

Programa Oficial de Formación y Acompañamiento Familiar

Comunidad Deportiva Integral (CDI) · 2026

Un trayecto virtual diseñado para madres, padres, tutores y familiares de deportistas en etapas formativas, amateurs o competitivas. Juntos transformamos el hogar en el primer refugio emocional del atleta.

MODALIDAD VIRTUAL

CAMPUS VIRTUAL CDI

CON BITÁCORAS Y TUTORÍAS





¿Por qué este programa?

La familia es el entorno más determinante en la vida de un deportista. En el deporte juvenil actual, **la línea entre el apoyo saludable y la presión competitiva se ha vuelto sumamente delgada**, generando en muchos casos ansiedad y abandono temprano de la práctica.

Este trayecto ofrece herramientas prácticas desde la psicología del deporte y el trabajo social deportivo para que las familias:

Deconstruyan

Dinámicas asimétricas en el vínculo deportivo familiar.

Gestionen

Sus propias emociones en la tribuna con técnicas concretas.

Transformen

El hogar en un entorno protector y refugio emocional seguro.



Objetivos del Programa

- ❏ **Objetivo General:** Desarrollar capacidades de comunicación empática, autorregulación emocional y crianza asertiva en los familiares de los deportistas de nuestra comunidad.

Del Resultado al Proceso

Sustituir el discurso resultadista por el diálogo socrático centrado en el proceso y la validación afectiva del deportista.

Control del Enojo en la Tribuna

Implementar pautas de gestión emocional mediante técnicas de tiempo fuera y modelado positivo frente a árbitros y rivales.

Autonomía y Carácter

Fortalecer la autonomía del adolescente mediante normas coherentes y disciplina cotidiana construida desde el hogar.

Estructura Curricular: 5 Unidades

El trayecto se organiza en cinco unidades temáticas que abarcan desde el soporte emocional hasta la comunicación con adolescentes, pasando por el control emocional en la tribuna y la nutrición educativa.



UNIDADES 1 Y 2

Soporte Saludable y Autoridad por Modelado

Unidad 1 — El Soporte Saludable vs. La Presión de la Cancha

Apoyo que impulsa, no presiona. Los tres pilares del soporte saludable: acompañar sin exigir, celebrar el esfuerzo y proteger el bienestar. El dilema del silencio post-competencia y la evidencia científica sobre el impacto del involucramiento parental en el bienestar psicológico infantil.

Unidad 2 — Autoridad por Modelado, Control del Enojo y Gestos

La autoridad se construye por modelado cotidiano. El respeto simbólico en la tribuna frente a árbitros y rivales. La técnica del "Tiempo Fuera" para controlar desbordes emocionales. El poder de escuchar sobre el opinar. Comunicación gestual: posturas abiertas que invitan al diálogo vs. gestos cerrados que aíslan.



Etapas del Desarrollo y Sentido Vital



Unidad 3 — Evolución del Apoyo según las Etapas del Desarrollo

Fase de Inicio: diversión pura y socialización positiva. Fase de Desarrollo: sostén de la disciplina y reconocimiento del progreso. Fase de Competencia: contención emocional ante la exigencia y el estrés. El arte de validar las emociones de frustración o tristeza sin minimizarlas.



Unidad 4 — El Desafío del Sentido Vital y la Nutrición Educativa

El deporte como herramienta de sentido vital. Estilos parentales: padres protectores (sobreinvolucramiento y resultadismo ciego) vs. padres democráticos (aliento incondicional y autonomía). La nutrición saludable como base biológica del rendimiento y escuela de hábitos para toda la vida.

Puntos Críticos del Vínculo

La última unidad aborda los desafíos más complejos del acompañamiento familiar en el deporte formativo.

La superposición de roles

Identificación de figuras como "el entrenador frustrado" o "el fan incondicional" que invaden el espacio del atleta.

Fútbol femenino y prejuicios

Acompañamiento ante los sesgos del entorno y construcción de una mirada igualitaria y respetuosa.

El hermetismo del adolescente

Creatividad comunicacional: uso de mensajes o cartas para abrir el diálogo cuando las palabras no alcanzan.

Microtarefas del hogar

La disciplina construida desde lo cotidiano como base de la resiliencia en la cancha y en la vida.

Metodología y Evaluación

¿Cómo se desarrolla el trayecto?

El trayecto se desarrolla mediante clases sincrónicas y asincrónicas en la plataforma virtual, complementadas con foros de debate y lecturas de apoyo. No se toman exámenes de contenido teórico abstracto.

Condición de Aprobación

Para la acreditación se exige la entrega de la [Bitácora de Acompañamiento Familiar \(TPIF\)](#): el familiar debe registrar de forma escrita o audiovisual la aplicación real en su hogar de las herramientas cognitivas y relacionales trabajadas, concluyendo con el eje transversal enfocado en el "logro humano" sobre el "tanteador".

Modalidad

100% virtual a través del Campus Virtual CDI

Soporte

Bitácoras de acompañamiento y tutorías personalizadas

Recursos

Foros de debate, lecturas de apoyo y cursos multimedia complementarios disponibles en el Campus



Perfil del Egresado: El "Sponsor Afectivo"

Al concluir este trayecto, el familiar habrá consolidado el perfil de un "Sponsor Afectivo", plenamente capacitado para:



Comunicación Empática y Socrática

Eliminar interrogatorios invasivos y sustituir el "¿ganaste?" por preguntas orientadas al sentir y al aprendizaje.



Autorregulación Emocional

Aplicar el tiempo fuera físico en competencia para blindar su credibilidad y modelar el respeto hacia el entorno del club.



Cuidado de la Salud Mental

Erradicar comparaciones destructivas y demostrar afecto incondicional posterior a las derrotas.



Disciplina desde el Hogar

Co-diseñar el carácter mediante microtarefas cotidianas que entrenan la tolerancia a la frustración necesaria para el alto rendimiento.



Respeto a la Autonomía del Atleta

Delegar las directivas tácticas de manera exclusiva en el entrenador del club y actuar como refugio emocional seguro.



¡Los Esperamos en el Camino!

Este programa es una invitación a ser parte activa del desarrollo integral de su deportista. El logro humano siempre está por encima del tanteador.

 July
17 **Inicio**

2026 — Modalidad Virtual

 **Plataforma**

Campus Virtual CDI con tutorías

 **Meta**

Ser el Sponsor Afectivo que su deportista necesita

"La familia como referente principal en la pedagogía de la convivencia y el ocio físico-deportivo." — Valdemoros, M. A. (2011)

