy niño, aunque parezca que no te entienda, tu hijo va a aprender que las cosas se hacen por algo y no por capricho o por “orden del superior”.
- No te cierres a sus sugerencias. Aunque puedan parecerle estúpidas, tontas, propias de un niño que acaba de salir del cascarón y que no sabe lo que es la vida, escúchale. Una vez que le has escuchado, estará en disposición de escucharte él a ti. ¿A que tú mismo te muestras más receptivo a una persona que te escucha que no a alguien que te intenta imponer su opinión? Pues un niño lo mismo. Recuerda que es una persona en pequeño.
- Los niños son muy vivos y captan la incoherencia de los adultos mucho más deprisa de lo que nosotros somos capaces. Tienen una mente lógica y práctica y “no se les escapa una”: si haces algo o les dices alguna cosa que poco después se contradice con los hechos (p.ej.: comentas que no es sano ir de carreras y luego te picas porque te adelanta un ciclista más joven), te van a “pillar”. Es algo que los padres deben tener siempre en cuenta. Son bajitos, pero no tontos. Si tu hijo te hace ver un error que has cometido no te sientas amenazado: asúmelo. El niño respetará más a un adulto que reconoce equivocarse que al que se comporta de forma incoherente.

Hala, a dar pedales. Si es todos juntos, fenomenal, y si ¡a disfrutar con otras cosas!