Futbol juvenil



El fútbol es probablemente el deporte más bello, el único capaz de combinar ingredientes tales como el arte, la estética, el odio, la agresividad, la solidaridad y la emoción entre otros y además hay algo que debemos subrayar es el único deporte que se juega con los pies exclusivamente pero su estrategia es mental. Al referirnos al fútbol y el lugar que ocupa en el plano social es una pasión que se multiplica. Es el deporte elegido por más seres humanos en el mundo para jugarlo, ir a disfrutarlo a las canchas, seguirlo por televisión o sencillamente leerlo.

Es un deporte donde todos opinan sobre el juego; la gente, los periodistas, los jugadores y los técnicos. El fútbol es un deporte que se ha súper-profesionalizado y como deporte súper-profesionalizado se ha trasformado en un nuevo producto, una nueva mercancía. Es imposible creer en este ambiente que un jugador disfrute plenamente el juego, es decir, sentir satisfacción, placer lúdico; en la alta competencia el placer esta minimizado pues la presión excesiva en la competencia produce roturas del equilibrio y del bienestar psicológico tanto en el fútbol profesional como en el escolar y juvenil antes se jugaba por el honor, por una medalla, por el barrio hoy se juega por una institución, por fama, por dinero o por una transferencia al exterior.

Cuando hablamos del fútbol escolar y juvenil hablamos de una población de adolescentes entre los 13 y los 18 años con una misma pasión y un mismo objetivo una motivación pero con diferente familia, personalidad, diferente extracción social y actitud psicológica.

Según el aporte de diferentes autores, los futuro deportistas se sienten inclinados hacia la práctica del deporte por:
Satisfacción por la actividad física
Mejorar sus habilidades
Arte y pericia en el deporte
Viajes
Recompensas extrínsecas

El futuro futbolista debe ser un deportista que se caracteriza por tener:
Claridad de objetivos.
Iniciativa.
Disciplina.
Decisión entereza.
Tenacidad.
Seguridad dominio de si.
Autodirección.
Pero al trabajar con deportistas de las categorías escolar o juvenil nos encontramos con un cuadro totalmente diferente, como lo corrobora diferentes trabajos ejecutados en Argentina, Ecuador y Colombia que lo caracterizan con una :
Baja autoestima.
Pobre capacidad de comunicación.
Inestabilidad emocional.
Medio familiar critico.
Actitud justificativa ante los fracasos.
Dificultades en las relaciones interpersonales.
Problemas de conducta.
Ante este cuadro la Psicología del deporte plantea:
Resolver conflictos (comunicación, entrenador deportista, familia publico)
Desarrollo social del joven
Manejo del estrés
Desarrollo de la personalidad
Estimular la investigación
Filosofía de salud y de la vida.
El trabajo del psicólogo como el del entrenador, preparador físico y médico se mide por su eficacia, en este caso es un trabajo invisible a veces imperceptible y que no luce con efectos verdaderos sino a largo plazo. Los dos grandes objetivos que guían la tarea del psicólogo en esta categoría son:
a) Prevención y promoción de la salud mental del deportista, enmarcada en el plano del ser humano
b) El mayor rendimiento posible a la hora de la competencia, es decir:
potencial y entrenar mentalmente actitudes psicológicas como la confianza,
la concentración, la motivación, el aislamiento de presiones externas e
internas, ayudar a cohesionar al grupo y mejorar la relación
entrenador-jugador.
Cuando trabajamos en el fútbol escolar y juvenil debemos saber que el eje no esta

puesto exclusivamente en los resultados, sino en la promoción del mayor número posible de jugadores a la división profesional.

Al desarrollar esta tarea debemos prevenir:
Deserción escolar: primero Intentamos sortear falsas dicotomías como la de juegas o estudias, juega o tiene novia, etc. Debemos en cambio tratar de orientarlo ya que si organiza bien su tiempo el joven podrá entrenar, jugar, tener novia, etc. De esta manera puede rendir en todos los planos sin perder sus intereses y motivaciones. Para los adolescentes en su mayoría el colegio es sinónimo de pasarla bien, el fútbol en cambio es una carrera corta sin tener en cuenta las posibles lesiones que aparecen, que hacer entonces en los otros 30 años de vida. Partiendo de esto la educación da más elementos para enfrentar la vida cada vez más difícil.

Expulsiones: El fútbol es un juego de equipo además de perjudicar al expulsado la expulsión también perjudica a todo el grupo ya que deja el equipo en inferioridad numérica, siendo este un aspecto que pasa desapercibido pero que es necesario tenerlo en cuenta en las diferentes competencias.
Lesiones: Las estadísticas nos dicen que los jugadores que llegan por primera vez a un club se lesionan con mayor frecuencia, por lo general en el primer mes; hay dos factores fundamentales: El cambio ambiental y el cambio de ritmo en las exigencias de entrenamiento, el primero hace referencia al lugar físico (casa, hotel, pueblo, ciudad) relaciones interpersonales (familia, novia, amigos, colegio, etc.) el segundo factor en la mayoría de los casos el ritmo de entrenamiento es mayor que el acostumbrado.
Inductores de Estrés: En esta división los padres, la novia, los amigos en muchos casos son los inductores de estrés, droga, alcoholismo y agresión competitiva. Como lo demuestra la siguiente frase "Como un joven puede jugar bien si cada vez que comete un error, escucha los lamentos de la madre y percibe el rostro decepcionado del padre (L. Forti)"

En esta etapa se presenta el mayor número de deserciones tanto
escolares como deportivas, como lo demuestra Weinberg y Gould (1995) establecen que la máxima participación deportiva se produce entre los 10-13 años y que, a partir de esta edad, se comienza a abandonar la práctica deportiva situándose la tasa alrededor del 35% en la edad juvenil, o lo que es lo mismo, de cada 10 niños implicados, 3-4 abandonan cuando son jóvenes Gould y col. (1982) plantean algunas de las razones por las que los jóvenes deportistas abandonan la práctica físico-deportiva:
Tengo otras cosas que hacer.
No era tan bueno como pensaba.
No era suficientemente divertido.
Quería hacer otro deporte.
No soportaba la presión.
Era aburrido.
No me gustaba el entrenador.

Otros investigadores indican que los motivos por los que los adolescentes abandonan la

práctica deportiva son debidos a que perciben que sus objetivos personales no se han visto cumplidos. Algunos motivos que apoyan dicho argumento son: juegan poco tiempo, tienen pocas posibilidades de mejorar sus habilidades, experimentan stress competitivo, existe excesivo énfasis en ganar, falta de motivación por parte de sus familiares y amigos y, consecuentemente, dejan de encontrarlo divertido. Los jóvenes abandonan la actividad físico-deportiva porque encuentran pasatiempos más divertidos o porque sus expectativas, tanto dentro como fuera del contexto escolar, se han visto frustradas (Fox y Biddle, 1988).

Ante este fenómeno de la deserción deportiva planteamos lo siguiente con miras a mejorar la práctica del fútbol escolar y juvenil y evitar las deserciones:
Reforzar el esfuerzo
Menos competencias por rivalidad
Instrucciones individuales.
Desarrollo de la autoestima.
Control de éxito
Educación de los padres.
Desarrollar la cooperación y fomentar entre los niños estrategias de razonamiento moral en las clases de Educación Física.
Mejorar la formación y asesoramiento de entrenadores de niños de edad escolar.
Formar y asesorar a los árbitros.

Para terminar presentamos a discusión un programa de formación integral dirigido a Directores Deportivos, Entrenadores, Padres de Familia y Deportistas de esta categoría:
Salud y Nutrición.
Educación.
Formación para la Vida.
Campaña Económica.
Red de Escuelas de Fútbol.
Entrevista a los padres. Encuesta Socio-Familiar.
Capacitación Psicopedagógica a los Entrenadores.
Evaluación Psicológica a futbolistas.
Control del Comportamiento Educativo y Deportivo. (seguimiento académico y asesoría).
Desarrollo de Técnicas Participativas. Dinámicas.
Desarrollo de Talleres Artísticos y Ocupacionales.
Participación en Competencias

Como resultado de esta propuesta al trabar con deportistas de estas categorías hemos logrado:
Mejorar el comportamiento de los futbolistas juveniles
La familia a tomado más conciencia del proceso
Los entrenadores adquieren mayor dominio del grupo
La aplicación de talleres mejora el desarrollo personal.

por Alejandro Luis Trionfini