

Ettore Messina

CÓMO AYUDAR A SU HIJO A CONVERTIRSE EN UN DEPORTISTA PROFESIONAL

Muchas personas me preguntan sobre qué tipo de consejos puedo dar sobre cómo ayudar a su hijo a convertirse en deportista profesional. Así que hoy voy a intentar abordar esta cuestión y compartir algunas de mis ideas.

En primer lugar, será de gran ayuda para su hijo practicar cuando es pequeño tanto un deporte individual como un deporte de equipo con el fin de desarrollar plenamente su físico y su mentalidad. Por ejemplo, me sentí muy afortunado de que mi hija practicase judo durante 3 años cuando estaba en la escuela primaria. Esto realmente le ayudó a desarrollar su personalidad, para superar su falta de confianza en sí misma, conocer mejor su cuerpo y adquirir auto disciplina.

Al mismo tiempo, creo que la dinámica de los deportes de equipo es algo que debe ser experimentado, ya que contribuye a aprender a tratar con otras personas, la manera de entender tu rol, la forma de asumir la responsabilidad, no sólo la tuya sino también la del equipo. Por tanto, creo que practicar un deporte de equipo es muy útil desde el punto de vista educativo.

En algunos países como en Italia, se comete un gran error decidiendo desde muy temprano qué deporte debe hacer el niño; además, debido a la falta de instalaciones, generalmente envías a tus hijos ya sea a fútbol o baloncesto o bien a voleibol o tenis. En los Estados Unidos, los niños tienen la posibilidad de probar varios deportes antes de escoger a cual de ellos se van a dedicar. Por ejemplo, Trajan Langdon, no sólo fue draftado por un equipo NBA, también estuvo a punto de ser elegido por un equipo de la MBL (Major Béisbol League), porque practicaba ambas modalidades en la universidad. En los EEUU además, tienen la posibilidad de probar muchas opciones en parte debido a que tienen el sistema deportivo estructurado de tal modo que las temporadas de los distintos deportes, van seguidas durante el año. Como resultado, un joven puede prácticamente realizarlo todo.

Supongamos que ya has elegido un determinado deporte. Si tuviera que hacer una sugerencia, lo primero que consideraría como padre es la calidad del entrenador. Muchos padres que no están muy familiarizados con el deporte pueden sentirse atraídos por el sistema que se centra en el resultado. Pero hay una gran diferencia entre practicar deportes a nivel profesional y enseñarlo a los jóvenes. Sería mucho mejor que enviase a su hijo al lugar donde el objetivo de la enseñanza se centra en el desarrollo de su personalidad y sus cualidades como jugador, ya que es mucho más importante que el resultado a esa edad.

En segundo lugar, si tienes la suerte de encontrar un entrenador, no debes apresurarte a hacer de tu hijo un deportista profesional que tiene cuatro o más entrenamientos a la semana, y dedica mucho tiempo al deporte. Personalmente, creo que esto no debería ocurrir hasta que el niño tiene 14 ó 15 años. Jóvenes/niños expuestos a un nivel muy alto de exigencia física, técnica y mental, por lo general, no pueden soportar este tipo de presión. Me gustaría encontrar un entrenador educador para mi hijo, que sea capaz de ofrecer un nivel razonable de desafío a los jugadores jóvenes y desarrolle un tipo de mentalidad de grupo, aunque respetando la personalidad de cada uno.

Sin embargo, esto podría ser una tarea difícil de encontrar para un entrenador. Debido a razones financieras, los niños suelen estar dirigidos por entrenadores jóvenes. A mí me pasó lo mismo. Empecé a entrenar con 17 años. Echando la vista atrás, veo que me equivoqué bastante. Fue bueno para mí porque tuve la oportunidad de aprender de mis errores, pero algunos de mis jugadores lo pagaron. No hay suficiente inversión en el deporte de jóvenes para que pudiese ser atractivo laboralmente para entrenadores con experiencia. Y al mismo tiempo, necesitamos jóvenes entrenadores con ganas. Pero sólo aquellos que son capaces de entender algo de los entrenadores con más experiencia, se convertirán en buenos maestros.

Sin embargo no todos los entrenadores de más edad son necesariamente mejores entrenadores. Vayamos a la pregunta clave: ¿cómo un padre que nunca ha jugado profesionalmente a un deporte podría decidir qué entrenador es bueno para su hijo?. En primer lugar, ni el padre ni el entrenador deben sentirse atraídos por resultados inmediatos. En segundo lugar, todos nosotros podemos entender si hay equilibrio en el comportamiento de otra persona. Incluso si a mi hijo le permiten hacer más tiros o juega más minutos sospecharía. Porque le tratan como a una superestrella y sólo tiene 13 años. No es el mejor camino para desarrollar su personalidad.

Supongamos que no sé de baloncesto y elijo un entrenador para mi hijo. Los indicadores más importantes para mí serían: a) el humor de mi hijo cuando vuelve a casa tras los entrenamientos y b) el nivel de compañerismo en su

equipo cuando veo sus partidos. Si veo que mi hijo llega a casa perfectamente centrado y la mayoría de las veces positivo, y su equipo juega con un buen sentido de compañerismo, para mí esa es la señal de que deberías querer que se quede con este entrenador. Si por el contrario, viene a casa frustrado o se comporta de alguna manera extraña, lo mejor sería que lo dejase y buscaras a otro entrenador.

Los entrenamientos deberían ser el momento en que el niño se enfrenta a un reto de una manera constructiva. Usted puede entender si se entrenan de esta manera, simplemente mirando a su hijo después de los entrenamientos. Hablando de mi mismo, si mi hijo Filippo quiere jugar a baloncesto cuando crezca, será una presión extra, tanto para él y su entrenador al tenerme a mí alrededor. Así que tendré que encontrar una manera de no permanecer demasiado cerca, pero al mismo tiempo tampoco demasiado lejos de él. Si estoy demasiado lejos, podría percibirlo como que no estoy interesado en lo que hace. Así que será muy difícil para mí encontrar el equilibrio en cada momento.

De hecho ahora Filippo está volcado con el baloncesto. Vive dentro del baloncesto. Viene a ver nuestros entrenamientos y partidos, conoce a todos los jugadores, tiene sudaderas y camisetas del CSKA, es como un jugador en algún sentido. Pero cuando volvemos a Italia, juega a fútbol con sus primos. En ningún caso quiero presionarlo para que elija el baloncesto sobre otros deportes.

Está tan excitado con el baloncesto hasta el punto de que cuando está en casa y algún amigo viene a vernos, Filippo siempre quiere jugar un 2x2. Tiene su rutina. Apaga las luces e inicia la presentación de los jugadores: n° 4 - Theo Papaloukas, n° 6 - Nikos Zisis, n° 7 Anatoly Kashiro (quién por cierto es su jugador favorito) Y así sucesivamente hasta el último, entonces enciende la luz, hace un breve calentamiento y entonces ya podemos jugar. Durante el partido a veces pide tiempo muerto, va a sentarse en la esquina o agita una toalla. Así que, básicamente, imita todo aquello que ve durante nuestros partidos.

La parte difícil fue cuando nosotros, su madre y yo, tuvimos que hacerle perder algunas veces. Nos dimos cuenta que nuestro instinto natural era dejarle ganar. Tuvimos que hacerlo más real. Honestamente, fue dramático para él perder un partido al principio. Ahora, finalmente comprende que perder también forma parte del juego, al igual que jugar mal en ocasiones, y reconoce que su madre o su padre jugaron mejor.

Cuando tenga 12-14 años encontrará un entorno que será sencillo para él de entender. El deporte es una gran ayuda con los jóvenes para permitir que desarrollen su personalidad. La razón es muy simple: es una metáfora de la vida. Ganas, pierdes, experimentas frustración si pierdes o alegría si ganas. Pero, si no es tu profesión, vives todas estas experiencias gratis. En la vida normal, si experimentas algún fracaso (en las relaciones, en el trabajo, en la escuela o en cualquier otro ámbito), a veces tiene un gran coste. Los deportes te permiten entender un poco cómo te puedes llegar a sentir en la vida real cuando algo similar te ocurre allí.

Esta es una gran ventaja de cualquier deporte. Así que me gustaría poder transmitirle a mi hijo esta experiencia a fin de que esté más preparado para la vida real.

Hasta que los niños tienen 12-13 años no es sólo deporte, es más un juego. Por juego me refiero a algo que puede ser practicado cometiendo un montón de errores. Debe tener mucho de diversión. Es como cuando en el colegio experimentas todo lo divertido que es aprender a leer, contar o descubrir algo nuevo. Es más un juego en los primeros 4-5 años. Luego se hace más serio y se empieza a convertir para los niños en un proceso de aprendizaje y comprensión mucho más selectivo. Comienzas a presionarles un poco para que organicen su habilidad para el estudio.

Por ejemplo, en el sistema escolar italiano, la diferencia viene a los diez años. A esta edad pasas de la escuela primaria a la media que dura 3 años y te prepara para la escuela secundaria. Y, a continuación, después de 5 años de la escuela secundaria vas a la universidad. Así que, con seguridad, todo lo que pasa durante 5 años en la escuela primaria, desde los 6 a los 10 años, son un juego. Incluso si comienzas a introducirle algo de disciplina.

Lo mismo en el deporte, no se deben tocar los fundamentos hasta al menos los 10 años. Por supuesto, puedes enseñar a tus hijos a conocer su cuerpo a través del manejo de balón: cogerlo, desplazarte con el balón etc. En Italia, por ejemplo, tenemos el minibasket (balón pequeño con canastas más bajas), que es principalmente un juego, no un deporte, con la excepción de situaciones en las que algunos entrenadores presionan a los niños para ganar por todos los medios. Y eso es un abuso, en mi opinión. Además, el minibasket es un juego de pura diversión, donde los niños menores de 12 años pueden jugar con el balón y participar en concursos.

He oído muchas cosas acerca del sistema ruso en el que los niños tienen uno o más entrenamientos al día desde muy temprana edad. En los USA, está limitado el número de entrenamientos a cupo máximo de horas a la semana. Y son muy estrictos, incluso en la NCAA. Estoy de acuerdo con esto. No es realista que tu hijo de 10-12 años de edad viva como si fuese un jugador profesional, entrenando dos veces al día.

Cuando me preguntan qué edad es la mejor para comenzar a entrenarse como un deportista profesional, respondo con una pregunta: ¿Qué importancia tiene el colegio para tus hijos?. Cuando estaba entrenando jugadores jóvenes en Italia en los 80 (desde 1978 a 1989) algunos padres me decían: «Lleva a mi hijo al gimnasio todas las veces que puedas, porque no me interesa el colegio, quiero que se convierta en un jugador profesional».

Debido a la situación económica, muchas familias ven el que sus hijos tengan éxito en el deporte como una forma de mejorar su calidad de vida. Lo respeto. Pero al mismo tiempo todavía sigo creyendo que la educación en la escuela es muy importante. Y que nunca sería una buena idea sacrificarla.

Creo que no puedes ser un buen e inteligente jugador, si no has estudiado al menos a un mínimo nivel, si no has aprendido a utilizar tu cerebro. Por lo menos, en Europa. La NBA es diferente. En Europa el juego es cada vez más sofisticado, a veces me siento más feliz de ver a un jugador mío leyendo un libro tras acabar un entrenamiento que si se hubiese quedado en el gimnasio. Estoy muy preocupado porque todo lo que tienen fuera de baloncesto es el iPod y la PlayStation. Yo respeto la PlayStation y el iPod, pero hay más cosas en la vida. Por supuesto que tienes que ser una persona inteligente y educada para jugar al más alto nivel.

Así que la pregunta es si quieres que tus hijos sean buenos estudiantes en caso de su carrera deportiva no funcione, o si quieres jugar a la lotería y le ofreces todo para que sea un deportista profesional. Si quieres que estudie, no puede entrenarse dos veces al día hasta que finalice su etapa escolar. Es muy simple.

En cuanto a los fundamentos que se desarrollarán hasta que los jugadores tengan 16-17 años, la cuestión más importante que hay que lograr son la coordinación y el equilibrio. Yo no sería tan paranoico con todas las demás cosas. Entonces, es obvio, tienes que enseñarles manejo de balón, el pase, la mecánica de tiro, el bote, moverse sin balón. Pero si no tienen equilibrio y coordinación, va a ser difícil para ellos que se conviertan en buenos jugadores de baloncesto. Por ejemplo, a Ricky Rubio le ayuda mucho el gran equilibrio, coordinación y rapidez que tiene. Le da una gran ventaja. Es increíble que en el Joventut logren sacar tantos jugadores jóvenes año tras año. Con seguridad, su sistema merece ser estudiado. –