

PRESIÓN PARENTAL Y DEPORTE EN ADOLESCENTES

Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Universidad Miguel Hernández



Curso académico: 2023-2024

Alumno: Christian Alejandro Abarca Ramirez

Tutor académico: Antonio Moreno Tenas

ÍNDICE

1. Contextualización	3
2. Procedimiento de revisión (Metodología)	5
2.1. Diagrama de flujo	7
3. Discusión	8
4. Propuesta de intervención	11
5. Bibliografía	14
6. Anexo 1 (Revisión sistemática)	17



1. CONTEXTUALIZACIÓN

La actividad física se muestra como un elemento fundamental en la educación integral de los niños debido a su función socializadora y a la transmisión de valores.

Dentro de la actividad física encontramos la rama del deporte base, que es una de las actividades más importantes en la formación integral de los niños y adolescentes. Podríamos considerar que el deporte base es la práctica regulada del deporte desde edades escolares hasta los 18 años, a partir de los cuales se consideraría como deporte adulto. Es bien sabido que el deporte contribuye al progreso social promoviendo el respeto mutuo y movilizándolo a las personas.

En España, el deporte base abarca una amplia gama de disciplinas deportivas que se practican desde edades tempranas, generalmente bajo la tutela de escuelas, clubes deportivos y organizaciones locales. Estas actividades no solo contribuyen al desarrollo físico de los jóvenes, sino que también juegan un papel crucial en su educación social y emocional. Encontrar datos estadísticos relacionados con personas menores de edad es difícil pero según el Consejo Superior de Deportes, el 57,3 % de la población mayor de 15 años practicó deporte de forma periódica o puntual a lo largo del año 2022.

La participación en el deporte base tiene múltiples beneficios. Estudios recientes han demostrado que la práctica deportiva mejora el desarrollo físico, social y psicológico de niños y adolescentes (Cote et al., 2014; Holt et al., 2017).

La participación deportiva durante la adolescencia se asocia con un bienestar emocional positivo y los atletas adolescentes reportaban una mayor calidad de vida y un mejor funcionamiento social y emocional que los no atletas (Lam et al., 2013; Snyder et al., 2010).

Unas de las personas que más influyen en la decisión del niño por hacer deporte y/o mantener la práctica deportiva son los padres. Por ello creemos considerable tener en cuenta la presión parental como un factor influyente en el ámbito deportivo.

La presión en el ámbito deportivo se define como la fuerza que ejercen influencias sobre una persona para condicionar su rendimiento, pudiendo generar expectativas negativas sobre sí mismo. En este caso esa presión es ejercida por los padres que buscan influenciar y establecer expectativas a sus hijos para que logren éxitos deportivos. Definimos la presión de los padres como un patrón de conductas parentales directivas y controladoras diseñadas para provocar respuestas y resultados de los atletas que son importantes para los padres (O'Rourke et al., 2011).

Así mismo consideramos que la presión ejercida por los padres representa una situación en la cual estos imponen una exigencia significativa a sus hijos para que compitan y obtengan la victoria.

En tales circunstancias, el efecto parental puede estar condicionado por la participación y/o los resultados deportivos obtenidos (Bois et al., 2009). Leff y Hoyle (1995) definen la presión parental como comportamientos de los padres que simbolizan expectativas altas o incluso inalcanzables en la mente de los niños atletas.

Esta presión puede manifestarse en comportamientos abiertos, como que los padres presionen a su hijo atleta para que practique más o juegue a un nivel más avanzado, o puede manifestarse en comportamientos encubiertos, como las miradas de decepción de los padres después de un mal desempeño (Wolfenden y Holt, 2005). En la actualidad, se observa que los padres proporcionan de manera constante apoyo informativo y emocional en el ámbito deportivo. Sin embargo, este apoyo puede tener un impacto tanto beneficioso como perjudicial en el desarrollo positivo de sus hijos.

Se debe reconocer la participación saludable de los padres en el deporte y en otros ámbitos del desempeño humano como un factor crucial para el desarrollo del talento (Salmela y Moraes, 2003).

Esta presión de la que hablamos puede manifestarse de diversas maneras, desde la insistencia en alcanzar determinados resultados hasta la exigencia de dedicarse intensamente al entrenamiento y la competición. Aunque el apoyo y el interés de los padres son fundamentales para el desarrollo deportivo de los niños, un exceso de presión puede tener consecuencias negativas significativas.

Cada vez más los entrenadores informan de que está aumentando la proporción de padres que parecen tener una influencia negativa sobre sus hijos (Dorsch et al, 2016)

En el ámbito del deporte base, la presión parental puede afectar tanto en el rendimiento deportivo como en el bienestar emocional de los jóvenes deportistas. Muchos estudios, por ejemplo han demostrado que una presión excesiva puede llevar a la ansiedad, sobre todo precompetitiva (Bois, J.E. et al, 2009), la pérdida del disfrute por el deporte, el agotamiento, y en casos extremos, pero cada vez más frecuentes, el abandono de la práctica deportiva. Además un descontrol de esta presión puede afectar a la relación entre padres e hijos, generando tensiones y conflictos que van más allá del ámbito deportivo.

El comportamiento de los padres puede influir en el tipo de motivación de su hijo (intrínseca, integrada, identificada, introyectada, externa y desmotivación) y en la satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas (relación, autonomía y competencia), entre ambos, llevan al disfrute o cese de la práctica deportiva.

La teoría de las necesidades psicológicas básicas, una subteoría de la teoría de la autodeterminación, postula que una correcta satisfacción de estas tres necesidades conducen a una motivación y bienestar autodeterminado (Deci y Ryan, 2000), mientras que unos comportamientos parentales (como la presión) que frustren estas necesidades derivan en una motivación controlada, malestar y agotamiento físico y mental (Dysvik et al., 2013).

La presión de los padres sobre un niño para que tenga éxito en los deportes se ha asociado negativamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (Amado et al., 2015) y asociado positivamente con la desmotivación (Sanchez-Miguel et al., 2013), por lo que cabría suponer que la presión parental estaría relacionada con el rendimiento, desarrollo y disfrute del niño en el deporte.

Cabe destacar que no toda influencia parental es negativa. El apoyo adecuado de los padres, caracterizado por el fomento de la autonomía, la comprensión y el respaldo emocional, puede ser un factor positivo que motive y estimule a los jóvenes deportistas. La clave radica en saber encontrar un equilibrio entre el apoyo y la presión, permitiendo que los niños disfruten del deporte y desarrollen sus habilidades de manera saludable y sostenible.

En este Trabajo de Fin de Grado se propone explorar en profundidad la literatura científica que ha analizado cómo la presión parental afecta a los niños y adolescentes que participan en el deporte base en España.

A través de una revisión de la literatura existente y estudios de casos, se pretenden identificar los principales factores que contribuyen a esta presión, sus consecuencias y cuales son las posibles estrategias para mitigar sus efectos negativos.

A su vez también se analizará el papel de las organizaciones deportivas y los entrenadores en la gestión de la relación entre padres e hijos en el contexto deportivo, con el objetivo de promover un entorno deportivo más saludable y equilibrado para todos los involucrados.

2. PROCEDIMIENTO DE REVISIÓN (METODOLOGÍA)

La búsqueda bibliográfica se realizó en las siguientes bases de datos: “SPORTDiscus” y “APA PsycINFO”.

En un principio se pretendía analizar artículos para presentar el trabajo “El efecto de la presión de los padres en el desarrollo deportivo de los niños en el fútbol”, sin embargo, no se encontraron suficientes artículos, posiblemente por tratarse de un tema muy específico y además de un deporte en concreto, por lo que se decidió ampliar los criterios del estudio tanto deportes colectivos como individuales, y otras variables relacionadas con la presión parental como el estrés precompetitivo, el abandono deportivo o el perfeccionismo.

En el momento que conseguimos concretar la temática del trabajo, con título, objetivo y resumen del trabajo, se realizó una solicitud a la Oficina de Investigación responsable de la universidad y tras su visto bueno se nos autoriza a la realización del tfg.

Las palabras clave que utilizamos fueron “parental pressure”, “sport”, “children”, “youth” y “adolescents”. En una primera búsqueda genérica encontramos más de 150 artículos.

Los ítem de selección que también nombraremos más adelante según vayamos haciendo la criba son los siguientes: Artículos o estudios en español, inglés o francés, que se encuentran entre el año 2000 y la actualidad, que sea publicación académica y cuyo texto completo esté disponible para cualquier tipo de persona interesada.

NÚMERO	BASE DE DATOS	1ª BÚSQUEDA
1	SportDiscus	100
2	APA PsycINFO	101

De esos 201 artículos para revisar, seleccionamos los ítems necesarios para quedarnos con aquellos artículos más actuales que van desde el año 2000 hasta la actualidad y solo queriendo aquellas que fueran publicaciones académicas. Además también solo queríamos aquellos que estuviesen en inglés, español o francés, consiguiendo reducir así el número de artículos a revisar hasta 131.

Con esos 131 artículos, establecimos aún más ítems específicos como aquellos artículos cuyo texto completo estuviese disponible 100% para cualquier tipo de persona, y ahí conseguimos reducir el número de estos hasta 106 artículos.

NÚMERO	BASE DE DATOS	2ª BÚSQUEDA
1	SportDiscus	49
2	APA PsycINFO	57

A partir de aquí empezó una criba más específica. Primero de cada base de datos eliminamos todos aquellos artículos que estaban repetidos para cada búsqueda por palabra, ya que para diferentes palabras clave, se repetían muchos de ellos. De esta criba resultaron 30 artículos a revisar.

NÚMERO	BASE DE DATOS	3ª BÚSQUEDA
1	SportDiscus	17
2	APA PsycINFO	13

Por último de estos últimos artículos eliminamos aquellos que se repiten en ambas bases de datos quedándonos con una lista de 26 artículos.

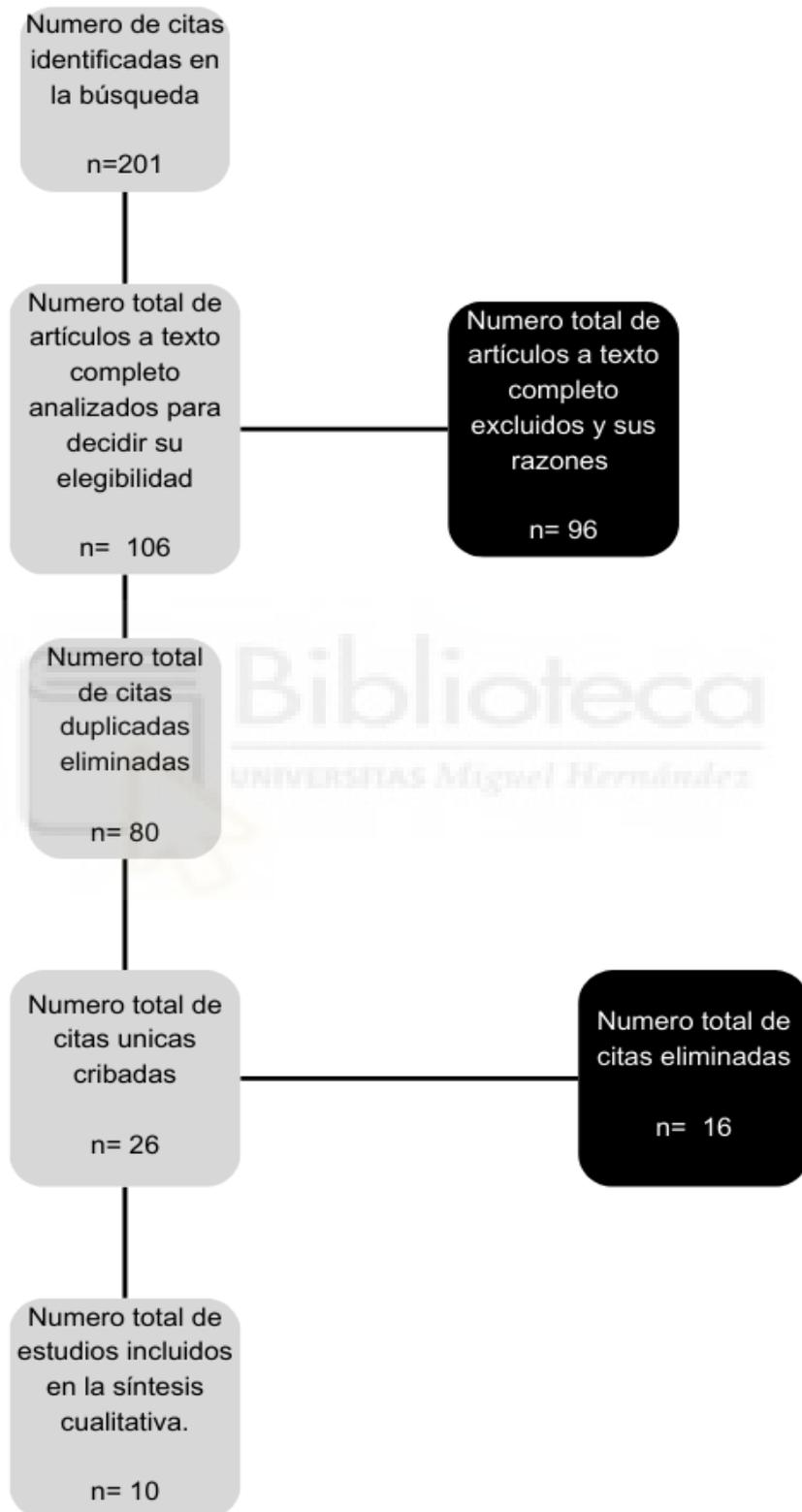
NÚMERO	BASE DE DATOS	4 BÚSQUEDA
1	SportDiscus	18
2	APA PsycINFO	8

Tras leer el abstract o resumen de estos 26 artículos encontrados tuvimos que eliminar un total de 16 artículos por la poca o nula relación que tenían con el tema objeto de trabajo, quedándonos con un total de 10 artículos finales a revisar en su totalidad.

En la mayoría de las ocasiones, la temática a desarrollar en el trabajo se alejaba de los objetivos con la búsqueda de estas palabras clave, por este motivo también incidimos en variables como perfeccionismo, ansiedad o estrés, disfrute o abandono deportivo.

Finalmente tras la lectura total de estos 10 artículos y teniendo todos los ítems claros, utilizamos estos 10 artículos para la síntesis cualitativa. Entre estos artículos finales y algunos de los desechados dimos estructura a la contextualización y a la propuesta de intervención.

2.1 DIAGRAMA DE FLUJO



3. DISCUSIÓN

El objetivo de este trabajo ha sido comprobar cómo la presión de los padres afecta al rendimiento y desarrollo deportivo de los niños sea cual sea el deporte que practique, individual o colectivo.

De la búsqueda bibliográfica se concluye que existe un número muy reducido de estudios que relacionen o traten específicamente la presión parental y el rendimiento en el deporte, ya que casi todos los artículos tratan la presión acompañada de otras variables como el perfeccionismo, la ansiedad o el estrés precompetitivo o el miedo a fallar.

La participación deportiva de los niños tiene el potencial de ayudarlos a desarrollar iniciativa, liderazgo, rendimiento académico y habilidades para establecer metas, además de las experiencias deportivas que obtienen (Gould y Carson, 2008) afectando potencialmente sus relaciones y sistemas familiares como un todo entero. Por ello creemos conveniente explorar no solo la presión parental sino todo aquel factor externo que puede alterar dicho desarrollo.

Una de las variables que se encuentra relacionada con la presión parental y los comportamientos parentales, son los procesos motivacionales que se dan en los deportistas.

En el artículo "Perceived parental behaviours and motivational processes among adolescent athletes in intensive training centres: A profile approach" (Lienhart et al., 2020) uno de los resultados que obtenemos es que la presión de los padres sobre un niño para que tenga éxito se ha asociado negativamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y asociado positivamente con la desmotivación.

Este estudio además da con 3 perfiles parentales, uno adaptativo, denominado facilitador involucrado, que alienta y brinda amor incondicional independientemente de los resultados deportivos, facilitan la discusión y apoyan la autonomía del niño y otros dos desadaptativos, en el que encontramos, demasiado involucrado, que brindan demasiado apoyo, enfatizan los resultados del desempeño y ejercen una presión excesiva; y los poco involucrados, que ofrecen poco o ningún apoyo, no están presente física ni emocionalmente, y a menudo no están disponibles para la discusión (Dorsch y et al., 2016).

Además se señala la importancia de estudiar por separado los comportamientos del padre y de la madre, de tener en cuenta más momentos de la temporada y más características de los atletas teniendo en cuenta variables psicológicas y conductuales.

Otras de las variables encontradas relacionadas con la presión parental es el desarrollo del perfeccionismo, como se ha visto en algunos de los siguientes artículos "Development of Perfectionism in Junior Athletes: A Three-Sample Study of Coach and Parental Pressure" (Madigan et al., 2019).

Las explicaciones teóricas del desarrollo del perfeccionismo identifican la presión de los padres para ser perfecto como uno de los orígenes del perfeccionismo.

El perfeccionismo se define como una característica de la personalidad que implica establecer estándares de desempeño extremadamente altos que van acompañados de tendencias de evaluaciones demasiado críticas del comportamiento (Frost et al., 1990).

Además el perfeccionismo se compone de esfuerzos perfeccionistas, que abarcan estándares personales perfeccionistas y un esfuerzo egocéntrico por la perfección; y las preocupaciones

perfeccionistas, que son preocupaciones sobre cometer errores, sentimientos de discrepancia entre los estándares y el desempeño y reacciones negativas ante la imperfección (Stoeber y Otto, 2006).

Una forma específica de socialización parental que supuestamente aumenta el perfeccionismo son las expectativas excesivas de logro. Esta vía sigue un modelo de expectativas sociales mediante el cual el perfeccionismo se desarrolla en respuesta a la presión percibida o real de los padres y la aprobación condicionada al logro (Flett y et al., 2002). Por lo que este modelo postula que la presión de los padres tienen un papel importante en el desarrollo del perfeccionismo general de un individuo.

Este artículo también analiza la presión del entrenador, que no era objeto de estudio al inicio de esta revisión, pero dada la importancia del entrenador en la relación niño-deporte se decide tener en cuenta y cuya conclusión que se da es que la presión del entrenador puede ser más importante que la de los padres para el desarrollo del perfeccionismo en los atletas, por lo que podría ser una línea de investigación específica a seguir en revisiones futuras.

Otro de los resultados destacables de la relación entre presión parental y perfeccionismo, es que algo que aumenta el perfeccionismo son las expectativas excesivas de logro. La vía de desarrollo del perfeccionismo sigue un modelo de expectativas sociales, mediante el cual el perfeccionismo se desarrolla en respuesta a la presión percibida o real de los padres y a la aprobación condicionada del logro (Flett et al., 2002).

Por lo que este modelo postula que las presiones considerables de los padres tienen un papel importante en el desarrollo del perfeccionismo general de un individuo, y por ello, las presiones de los padres son un antecedente clave tanto de los esfuerzos como de las preocupaciones perfeccionistas.

Un segundo estudio "Perfeccionismo interpersonal, miedo a fallar, y afectos en el deporte" (Pineda-Espejel et al., 2019) relaciona el perfeccionismo interpersonal (Presiones de los padres y del entrenador), el miedo a fallar y sus efectos en el deporte.

En este estudio se nos presenta una definición de perfeccionismo similar a la anterior; el perfeccionismo es una tendencia a imponerse estándares poco realistas de alcanzar, y la creencia exagerada de que otros tienen expectativas, sobre la persona, que son imposibles de conseguir (Antony y Swinson, 2009).

Por otro lado también se da la definición del constructo presión de los padres, que alude a la percepción de los hijos de que sus padres colocan altas expectativas, posiblemente inalcanzables, que evalúan su rendimiento de manera muy crítica, y los presionan para participar y mantener las expectativas de rendimiento (Dunn et al, 2002). Por lo tanto se trata de una dimensión perfeccionista de carácter interpersonal.

En dicho artículo se da la evidencia de que la mayoría de los deportistas perciben presión de los padres de moderada a fuerte para competir y no alejarse del deporte. Por ello los padres se consideran como una fuente inmediata de expectativas relacionadas con el rendimiento deportivo, así como de retroalimentación para sus hijos (Pineda-Espejel et al., 2019).

Al igual que en el primer estudio, también se añade la figura del entrenador, ya que también influye en el rendimiento y en los entrenamientos, y se considera así, otra fuente importante de evaluación (Dunn et al, 2002).

La valoración social del entorno es la fuente principal de preocupaciones en todo tipo de deportistas (Coutinho et al., 2018). Y que en concreto es la presión de los padres la que se ha relacionado con el miedo a fallar. El miedo a fallar se define como la tendencia a percibir amenazas para la consecución de metas significativas personales cuando uno falla en el desempeño (Conroy et al., 2002).

Entre los resultados más significativos de este segundo artículo encontramos que la percepción de presión por la excelencia que ejercen padres y entrenadores, predicen los efectos negativos, sólo si en el deportista se desarrolla el miedo a fallar.

Esta situación se da cuando los hijos perciben que sus padres ponen sobre ellos altas expectativas de rendimiento, incluso poco posibles de lograr, o que evalúan sus resultados deportivos de manera muy crítica, entonces los deportistas temen cometer errores durante los entrenamientos, ya que no cumplirán con las expectativas que sus padres depositan en ellos. El fallo en sí mismo dejaría de tener connotaciones negativas si no fuese importante la valoración de los demás y que este miedo al fallo puede interferir en el rendimiento deportivo en situaciones de alta presión psicológica (Pineda-Espejel et al., 2019). Por ello podemos concluir que la presión de los padres (y del entrenador) tiene connotaciones negativas para el rendimiento deportivo del niño a través del miedo a fallar.

Las dos variables que también están relacionadas con la presión parental son la ansiedad y estrés. En términos generales el estrés se refiere a la percepción subjetiva de los individuos de estímulos perturbadores y la capacidad relacionada para hacer frente a estos estímulos (Penna et al., 2023).

El estrés surge del individuo, el entorno y sus efectos interactivos compuestos, por ello la presión del entrenador, de los compañeros y de los padres son fuentes de estrés para los atletas.

En el artículo “Sources of organizational stress among youth rhythmic gymnast: An interpretative phenomenological analysis” (Penna et al., 2023), a la presión de los padres y de los entrenadores, que ya hemos visto anteriormente, se le añade la presión de los compañeros debido a los conflictos y a la mala comunicación. Estas fuentes de estrés desembocan en ansiedades antes, durante y después de la competición.

En un segundo artículo “The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety” (Bois et al., 2009) se relaciona la presencia de los padres en la competición con la ansiedad precompetitiva. La ansiedad se define como una respuesta emocional que consiste en preocupaciones cognitivas y excitación fisiológica ante una amenaza percibida (Smoll y Smith, 1996).

Además la ansiedad se divide en somática, referente al componente fisiológico asociado con la excitación autónoma (tensión muscular, aumento del ritmo cardíaco) y ansiedad cognitiva que se relaciona con pensamientos negativos, preocupaciones y expectativas negativas.

Entre los resultados se concluye que el rendimiento de los atletas en la competición se ve condicionado por la presencia del padre, la madre o ambos. Debemos señalar que la ansiedad no debe verse como esencialmente negativa ya que su relación con el rendimiento es débil e incluso puede ser positiva para los deportistas de élite (Bois et al., 2009).

En el artículo “Testing a Brief Coping Intervention for High-Performance Youth Soccer Players and Their Parents” (Tamminen et al., 2019) que relaciona la presión parental y el afrontamiento ante

situaciones de estrés se destaca que una menor presión de los padres y una mayor autoeficacia para afrontar dichas situaciones predicen un menor estrés en los atletas jóvenes.

Entre los resultados destacar que aquellos atletas que reportaban un mayor apoyo a la autonomía tenían menor estrés, mientras que la presión de los padres se asoció positivamente con un aumento del mismo.

Por lo que se concluye que disminuir la presión de los padres y aumentar la autoeficacia para afrontar estas situaciones ayudaría a disminuir las percepciones de los atletas sobre el estrés en el deporte. (Tamminen et al., 2019) y se destaca la importancia de los entrenadores para amortiguar las consecuencias de la alta presión de los padres y la importancia de impartir entrenamientos de habilidades de afrontamiento tanto para padres como para atletas en la pretemporada.

Por último, en el artículo "Pratique sportive intensive chez l'enfant et dysfonctionnements de la parentalité: le cas du syndrome de réussite par procuration" (Julie et al., 2012), se introduce el término del Síndrome de Éxito por Poder, el cual se manifiesta cuando un adulto, generalmente el tutor o los padres, colocan al niño en una situación, o en un contexto socialmente valorado (entorno deportivo, artístico) en el que puede ser potencialmente explotado para satisfacer sus necesidades, las ambiciones y deseos insatisfechos de estos (los padres).

Este síndrome se identifica a través de 3 marcadores como son el sacrificio, que se caracteriza por el hecho de que la vida familiar está subordinada a la carrera deportiva del niño, la instrumentalización, que explica la cosificación del niño por parte de los padres con fines de éxito y desempeño y el maltrato, que se refiere a las formas de abuso emocional y físico.

El Síndrome de Éxito por Poder destaca los riesgos que pueden estar asociados a la inversión excesiva de los padres en la salud de los atletas jóvenes y el potencial destructivo de un vínculo en el que se instrumentaliza al niño para responder a los deseos y expectativas de sus padres.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Reducción de la Presión Parental en el Rendimiento Deportivo Infantil

Introducción

El impacto de la presión parental en el rendimiento deportivo de los niños es un tema de creciente interés, dado que la participación de estos en el deporte puede influir en el desarrollo físico y emocional de los jóvenes. La presión excesiva por parte de los padres puede generar efectos adversos como ansiedad, perfeccionismo y una disminución en el disfrute del deporte, lo cual puede llevar a un rendimiento subóptimo o incluso al abandono de la práctica deportiva. Este trabajo propone una intervención específica para abordar y reducir la presión parental, con el objetivo de mejorar el rendimiento y bienestar de los niños en el deporte.

Objetivo

El objetivo de esta intervención es disminuir la presión parental ejercida sobre los niños que practican deportes, promoviendo un ambiente de apoyo y motivación que favorezcan su rendimiento y bienestar general. Se busca proporcionar a los padres herramientas y estrategias para manejar adecuadamente sus expectativas y comportamientos hacia sus hijos en el ámbito deportivo.

Método

- Encuestas y entrevistas:

Realizar encuestas y entrevistar a padres, niños y entrenadores para evaluar el nivel de presión percibida y su impacto en el rendimiento deportivo de los niños.

Por otro lado realización de sesiones de educación y concienciación con los padres a lo largo de la temporada:

- Talleres para padres:

Organizar talleres educativos para padres, donde se abordan temas como la función del deporte en la infancia, el aprendizaje de las destrezas físicas, técnicas y tácticas, evitar la presión por los resultados, estrategias de apoyo positivo y la importancia de un ambiente deportivo saludable.

Un taller cada dos semanas.

- Material educativo:

Distribución de folletos y guías con la información necesaria sobre cómo los padres pueden contribuir positivamente al rendimiento deportivo de sus hijos.

Intervenciones psicoeducativas:

Complementar las actividades anteriores con la participación de otros profesionales para impartir programas de entrenamiento en habilidades parentales, para que aprendan técnicas de comunicación efectiva, manejo de las expectativas y establecimiento de metas realistas.

Un taller cada dos semanas.

Por último un monitoreo y un seguimiento periódicos a lo largo de la temporada para medir el cambio en los niveles de presión parental y su impacto en el rendimiento y bienestar de los niños y proporcionar feedback continuo a los padres y ajustar la intervención según sea necesario para asegurar su efectividad.

Instrumentos y medidas

Las medidas las tomaremos antes de iniciar la temporada, a los 3 meses, a los 6 meses y al acabar la temporada.

Utilizaremos el cuestionario Parental Pressure Scale para medir la presión específica de los padres. Para medir el estrés y ansiedad de los atletas utilizaremos los cuestionario Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2), para medir la ansiedad relacionada con el deporte en los niños y el Children's Stress Questionnaire (CSQ), para evaluar el nivel de estrés en los niños.

Discusión

Los posibles resultados de esta intervención incluyen una reducción significativa en la presión parental percibida por los niños, lo que se traduce en menores niveles de ansiedad y estrés y una mejora en su rendimiento deportivo y disfrute de la actividad. Al involucrar a los padres en un

proceso educativo y proporcionarles herramientas prácticas, se espera que adopten un rol más constructivo y de apoyo. Sin embargo, es importante considerar posibles desafíos, como la resistencia al cambio por parte de algunos padres y la necesidad de personalizar las estrategias para diferentes contextos familiares y deportivos.

Limitaciones

Entre las limitaciones podemos encontrar una resistencia a cambiar comportamientos por parte de los padres. También diversidad en los contextos familiares, familias con distintas creencias y rutinas que podría afectar al procedimiento de intervención. Para que los resultados sean buenos se necesita un alto grado de compromiso y participación, tanto de los padres como de los niños lo que puede ser un desafío en términos de tiempo y recursos disponibles.

Por otro lado, variabilidad en la percepción y medición de la presión, ya que la presión percibida y experimentada puede ser diferente para cada niño, lo que puede dificultar la medición precisa de su impacto. Para ello sería recomendable usar una combinación de datos cualitativos y cuantitativos para obtener una imagen completa y asegurarse que los cuestionarios y entrevistas sean adaptativos y sensibles a las diferencias individuales.

Influencia de otros factores externos como la presión de los entrenadores, los compañeros de equipo y el entorno escolar, para ello se podría incluir un componente educativo y de concienciación para entrenadores involucrados en la vida deportiva del niño. Dificultad para mantener los efectos positivos a largo plazo. Para ello sería interesante crear una red de padres que puedan apoyarse mutuamente después de la intervención. Por último los recursos y costos, la intervención puede requerir recursos significativos en términos de tiempo, dinero y personal especializado, para lo que se podría tratar de buscar financiación externa o alguna colaboración con instituciones deportivas y educativas.

Conclusión

La intervención propuesta busca abordar directamente la presión parental en el contexto deportivo infantil, con el objetivo de crear un entorno saludable y favorable para el desarrollo de los jóvenes atletas.

A través de la educación, el entrenamiento en habilidades parentales y el seguimiento continuo, se espera lograr una mejora en el rendimiento deportivo y el bienestar general de los niños. Esta intervención puede servir como modelo para futuras investigaciones y prácticas en el ámbito de las ciencias de la actividad física y el deporte y de la psicología deportiva y el desarrollo infantil.

BIBLIOGRAFÍA

Águila, C., y Padilla-Cazorla, L. (2022). La presión parental durante la infancia en deportistas profesionales: el caso de Andre Agassi (Parental pressure experienced in childhood by professional athletes: the case of Andre Agassi). *Retos*, 46, 1105–1113. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.94745>

Amado, D., Sanchez-Oliva, D., Gonzalez-Ponce, I., Pulido-González, J. J., y Sánchez- Miguel, P. A. (2015). Incidence of parental support and pressure on their children's motivational processes towards sport practice regarding gender. *PloS One*, 10(6), e0128015. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128015>.

Antony, M.M. y Swinson, R.P. (2009). *When perfect isn't good enough: Strategies for coping with perfectionism*. New Harbinger Publications.

Bois, J., Lalanne, J., y Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of sports sciences*, 27, 995-1005. <https://doi.org/10.1080/02640410903062001>

Conroy, D.E., Willow, J.P. y Metzler, J.N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory.

Coutinho, P., Mesquita, I. y Fonseca, A.M. (2018). Influência parental na participação desportiva do atleta: uma revisão sistemática da literature. *Revista de Psicologia del Deporte*, 27, 47–58.

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Dorsch, T. E., Lowe, K., Dotterer, A. M., Lyons, L., y Barker, A. (2016). Stakeholders' perceptions of parent involvement in young adults' intercollegiate athletic careers: Policy, education, and desired student-athlete outcomes. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 9, 124–141.

Dunn, J.G.H., Causgrove Dunn, J. y Syrotiuk, D.G. (2002). Relationship between multidimensional perfectionism and goal orientation in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 376-395. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.4.376>

Dysvik, A., Kuvaas, B., y Gagné, M. (2013). An investigation of the unique, synergistic and balanced relationships between basic psychol. <https://doi.org/10.1111/jasp.12068>

Flett, G.L., Hewitt, P.L., Oliver, J.M., y Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G.L. Flett & P.L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism* (pp. 89–132). Washington, DC: APA.

Freire, G. L. M., Fiorese, L., Moraes, J. F. V. N. D., Codonhato, R., Oliveira, D. V., y Nascimento Junior, J. R. A. D. (2022). Do Perfectionism Traits Predict Team Cohesion and Group Conflict Among Youth Athletes?. *Perceptual and motor skills*, 129(3), 851–868. <https://doi.org/10.1177/00315125221087025>

Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C., y Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449–468. doi: <https://doi.org/10.1007/BF01172967>

Gould, D., y Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1, 58 – 78.

Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camire, M., Co[^]te, J., Fraser-Thomas, J., y Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review Of Sport And Exercise Psychology*, 10(1), 1–49. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1180704>

Julie, S., y Michel, G. (2012). Pratique sportive intensive chez l'enfant et dysfonctionnements de la parentalité : le cas du syndrome de réussite par procuration. *Annales Médico-psychologiques revue psychiatrique*. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2012.08.007>.

Lam, K.C., Valier, A.R.S., Bay, R.C., y McLeod, T.C.V. (2013). A unique patient population? Health-related quality of life in adolescent athletes versus general, healthy adolescent individuals. *Journal of Athletic Training*, 48, 233–241. PubMed ID: 23672388 doi: <https://doi.org/10.4085/1062-6050-48.2.12>

Lienhart, N., Virginie, N., Guillaume, M., y Guillet-Descas., E. (2020). Perceived parental behaviours and motivational processes among adolescent athletes in intensive training centres: A profile approach. *Psychology of Sport and Exercise*. 49. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101708>

Penna, M., Filho, E., Bentes, L., Melo, R., y Pires, D. (2023). Sources of organizational stress among youth Rhythmic gymnasts: An interpretative phenomenological analysis. *Science of Gymnastics Journal*. 15. 427-439. <http://dx.doi.org/10.52165/sgj.15.3.427-439>

Madigan, D. J., Curran, T., Stoeber, J., Hill, A. P., Smith, M. M., y Passfield, L. (2019). Development of Perfectionism in Junior Athletes: A Three-Sample Study of Coach and Parental Pressure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 41(3), 167-175. Retrieved Jul 19, 2024, from <https://doi.org/10.1123/jsep.2018-0287>

O'Rourke, D., Smith, R., Smoll, F., y Cumming, S. (2011). Trait Anxiety in Young Athletes as a Function of Parental Pressure and Motivational Climate: Is Parental Pressure Always Harmful?. *Journal of Applied Sport Psychology*. 23. 398-412. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.552089>

Pineda-Espejel, H.A., Morquecho-Sánchez, R., Fernández, R., y González-Hernández, J. (2019). Perfeccionismo interpersonal, miedo a fallar, y afectos en el deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 113–123. <https://doi.org/10.6018/cpd.348671>

Randall, E. T., Bohnert, A. M., y Travers, L. V. (2015). Understanding affluent adolescent adjustment: The interplay of parental perfectionism, perceived parental pressure, and organized activity involvement. *Journal of adolescence*, 41, 56–66. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.03.005>

Romero-Cerezo, C., Baena, A. C. M., del Mar Ortiz Camacho, M., y Jordán, O. R. C. (2011). Percepción de padres y madres respecto a la promoción de actividad físico-deportiva para una Escuela Activa y Saludable [Parents' perception of promoting sports and physical activity for an active, healthy school]. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 605–620

Salmela, J. H. and Moraes, L. C. (2003). Development to expertise: the role of coaching, families, and cultural contexts. In J. L. Starkes and K. A. Ericsson (Eds.), *Expert performance in sports: advances in research on sport expertise* (pp. 273-393). Champaign, IL: Human Kinetics.

Sanchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sanchez-Oliva, D., Amado, D., y Garcia-Calvo, T. (2013). The importance of parents' behaviour in their children's enjoyment and amotivation in sports. *Journal of Human Kinetics*, 36(1), 171–179. <http://dx.doi.org/10.2478/hukin-2013-0017>.

Sánchez-Miguel, P. A., Pulido González, J. J., Amado Alonso, D., Leo Marcos, F. M., Sánchez-Oliva, D., y González Ponce, I. (2015). Perfiles de comportamiento de los padres en el deporte y su relación con los procesos motivacionales de sus hijos. *Motricidade*, 11(2), 129-142.

Santos, F., Moraes, M. G., Pestana, D. ., Barroso, V., y Lopes, C. E. . (2022). Motivación y Percepción del Apoyo de los Padres: Un Estudio con Jóvenes Atletas de Deportes Individuales y de Equipo (Motivation and Perception of Parental Support: A Study with Young Athletes of Individual and Team Sports). *Retos*, 45, 671–678. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.93007>

Smoll, F. L., y Smith, R. E. (1996). Competitive anxiety: Sources, consequences, and intervention strategies. In *Children and youth in sport: A biopsychosocial perspective*. Dubuque: Brown & Benchmark.

Stoeber, J., y Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295–319. PubMed ID: 17201590 doi: https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2

Tamminen, K. A., Ferdinand Pennock, K., y Braun, C. (2019). Testing a Brief Coping Intervention for High-Performance Youth Soccer Players and Their Parents. *Case Studies in Sport and Exercise Psychology*, 3(1), 61-70. Retrieved Jul 19, 2024, from <https://doi.org/10.1123/cssep.2019-0009>

Wolfenden, L.E. y Holt, N.L. (2005). Talent development in elite junior tennis: perceptions of players, parents and coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 108–126. <https://doi.org/10.1080/10413200590932416>

Anexo 1

Estudio	Objetivo	Muestra	Instrumento	Variables de medida u otras	Conclusiones
<p>Lienhart, N., Nicaise, V., Martinent, G., & Guillet-Descas, E. (2020).</p>	<p>Diferenciar las conductas de los padres utilizando un enfoque centrado en la persona y diferenciando las conductas de la madre y el padre; explorar los cambios en los perfiles de comportamientos de los padres a lo largo de la temporada y examinar el impacto prospectivo de los perfiles de comportamientos de los padres al comienzo de la temporada con las puntuaciones de motivación, satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas de los atletas al final de la temporada.</p>	<p>226 deportistas de élite semi y competitivo.</p> <p>Muestra final n=174</p>	<p>Cuestionario de Participación de los padres en el Deporte (PISQ; Lee y MacLean,1997)</p> <p>Cuestionario sobre normas de Comportamiento en el Deporte (BRSQ, Lonsdale, Hodge y Rose, 2008)</p> <p>Escala de satisfacción de necesidades básicas en el contexto deportivo (BMSCS)</p> <p>Escala de frustración de las necesidades psicológicas (PNTS)</p>	<p>Comportamiento de los padres y madres por separado. Comportamientos directivos, participación activa, alabanza y comprensión y presión. (PISQ).</p> <p>Motivación de los atleta (intrínseca, integrada, identificada, externa y desmotivación)(BRSQ)</p> <p>Satisfacción/Frustración de las necesidades psicológicas básicas (BNSSCS)(PNTS)</p>	<p>Necesidad de considerar simultáneamente una amplia variedad de comportamientos de los padres y hacer una distinción clara entre los de la madre y los del padre para comprender totalmente el papel de participación de los padres en el desarrollo del atleta.</p>

O'Rourke, D., Smith, R., Smoll, F., & Cumming, S. (2011)

Estudio de las conductas de los padres y su posible influencia en la ansiedad por el rendimiento en los deportistas jóvenes.

307 deportistas de 9 a 14 años, de clubes de élite.

Cuestionario 1, de la Escala de Comportamiento Directivo de 10 ítems de Lee y Maclean (1977):
Cuestionario 2: clima motivacional iniciado por los padres::
ansiedad somática, la preocupación y la alteración de la concentración.

Presión de los padres, clima del ego y clima de dominio en tres momentos de la temporada.

El entorno deportivo juvenil es complejo con muchas fuentes de influencia, padres, entrenadores, compañeros, valores culturales, etc.
Se necesita investigación adicional para determinar la influencia de los padres en los jóvenes deportistas y su incidencia en su desarrollo Psicosocial.



**Pineda-Espejel, H. A.,
Morquecho-Sánchez, R.,
Fernández, R., &
González-Hernández, J. (2019).**

Probar un modelo predictivo que analiza la secuencia de preocupaciones perfeccionistas, miedo a fallar y consecuencias de afectos positivos y negativos en el deporte en niños y adolescentes, específicamente en dos facetas, presión de los padres y presión del entrenador.

142 deportistas de ambos sexos, entre 9 y 12 años, en distintos deportes.

Subescala presión del entrenador del Inventario de Perfeccionismo Multidimensional en el Deporte. (MIPS)

Subescala presión de los padres de la Escala de Perfeccionismo Multidimensional en el Deporte-2 (Sport-MPS-2)

Inventario de evaluación del error en el rendimiento version corta (PFAI-S)

Positive and Negative Shedule versión española. (SPANAS)

Percepción de la presión que ejerce el entrenador. (MIPS)

Percepción de la presión que ejercen los padres. (Sport-MPS-2)

Miedo a fallar (PFAI-s)

Efectos positivos y negativos.(SPANAS)

Las altas expectativas de los padres contribuyen al miedo al fallo. De igual forma cuando el entrenador demanda rendimiento poco realistas se teme al fallo y se cometen errores dando lugar a estados de afecto negativos. El miedo a fallar interfiere en el rendimiento deportivo en situaciones de alta presión psicológica. realistas de padres y entrenadores influyen en los entrenamientos y en el rendimiento deportivo.

Madigan, D. J., Curran, T., Stoeber, J., Hill, A. P., Smith, M. M., & Passfield, L. (2019)

Examinar en qué medida la presión de los padres y entrenadores para ser perfectos mostró relaciones transversales y longitudinales con el perfeccionismo en los atletas jóvenes.

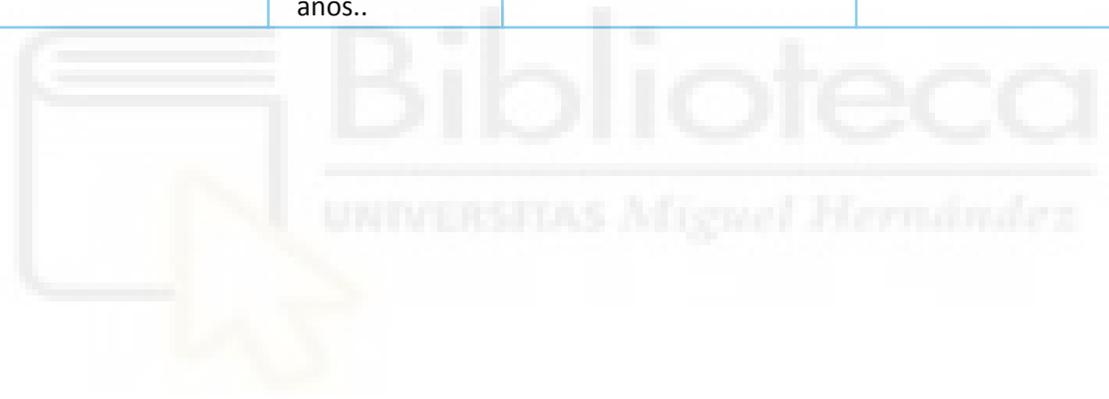
Los participantes de la muestra 1 fueron 212 atletas juveniles (158 hombres y 54 mujeres) reclutados de academias deportivas. Edad media de 17,2 años tanto de deportes individuales como colectivos. Los participantes de la muestra 2 fueron 103 atletas juveniles (82 hombres y 21 mujeres) con una edad media de 17,7 años.

Inventario Multidimensional de perfeccionismo en el deporte (MIPS)

Perfeccionismo (Esfuerzos y preocupaciones perfeccionistas), presión de los padres y del entrenador (MIPS)

Estudios futuros que deseen considerar la inclusión de otras medidas de perfeccionismo de diferentes modelos de perfeccionismo en el deporte. Necesidad de seguir trabajando con respecto a las propiedades psicométricas del MIPS, incluyendo pruebas de género e invarianza temporal y usar variables latentes para tener en cuenta el error de medición.

		Los participantes de la muestra 3 fueron 141 atletas juveniles (124 hombre y 17 mujeres) con una edad media de 17,3 años..			
--	--	--	--	--	--



**Macedo Penna, E., Filho, E.,
Neves Bentes, L. M., Melo
Ferreira, R., & Alvarez Pires, D.
(2023)**

Explorar las fuentes de
estrés organizacional
entre las jóvenes
gimnastas rítmicas
brasileñas.

6 atletas de
gimnasia
rítmica de dos
clubes con una
edad de entre
12 y 17 años y
con un
promedio de
6,83 años de
experiencia.
Todas
compiten a
nivel nacional
y practicaban
el deporte de
2 a 4 horas por
día.

Entrevistas individuales
de 30 minutos
aproximadamente en
una sala tranquila

Liderazgo y asuntos
personales.

Asuntos relacionados con el
equipo o la cultura.

Asuntos ambientales o
logística.

Cuestiones relacionadas con
el desempeño personal

El bienestar de los atletas
de gimnasia está reñido
con el desarrollo de una
carrera atlética exitosa.

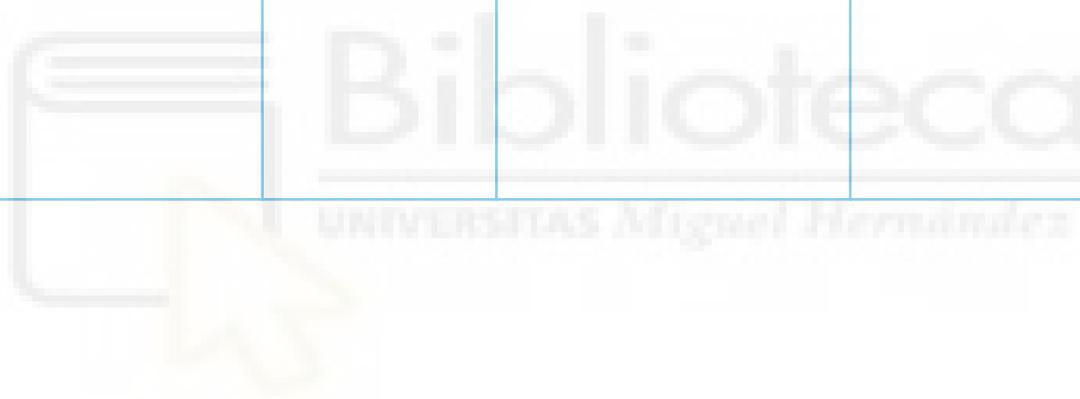
Por ello la necesidad de
educar a entrenadores y
padres, ya que los atletas
bajo una alta presión
competitiva necesitan
desarrollar relaciones
fuera del entorno
deportivo para tener un
buen desempeño atlético
y mantenerse saludables.

Explorar las fuentes de
estrés organizacional de
padres y entrenadores
con respecto a ellos
mismos y a sus atletas.

Estudios multi usos y
multiculturales son
necesarios para analizar
posibles idiosincrasias a
nivel de país relacionadas
con las fuentes de estrés
organizacional en los

					<p>deportes.</p>
--	--	--	--	--	------------------

Los hallazgos de este estudio de caso se suman a la literatura al resaltar la naturaleza compleja y multidimensional del estrés organizacional en los deportes, revelando así que se necesitan múltiples marcos teóricos y técnicas de intervención para apoyar y desarrollar atletas sanos en gimnasia.



**Freire, G. L. M., Fiorese, L.,
Moraes, J. F. V. N. d., Codonato,
R., Oliveira, D. V. de, &
Nascimento Junior, J. R. de A. d.
(2022).**

Investigar el papel predictivo de los rasgos de perfeccionismo en las percepciones de los jugadores sobre la cohesión de equipo y el conflicto del equipo entre los jóvenes brasileños que practican deportes de equipo.

413 atletas juveniles (227 niños y 186 niñas) de 16.04 años de edad que jugaban en deportes colectivos.

Escala de perfeccionismo Multidimensional deportivo-2 (smpls-2) Cuestionario sobre el entorno deportivo juvenil (P-YSEQ)

Cuestionario de conflictos grupales (P-GCQ)

Estándares personales de organización, preocupación por el error, presión parental percibida y dudas sobre la acción. (SMPS-2)

Cohesión de equipo entre jóvenes de 13 a 17 años (Tarea y social)(P-YSEQ)

Conflicto tarea y social (P-GCQ)

La evidencia de este estudio sugiere que, en el contexto de los atletas jóvenes, el esfuerzo perfeccionista parece predecir positivamente las percepciones de los atletas sobre la cohesión del equipo. A su vez el respaldo a preocupaciones perfeccionistas parece predecir positivamente el conflicto grupal y predecir negativamente la cohesión de la tarea. El beneficio práctico para los entrenadores puede ser mejorar el desarrollo de un entorno interpersonal óptimo prestando atención a los rasgos de personalidad de los atletas.

Tamminen, K. A., Ferdinand Pennock, K., & Braun, C. (2019)

Complementar el campo sobre el afrontamiento de los atletas adolescentes y describir la implementación de una intervención de afrontamiento realizada en una academia de formación de fútbol base de alto rendimiento

94 atletas masculinos de entre 10 y 15 años de diferentes etnias. 65 respondieron en el momento 2 y 63 en el momento 3

50 padres (20 padres, 30 madres), de los cuales solo 13 respondieron en el momento 2 y 3.

Escala de estrés percibido

Escala de autoeficacia para afrontar el problema

Escala de apoyo a la autonomía percibida para entornos de ejercicios

Escala de perfeccionismo multidimensional deportivo- 2

Subescala de competencia del inventario de motivación intrínseca en deportes competitivos.

Estrés

Capacidad de afrontar factores estresantes.

Apoyo a la autonomía

Percepción de los atletas sobre la presión de los padres

Competencia deportiva percibida

Demostraron que, para algunos atletas, hubo cambios en sus percepciones del estrés, la autoeficacia para afrontar la situación, la presión de los padres, el apoyo a la autonomía y la competencia deportiva durante el período de intervención, y la evidencia anecdótica sugiere que varios atletas sintieron que aprendieron información valiosa sobre cómo afrontar la situación. , eficacia de afrontamiento y apoyo social sólido para afrontar los factores estresantes.

Bois, J., Lalanne, J., & Delforge, C. (2009).

Influencia de los padres sobre la ansiedad precompetitiva de los atletas. Estudio del efecto de la presencia de los padres durante la competición, así como de las prácticas parentales.

341 deportistas (201 baloncesto y 140 tenistas) de una media de 14,2 y 13, 5 años que entrenaban una media de 2,7 veces por semana y un promedio de 4,8 horas

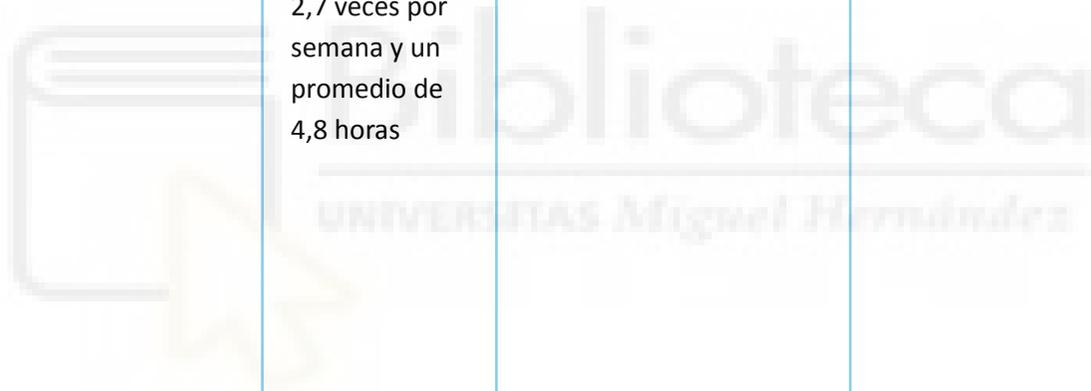
Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2)

Cuestionario de Participación de los Padres en del deporte (PISQ)

Ansiedad cognitiva y somática (CSAI-2)

Comportamiento de los padres dentro del contexto deportivo (PISQ)

Los deportistas se muestran mas ansiosos cuando ambos padres están presentes, a excepción de los tenistas varones. Efectos positivos de la presión de los padres y de las conductas directivas sobre la ansiedad. Influencia negativa de los elogios y la comprensión sobre la ansiedad, lo que indica que algunos comportamientos de los padres podrían favorecer una experiencia positiva en el deporte. Destacar que la ansiedad no debe verse como algo negativo, ya que su relación con el rendimiento es débil e incluso puede ser positiva para los atletas de elite.



<p>Salla, J., & Michel, G. (2012)</p>	<p>El impacto de las relaciones entre padres e hijos en los procesos de salud de los atletas jóvenes en los que la presión de los padres es extrema y abusiva, <u>el logro del espectro por poder.</u> Características clínicas asociadas y consecuencias patogénicas del joven atleta y las implicaciones preventivas.</p>	<p>No existe muestra, ya que no es un estudio.</p>	<p>El Síndrome del Éxito por poder.</p>	<p>Se identifica a través de 3 marcadores: Sacrificio o pseudoaltruismo; instrumentalización y maltrato.</p>	<p>El Síndrome de Éxito por Poder destaca los riesgos que pueden estar asociados con la inversión excesiva de los padres en la salud de los atletas jóvenes.</p>
--	---	--	---	---	--



Lindstrom Bremer, K. (2012).

Describir lo que se sabe sobre la crianza de los hijos y la dinámica familiar en familias con niños deportistas. Utilizar la teoría de los Sistemas familiares para comprender el estado actual de la investigación y sugerir como investigaciones futuras podrían examinar las familias en las que un niño atleta participa en deportes juveniles.

23 artículos de 13 revistas. Revisión de la literatura sobre el tema.

Se trata de conocer más sobre el sistema de familias de un niño atleta, el apoyo familiar, la presión de los padres y las tensiones familiares.

Hay millones de atletas que compiten en deportes juveniles, lo que afecta las relaciones familiares y a los sistemas familiares en conjunto. Este sistema familiar aun no se entiende bien y es un terreno fértil para que los investigadores obtengan una comprensión más compleja de sus patrones de interacción y comunicación, adaptación a factores estresantes.

Biblioteca
UNIVERSITAS Miguel Hernández